



WIEŚCI GMINNE

kwartalnik bezpłatny

www.wyszki.pl

Wyszki

2/2009 (42)



foto: GOKSiT

I GMINNY DZIE PAPIESKI w WYSZKACH

Str. 2



PRÓBNA EWAKUACJA w SP FALKI

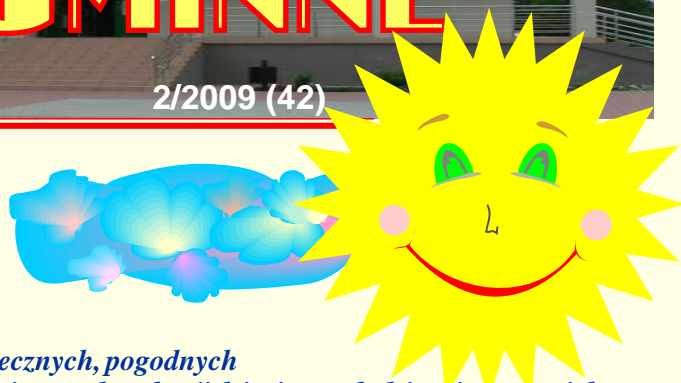
Str. 2



foto: GOKSiT

R K SENIORA - KONKURS w STRABLI

Str. 8



*Słonecznych, pogodnych
i bezpiecznych wakacji dzieciom, młodzie y i nauczycielom
oraz
udanego urlopu
rodzicom i wszystkim mieszkańcom gminy*

ycz
Wójt, Skarbnik i Sekretarz
Gminy
oraz Redakcja "WG"

w tym numerze:

ZDANIEM WÓJTA GMINY str. 2

ZŁOT DZIECI i MŁODZIE Y - DROHICZYN' 2009 str. 2

ZE STRA DZIAŁAMY ... str. 3

ZE SZKOLE UNIJNYCH str. 3

SPRAWD , CZY TWOJE PICIE JEST BEZPIECZNE str. 4

KRZY ÓWKA str. 6

SEKRETY KULINARNE str. 6

SPOTKANIE KLUBU SENIORA w STRABLI str. 7

HONOROWE KRWIODAWSTWO str. 7

GOKSiT ZAPRASZA str. 8



foto: GOKSiT

KUCHARZ REGIONALNY - SZKOLENIE

Str. 7

ZDANIEM WÓJTA GMINY.



Przeczytałem niedawno w prasie jak minister (nie mogę przypomnieć, jaki) zarzuca samorządom, że zbyt opieszale się gają za pieniędzmi unijnymi i dlatego jest stosunkowo słabe ich wykorzystanie przez Polskę. Zdenerwowałem się mocno na to stwierdzenie. To właśnie nie samorządy przez ostatnie dwa lata czekały na możliwość składania wniosków, gdy poprzedni rząd nie zadbał o terminowe pozatwierdzanie niezbędnych do tego spraw, a nowy też zbyt długo się tym zajmował.

Od nowego roku pojawiły się pierwsze nabory wniosków na Odnawianie i Rozwój

Wsi. W miesiącu marcu złożyli mi wniosek na modernizację wiatliki wiejskiej w Topczewie.

Wcześniej, bo na jesieni uruchomiono nabór wniosków do „Narodowego Programu Budowy Dróg Lokalnych 2008 - 2011” tzw. „Shtetynówki”. Pomysł bardzo chwalony przez samorządowców za nieskomplikowane wnioski i dosyć proste regulacje. W rzeczywistości okazało się jednak, że Gminy wiejskie praktycznie miały niewielkie szanse na zakwalifikowanie się na te dotacje.

W naszym powiecie otrzymała je jedynie powiat i miasto Bielsk Podlaski, oraz w dogrywie również gmina Bielsk Podlaski.

Nasz wniosek na drogę Warpechy Nowe - Muławicze niestety otrzymał 90 punktów tj. o 4 za mało, aby został zakwalifikowany.

cd na str. 3

ZŁOTY DZIECI I MŁODZIEŻY - DROHICZYN' 2009

Dnia 08.06.2009 przedstawiciele uczniów i nauczycieli Zespołu Szkół im. Jana Pawła II w Wyszkach wzięli udział w Złocie Dzieci i Młodzieży ze szkół noszących imię Jana Pawła II i ks. Kardynała Stefana Wyszyńskiego.

Uroczystość rozpoczęła się o godz. 9.30 przy katedrze drohiczyńskiej przed uczniowie ze swymi sztandarami przemarszowali pod Kopiec Jana Pawła II. Tam młodzież otrzymała specjalnie przygotowany sztandar Diecezji Drohiczyńskiej, który będzie przekazywany kolejnym pokoleniom. Wszystkie zaproszone szkoły otrzymały okolicznościowe medale, dyplomy i flagi naszej diecezji. Wspaniałym akcentem tej uroczystości był Koncert Galowy Laureatów Festiwalu Piosenki Religijnej „Piewajmy Panu” - Podlasie 2009.

Nie zapomniano też o poczęstunku. Wszyscy uczestnicy otrzymali pyszne kiełbaski z grilla, słodkie bułeczki i napój.

Takie spotkania są niezbędne w wychowaniu współczesnego człowieka, ponieważ integrują młodych ludzi oraz wnoszą wiele pozytywnych wartości.



Renata Olszowska,
Bożena Pierzchała



foto: GOKSiT

PRÓBNA EWAKUACJA W SP FALKI

Dnia 28 maja 2009 r. w Szkole Podstawowej im. Ks. F. J. Falkowskiego w Falkach odbyła się planowana próbna ewakuacja.

Na usłyszany dźwięk krótkich dzwoneczków uczniowie wraz z nauczycielami w spokoju i bez paniki opuszczali budynek szkoły i udawali się w wyznaczone rejonowanie. Kierownicy rejonowania „przejmowali” dzieci i zapobiegali panice.

Ewakuacja przebiegała bardzo sprawnie. Przygłąbił się p. Wójt Gminy Ryszard Perkowski, strażacy z Ochotniczej Straży Pożarnej w Wyszkach oraz przedstawiciel Straży Pożarnej w Bielsku Podlaskim - kapitan Marcin Rawicki.

Po zakończeniu alarmu, krótkiej pogadance strażacy zaprezentowali swoje umiejętności w gaszeniu po arów. Dużym zainteresowaniem cieszyły się strażackie. Uczniowie mieli możliwość obejrzenia sprzętu gaśniczego. Mogli przymierzyć kaski, wejść na wóz strażacki, przyjrzeć się wyposażeniu wnętrza

I GMINNY DZIEŃ PAPIESKI W WYSZKACH



foto: GOKSiT



foto: GOKSiT

W Wyszkach od 1991 roku istnieje Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II. Od 2003 roku Zespół Szkół w Wyszkach nosi to imię, a w 2005 roku przy szkole odsłonił popiersie patrona.

Mieszkańcy Wyszek i całej gminy w szczególny sposób utożsamiają się z Janem Pawłem II i jego naukami. Aby jeszcze lepiej to pokazać, a także dać możliwość oddania hołdu JP II, sekretarz gminy, pan Tadeusz Wielanowski wpadł na pomysł, aby w Wyszkach zorganizować Dzień Papieski w urodziny JP II. Pomysł ten został podchwycony i rozwinięty przez Zespół Szkół i GOKSiT oraz zatwierdzony przez wójta gminy pana Ryszarda Perkowskiego. Tak narodziła się idea Gminnego Dnia Papieskiego w Wyszkach. Pozostało do wprowadzenia w życie. I tak 17 maja 2009 r. odbył się I Gminny Dzień Papieski z okazji 89 urodzin Sługi Bożej Jana Pawła II.

Imprezę organizowali: Gminny Ośrodek Kultury, Sportu i Turystyki w Wyszkach, Urząd Gminy Wyszki i Zespół Szkół im. Jana Pawła II w Wyszkach. Patronat duchowy nad imprezami objął proboszcz Parafii p.w. św. Andrzeja Apostoła w Wyszkach, ks. dr Andrzej Ulaczyk. Głównym celem imprezy było uczczenie pamięci Jana Pawła II.

cd na str. 5



samochozu oraz włączali sygnały alarmowe.

Mamy nadzieję, że nasze umiejętności do wzięcia zdobyte podczas próbnego alarmu nigdy nie przydadzą się nam w rzeczywistości.

Jolanta Artemiuk

Wracaj c jednak do funduszy unijnych. W dwa miesi ce po zło eniu wniosku na Odnów Centrum Wsi tj. modernizacj wietlicy wsi Topczewo oraz przy du ym zaawansowaniu przygotowa do zło enia w czerwcu wniosku na kanalizacj w Wólce Pietkowskiej i Topczewie otrzymujemy pismo z Ministerstwa Rolnictwa, e podatek VAT w projektach z Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich nie b dzie kosztem kwalifikowanym. Oznacza to potrzeb znalezienia dodatkowo 22% własnych rodków, to jest blisko 1 mln. zł, a wi c drugie tyle ni zakładany pierwotnie udział własny.

Sk d wi c takie samorz dy jak np. nasz, a jest ich w Polsce przynajmniej 50%, maj bra rodky na udział własny, aby te kosztowne przedsi wzi cia realizowa szybko. Jedynym wyj cciem jest rozkładanie w czasie ich realizacji. Bogatsze Gminy natomiast coraz bardziej b d uciekały w inwestycjach do przodu.

Równie jak na ironi przy ocenie wniosków cz sto jest dodatkowo punktowany wi kszy udział własny Gminy w projekcie, co daje du e fory bogatym. W ten sposób kółko si zamyka.

Amiało by tzw. „wyrównywanie szans”.

Nie ma problemu w naszej gminie braku umiej tno ci w przygotowaniu projektu, pomysłu na przedsi wzi cia. Mamy opracowan strategie, co, w jakiej kolejno ci robi . Jest tylko jeden hamulec, który powoduje, e robimy tyle, ile robimy. Pieni dze na udział własny.

To, e mo emy robi tyle nale y zawdzi cza mi dzy innymi mieszka com tych miejscowo ci, w których zostały zamkni te szkoły. eby do dzi mieszka cy Malesz, Mieszuk, Mulawicz i okolicznych miejscowo ci nie pozwalali zlikwidowa szkół w swoich miejscowo ciach dzisiaj gmina nasza nie dysponowałaby adnymi rodkami na jakiegokolwiek przedsi wzi cia.

Dlatego, te teraz ja, jak i Rada Gminy musimy przy planowaniu inwestycji (głównie tutaj chodzi o drogi) tamte wyrzeczenia i postawy mieszka ców uwzgl dni i w pierwszej kolejno ci ułatwi im ycie przynajmniej z tej strony.

Dlatego te bardzo si ciesz , e długie zabiegi, aby zrealizowa drog Wyszki - Mierzwin - Ol dzkie wreszcie zako czyły si sukcesem. Droga ta wraz z odcinkiem Topczewo - Górskie - Bogusze - Bagi skie rozwi e w tym rejonie problemy komunikacyjne.

Budowana droga Stacewicze - Warpechy Nowe - Olszanica - Mulawicze w tym roku równie stanie si faktem. Pozostanie w przyszło ci poł czy tylko Warpechy Nowe - Mieszuki - Warpechy Stare i kolejny rejon gminy b dzie pod wzgl dem komunikacyjnym zabezpieczony.

Aktualnie zlecone jest przygotowanie dokumentacji na kolejne drogi gminne Strabla ul. Kolejowa - Łyse - Ko ciół oraz Niewino Popławskie - Niewino Stare - Niewino Kami skie - Niewino Borowe.

Trwaj rozmowy z powiatem na temat wspólnej budowy w nast pnych latach dróg Niewino Popławskie - Niewino Le ne - Niewino Borowe - Szczepany, oraz Osówka - Godzieby - Falki. Plany s jak wida ambitne.

Szkoda, e w referendum gminnym w 2004 roku dotycz cym racjonalizacji sieci szkół w Gminie Wyszki mieszka cy wypowiedzieli si przeciwko tej inicjatywie. Wydali my przez ten czas na utrzymanie szkół, bez których o wiata funkcjonowałaby równie dobrze ponad 3,7 mln zł. Mogliby my wspólnie z powiatem za te pieni dze wybudowa ok. 15km. dróg np. (Osówka - Godzieby - Falki 3km., Niewino P. - Niewino Borowe - Szczepany 7,7km., Warpechy Nowe - Warpechy St. 3,5 km. a mo e i wi cej), które jak wida w sposób strategiczny rozwi załyby problemy komunikacyjne naszej gminy. Jako, e zadecydowali my inaczej musimy, wi cuzbroi si w cierpliwio .

Bud et gminy, podobnie jak bud et ka dego gospodarstwa, nie jest workiem bez dna. Nie pomog tutaj nawet dost pne pieni dze unijne, je li nie znajdzie si na udział własny 25 - 50% warto ci inwestycji.

W 2009 roku oprócz wymienionych wcze niej inwestycji drogowych zamierzamy jeszcze wspólnie z powiatem zrobi ok. 400 m drogi w Kamiennym Dworze, oraz kolejny odcinek chodnika w Wyszkach. Przygotowany zostanie projekt na odcinek chodnika od ko ciola wzdłu ulicy Konopnickiej w Strabli.

Z własnych zada chcemy jeszcze w tym roku podł czy wie Łuczaje do sieci wodoci gowej.

Równie z programu „Odnowa i rozwój wsi” Parafia Wyszki realizuje projekt „Renowacja elewacji ko ciola i zagospodarowanie terenu parafialnego”.

Ponadto Gmina Wyszki razem ze Stowarzyszeniem Gmin Górnej Narwi zamierza przyst pi do realizacji projektu zagospodarowania turystycznego Górnej Narwi polegaj cego mi dzy innymi na wybudowaniu przystani kajakowej w Łysych.

S równie plany zagospodarowania budynku szkoły w Niewinie Borowym, je eli zako czy ona swoje funkcjonowanie w tym roku. Chcemy równie sukcesywnie remontowa wspólnie z mieszka cami funkcjonuj ce wietlice wiejskie, gdy coraz bardziej wzrasta zapotrzebowanie mieszka ców na miejsca do organizacji przyj , styp itp. Te działania s ju podj te (Godzieby, Samułka Du e) i b d kontynuowane.

Jak wida z przedstawionych powy ej planów szczególny nacisk jest poło ony na inwestycje drogowe. Jestem przekonany, e w ci gu kilku najbli szych lat ten plan zostanie zrealizowany.

Jest to tytuł projektu, który oczekuje w Fundacji Wspomagania Wsi w Warszawie na 3000 zł. nagrody dla OSP - Niewino Borowe, organizatora „Po ytecznych Wakacji” w miejscu swojego zamieszkania. Uczestnikami projektu b d dzieci z Niewina Borowego oraz ch tni z niektórych okolicznych wsi. W zaj ciach zaplanowanych od 10 lipca do 10 sierpnia 2009 r. we mie udział około 30 dzieciaków w wieku od 5 - 14 lat. W zwi zku z tym, i wi kszo uczestników naszych wakacyjnych działań to dzieci miejscowych stra aków dlatego wiele zaplanowanych zada zwi zanych jest z edukacj przeciwpo arow . Ma to na celu równie tworzenie przy OSP Młodzie owej Dru yny Po arniczej.

Planuje si cykl spotka ze swoimi stra akami jak te wyjazdy do Powiatowej Stra y Po arnej w Bielsku Podlaskim. Uczestnicy projektu wysłuchaj cennych pogadanek, obejrj nowoczesny sprz t przeciwpo arowy, wezm te udział w „mini zawodach stra ackich”.

Aby wakacje dzieci ce miały po yteczny wymiar zaplanowano te prace na rzecz upi kszania wsi. Dzieci wspólnie ze stra akami zagospodaruj plac przy stra nicy OSP: pomaluj płotki, posadz tujki, zasiej traw , wykonaj rabatki kwiatowe. Po yteczn inicjatyw na pewno b dzie te zabranie informacji o historii OSP w Niewinie Borowym i zapisywanie tego w kronice.

Aby nasze dzieci coraz bardziej zaprzyja niały si z wod zaplanowano wyjazdy na basen do Pływalni Miejskiej w Bielsku Podlaskim. Oprócz wymienionych zada zaplanowane s te zaj cia wietlicowe rozwijaj ce u dzieci sprawno plastyczn , fizyczn oraz intelektualn . Wszystkie to b dzie w zwi zane z tematyk przeciwpo arow . W realizacje projektu b d wł czone matki oraz miejscowi stra acy. Nale y zaznaczy , i wszystkie działania i prace zwi zane z prowadzeniem po ytecznych wakacji odbywaj si na zasadzie wolontariatu.

Dlatego te zawsze na zako czenie tych działań organizowana jest rodzinna wycieczka, która w pewnym sensie jest rekompensat dla dorosłych za ich zaanga owanie w realizacje tego przedsi wzi cia.

Koordynator projektu
Eugenia Gromada

ZE SZKOLE UNIJNYCH

W dniach 20-21.05.2009 r. w Serocku pod Warszaw w Instytucie Rozwoju Biznesu odbyło si szkolenie „Wioska Internetowa kształcenie na odległo na terenach wiejskich”. Wzi ły w nim udział Panie z Niewina Borowego: Eugenia Gromada i Małgorzata Niewi ska, zainteresowane otwarciem tego centrum w swojej wsi. Problematyk zwi zan z zakładaniem, funkcjonowaniem Centrum Kształcenia na odległo na wsi przybli ali przedstawiciele głównego realizatora projektu tj. Fundacji Regionalnej Agencji Promocji Zatrudnienia jak i jej partnerzy: Przedsi biorstwo Telekomunikacyjne Optoland S.A i Zwi zek Ochotniczych Stra y Po arnych Rzeczypospolitej Polskiej.

Dzi ki porozumieniu i zaanga owaniu tych trzech instytucji i jest realizowany jeden z najwi kszych projektów w naszym kraju przy współfinansowaniu Unii Europejskiej na kwot 1407261195.00 PLN.

W ramach tego projektu wymienieni partnerzy w okresie od 01.07.2007 r. do 30.06.2009 r. utworzyli ponad tysi c Centrów Kształcenia na wsiach w ka dym z 16 województw. Lokalizacja ich to wiejskie szkoły, biblioteki, domy kultury i remizy stra ackie. Ka de tworzone centrum jest odpowiednio przystosowane i wyposa one w najnowocze nijszy sprz t komputerowy z pełnym oprogramowaniem edukacyjnym, i wieloma urz dzeniami wielofunkcyjnymi oraz pełnym kompletem mebli dostosowanych do 10+1 stanowisk.

Dost p do Internetu pozwala na udział w e-learningowych wieloprogowych szkoleniach i kursach. redni koszt utworzenia jednego centrum to dla wsi około 100 tysi cy złotych. Korzystanie z tak urz dzonego centrum przez 30 godzin tygodniowo odbywa si dla wszystkich mieszka ców bezpłatnie. Jest to wielka szansa na wspieranie wiejskich społeczno ci w dost pie do edukacji mo liwo integrowania i uaktywnienia rodowiska w miejscu jego działania.

Nale y przyzna , e doprowadzenie do utworzenia takiego przedsi wzi cia na wsi to wielkie wyró nienie dla społeczno ci lokalnej. Niestety, nie wszystkie nasze wsie spełniaj wymogi techniczne pozwalaj ce na funkcjonowanie Wioski Internetowej. Podstawowym wymogiem jest posiadanie usługi szerokopasmowego dost pu do Internetu np. typu DSL. Brak takiej wła nie usługi nie pozwoli w najbli szym czasie na otwarcie w naszej wsi opisywanego przez nas Internetowego centrum kształcenia. Szkoda, e tak aktywna wie nie b dzie mogła wzi udziału w projekcie, który jest skierowany do społeczno ci lokalnych z wielk inicjatyw społeczn .

Uczestniczki projektu.

NZO Bielsk Podlaski zach ca mieszkanki Topczewa i okolic do korzystania z usług miejscowego gabinetu ginekologicznego, w przeciwnym razie zostanie cofni ty kontrakt na wiadczenie usług zdrowotnych dla tego punktu.

Gmina Wyszki w bieżącym roku przystąpiła do Ogólnopolskiej Kampanii Edukacyjno - Profilaktycznej „SPRAWD CZY TWOJE PICIE JEST BEZPIECZNE”. Poniżej zamieszczamy materiały dotyczące przekazu kampanii, sygnałów ostrzegawczych dotyczących uzależnienia od alkoholu oraz porad rodzinom, w których są osoby nadużywające alkoholu.

„W Polsce od lat obserwuje się wzrost spożycia o 100% alkoholu w przeliczeniu na 1 mieszkańca z 7,02 litra w 1998 r. do 9,21 litra w 2007 r. (dane GUS). Zwiększa się również ekonomiczna dostępność alkoholu. Za niedobrym przykładem wynagrodzenie w porównaniu z rokiem 1998 r. można kupić trzykrotnie więcej butelek wódki oraz dwukrotnie więcej butelek piwa i wina. Populacja osób pijących ryzykownie i szkodliwie jest szacowana na około 4 mln i stanowi grupę ponad czterokrotnie większą niż populacja osób uzależnionych od alkoholu. Światowa Organizacja Zdrowia podaje, że alkohol znajduje się na trzecim miejscu w klasyfikacji czynników ryzyka dla zdrowia populacji (po nadciśnieniu tętniczym i paleniu papierosów). Ponadto jest bezpodobieństwem lub po prostu przyczyną ponad 60 typów chorób. Picie alkoholu może być ryzykowne i dlatego należy znać granice tego ryzyka, aby ich nie przekraczać. Każdy dorosły konsument powinien zbadać własny wzór picia alkoholu i stale go kontrolować. Alkohol zawarty w piwie, winie i wódce jest taki sam, tylko w różnych ilościach, szklanka piwa 250 ml o mocy 5% zawiera tyle samo alkoholu etylowego co lampka 100 ml wina o mocy 12% i tyle samo co kieliszek 30 ml wódki o mocy 40%. Jest to porcja standardowa czyli około 10 g czystego alkoholu etylowego.

Pewne grupy osób nie powinny pić alkoholu. Są to:

- ? osoby nieletnie
- ? kobiety w ciąży i matki karmiące
- ? kierowcy
- ? osoby, które przyjmują leki wchodzące w reakcję z alkoholem
- ? osoby, którym szkodzi kawa, nawet najmniejsza ilość alkoholu
- ? osoby uzależnione

Sygnaly ostrzegawcze:

Uzależnienie od alkoholu rozwija się stopniowo i nikt nie może powiedzieć, że uzależni się. 17 stycznia o godzinie 22. Z powodu systemu mechanizmów obronnych pomniejszających i zniekształcających rozmiar problemu sama osoba zainteresowana orientuje się dopiero, i co niepokojące dzieje się w jej życiu. Kiedy pojawiają się wyraźne objawy uzależnienia na ogół choroba jest już rozwinięta. Jednak warto wiedzieć, iż są pewne sygnały rozwoju uzależnienia, które powinny zwrócić naszą uwagę. Pozwól one w porę podjąć działania zaradcze.

Poniżej lista takich sygnałów - zawiera szereg najczęstszycy sygnały uzależnienia:

- ? gdy człowiek zauważa, że działanie alkoholu odpręża i daje ulgę, redukuje napięcie i niepokój, osłabia poczucie winy, o miła, ułatwia za niego czy pobudza do działania...
- ? gdy osoba zagrożona uzależnieniem zaczyna poszukiwać, inicjować i organizować okazje do picia, pije łączywie, jakby gasić pragnienie, wyprzedza kolejki...
- ? gdy postępuje przyzwyczajanie do sytuacji picia (narasta koncentracja w sytuacjach związanych z picciem, oczekiwanie na moment picia, celebrowanie picia, niepokój gdy nie można napić ...)
- ? gdy powtarzają się przypadki upicia, osoba zagrożona pije alkohol pomimo zaleceń lekarskich, sugerujących koniecznie powstrzymanie się od picia...
- ? gdy pojawia się duma z tego, że można wypić większą ilość alkoholu (tzw. mocna głowa - wiadcząca o wzroście tolerancji na alkohol)...
- ? gdy pojawiają się incydenty zapomnienia wydarzeń, które miały miejsce poprzedniego dnia podczas picia (tzw. palimpsesty alkoholowe, „urwane filmy”, „przerwy w yciorys”, „Jak ja doszedłem do łóżka”, „O czym rozmawiałem z moim szefem godzinę przez komórkę ...”)
- ? gdy ktoś, kto wcześniej pił w sytuacjach towarzyskich zaczyna pić w samotności i do tego w ukryciu....
- ? gdy powtarzają się przypadki prowadzenia samochodu po niewielkiej nawet ilości alkoholu....
- ? gdy na uwagę o konieczności ograniczenia picia lub sytuacji utrudniającej dostęp do alkoholu osoba reaguje agresją lub rozdrażnieniem i stara się unikać rozmów na temat swojego picia....
- ? gdy zaczynają powtarzać się wewnętrzne nieudane próby ograniczenia picia lub przysięgi abstynencji po to, aby udowodnić sobie posiadanie kontroli nad picciem alkoholu
- ? gdy powtarzają się regularne wypijanie dużych dawek alkoholu, zwiększa się ilość i częstotliwość spożycia alkoholu np. jednorazowo powyżej 100 gramów etanolu lub regularne codzienne spożycie powyżej 20 gramów etanolu...
- ? gdy dzieje się od picia alkoholu (np.: poranne piwo)...
- ? gdy używanie alkoholu staje się sposobem usuwania przykrych skutków poprzedniego picia (klinowanie)....
- ? gdy rosną negatywne konsekwencje nadużywania alkoholu, a mimo to picie jest nadal kontynuowane.....

możet to oznaczać, że jesteście uzależnieni - nie czekaj, idź do specjalisty, pamiętaj, że uzależnienie to nie katar - samo nie przejdzie!!!

Porady dla rodziny.

Co robić, gdy ktoś bliski nadużywa alkoholu? Przede wszystkim: nie wpadaj w panikę. Spróbuj zastanowić się, co wiesz na temat problemów alkoholowych. Zbierz fakty dotyczące picia alkoholu przez osobę bliską (ważne aby były to konkrety) - możesz zapisać to sobie na kartce dla uporządkowania myśli. Nie zamykaj się w sobie z tymi myślami, omów z innymi członkami rodziny. Nie rozmawiaj z małymi dziećmi. Wybierz sobie rozsądnych i dyskretnych osobę, w której możesz się zwierzyć lub rodziny, z którą możesz mówić o swoich przeżyciach i myślach.

Nie próbuj chować, ani wylewać alkoholu - to niczego nie zmienia, jest tylko kolejnym pretekstem do kłótni. Nie pij alkoholu z osobą nadużywającą - zmniejsza to Twoją wiarygodność jako osoby interweniującej. Nie kłam, aby usprawiedliwić osobę nadużywającą alkoholu przed innymi - niech sama ponosi konsekwencje niewłaściwego używania się z obietnicami i obowiązkami. Nie zatapiaj spraw za osobę pijącą, nie płać jej długów, nie usprawiedliwiaj jej nieobecności w pracy. Nie rozmawiaj z osobą nadużywającą alkoholu gdy jest pijana - jej sposób myślenia jest zmienny. Nie udawaj, że nic się nie dzieje - mów miarowo i jasno o swoich obserwacjach i niepokojach. Posługuj się faktami, nie wdawaj w dyskusje - czym jest alkoholizm i czy „wszyscy tak piją”, nie próbuj samemu diagnozować. Pamiętaj, że u osoby uzależnionej od alkoholu rozwijają się mechanizmy obronne zmieniające jej sposób spostrzegania, wnioskowania i komunikowania się. Osoby pijące w sposób ryzykowny i szkodliwy mogą również zaprzeczać istnienia problemu. Zgromadź konkretne dane, postępuj zgodnie z obiektywnymi kryteriami pokazując zagrożenie. Nie daj się wyprowadzić z równowagi, awantury nie rozwiążą problemu. W rozmowie przedstaw pozytywne perspektywy związane z zaprzestaniem picia alkoholu i negatywne konsekwencje dalszego nadużywania alkoholu. Nie stosuj emocjonalnego szantażu - to nie działa, stawiaj warunki i buduj ultimatum, daj podjąć Ci leczenia, informuj o konsekwencjach niepodjęcia leczenia. Pamiętaj, masz prawo do życia w spokoju i poczuciu bezpieczeństwa i takie samo prawo mają dzieci, jeżeli osoba pijąca narusza ten spokój - musisz jej o tym powiedzieć. Przemyśl, co możesz zrobić, aby czuć się bezpiecznie. Staraj się o zabezpieczenie interesów swoich i dzieci. Staraj się „co” dla siebie - realizować własne cele i zainteresowania. Jeżeli pojawia się przemoc, nie wahaj się wezwać policję - alkohol ułatwia stosowanie przemocy, ale jej używanie nie jest sprawiedliwe. Możesz skorzystać z pomocy udzielonej telefonicznie w Ogólnopolskim Pogotowiu dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” tel. 0 801 12 00 02, czynny od poniedziałku do soboty w godz. 8-16 (płatny pierwszy impuls jak za połączenia lokalne). Dowiedz się gdzie znajduje się najbliższa placówka lecznictwa odwykowego - specjalista Ci pomoże. Oceń rozmiar problemu i wybierz właściwe działania. Możesz też wziąć udział w programie terapeutycznym dla rodzin aby nauczyć się lepiej dbać o siebie i chronić swój rodzinny dom. Pamiętaj, to nie Twoja wina, a bliska Ci osoba pije nadmiernie, nawet jeżeli ona tak twierdzi, zawsze jest to wynik jej wyborów. Jeżeli jesteś zaniepokojony swoim picciem skontaktuj się z placówką leczenia odwykowego. Pomoc i konsultacje udzielane są bezpłatnie również dla osób nieubezpieczonych. Placówki lecznictwa odwykowego udzielają porad nie tylko dla osób nadużywających alkoholu, ale również członkom ich rodzin.”

(przedruk za www.wyhamujwpore.pl)



GŁOS MŁODYCH



Gazetka Młodzie owej Rady Gminy Wyszki Nr 15/2009

Serdecznie witamy Czytelników naszego pisma i zachcamy do lektury. Na łamach Głosu Młodych pragniemy poinformować Państwa o naszych działaniach w II semestrze. Przebiegały one zgodnie z planem pracy przyjętym przez Radę.



Rok szkolny 2008/2009 dobiega końca, a wraz z nim kończy się kadencja piątych Młodzie owej Rady Gminy Wyszki: Diana Kropiewnicka, Ewelina Puchalska, Magdalena Wójcik, Justyna Radkiewicz i Agnieszka Hryniewicka. W związku z tym czekamy na kolejne wybory uzupełniające do rady na przełomie października i listopada nowego roku szkolnego. Już dzisiaj zachcamy młodzie obecną klasę szóstą szkół podstawowych do aktywności na rzecz upowszechniania idei samorządności i demokracji. Bowiem, jak twierdził Nasz Patron Jan Paweł II, „To co otrzymałem w latach szkolnych, do dzisiaj owocuje w moim życiu”. My, młodzi także uważamy, że warto zaangażować się w różnorodne działania społeczne i być otwartym na nauki i wszelkie innowacje.



*Młodzie i dzieci s przyszło ci wiata,
S przyszło ci narodu i Ko ciota,
S t przyszło ci oni, młodzi ludzie,
Ale s ni w oparciu o rodzin ,
o szkoł , o Ko ciót,
O naród, o cały naród.*

Jan Paweł II



Młodzie owa Rada, pamiętajcie o polskich żołnierzach walczących i poległych w obronie Ojczyzny, w kwietniu złożyła kwiaty i zapaliła znicze na grobach polskich bohaterów narodowych. Już tradycją stała się w tym czasie wycieczka do Miejsc Pamięci Narodowej w: Olszewie, Muławiczach, Strabli i Wyszkach.

3 maja Prezydium Rady w składzie: Arkadiusz Kowalewski, Marlena Młodzianowska, Ewelina Puchalska wzięło udział w uroczystych obchodach w sprawie Konstytucji 3 Maja, które odbyły się w Bielsku Podlaskim. W Bazylice odprawiona została Msza w sprawie Ojczyzny, a następnie uroczystość odbyła się przed pomnikiem niepodległości. Poprzez udział w tego typu zgromadzeniach uczymy się patriotyzmu i poszanowania pewnych wartości.

Wybierzcie się i mieszkajcie w wolnej i demokratycznej Polsce, nie możemy myśleć tylko o przeszłości. Dlatego też, będąc Europejczykami w pełnym tego słowa znaczeniu, zorganizowali my wybory do Parlamentu Europejskiego. W ramach ogólnopolskiej akcji **Młodzi Głosuj** prowadzonej przez Centrum Edukacji Obywatelskiej w Warszawie, 2 czerwca odbyły się w Zespole Szkół w Wyszkach





foto: GOKSiT

młodzie owe wybory. Poprzedzone były kampani zachaj c do udziału w głosowaniu. Radni przygotowali plakaty i ulotki dotycz ce kompetencji i funkcjonowania Unii i Parlamentu Europejskiego. Zgodnie z wymogami zachowana została przy tym zasada neutralno ci politycznej. Frekwencja wyborcza wyniosła 32%, a na poszczególne Komitety Wyborcze młodzie oddała nast puj c liczb głosów: PSL - 3, Samoobrona - 2, Polska Partia Pracy - 6, Libertas - 4, SLD-UP - 1, Prawica RP - 1, PO - 7, PiS - 35. Mimo, i w Polsce nie ma ustawowego obowi zku głosowania, to jednak wszyscy obywatele powinni by wiadomi swych praw i korzysta z tego przywileju. To od nas zale y los naszego kraju i to my wybieramy najwy sze władze w Rzeczypospolitej Polskiej. W obecnej Konstytucji z 2 kwietnia 1997 r. jest wyra ny zapis, e „ ródłem władzy jest naród”.



foto: GOKSiT



foto: GOKSiT

Ju na zako czenie informujemy, e 9 czerwca (wtorek) w Urz dzie Gminy Wyszki odbyła si VI sesja rady.

Podsumowali my nasz dotychczasow działalno i po egnali my kole anki z klas III. Od władz Gminy Wyszki radne otrzymały podzi kowania i ksi ki. Pozostali radni jeszcze nie ko cz kadencji, wi c mamy nadziej , e z now sił i energii przyst pi do pracy w roku szkolnym 2009/2010.

Na łamach naszego pisma chcieli my serdecznie podzi kowa **Panu Wójtowi Ryszardowi Perkowskiemu, Pani Skarbnik Stanisławie Ryczkowskiej, Sekretarzowi i jednocze nie opiekunowi rady Panu Tadeuszowi Wielanowskiemu** za nieustanne wsparcie, pomoc i umo liwienie wyjazdu młodzie y na dwie wycieczki: do Warszawy i w region Wielkopolski.

Dzi kujemy tak e **Panu Dyrektorowi Zespołu Szkół im. Jana Pawła II w Wyszkach, Janowi Falkowskiemu, Pani Wicedyrektor Filomenie Rabczuk, opiekunce rady Pani Bo enie Pierzchało, Panu Dyrektorowi Gminnego O rodka Kultury, Sportu i Turystyki Henrykowi Zalewskiemu** za cenne rady i wskazówki.

Korzystaj c z okazji słowa wdzi czno ci kierujemy te do organisty z Wyszek **Pana Józefa Kowalczuka**. Przyznajemy, e zawsze mo emy liczy na owocn współprac .



Na zako czenie serdecznie Wszystkich pozdrawiamy i yczymy słonecznych, beztroskich i udanych wakacji.

Młodzie owa Rada Gminy Wyszki.

Organizatorom Dnia Papieskiego zalecało, aby w obchody oprócz dorosłych czy ci społeczeństwa włączyli się aktywnie dzieci i młodzież. Dlatego w obecności wielu dostojnych gości, w ród których byli ksiądz proboszczowie, przedstawiciele powiatu, firm i instytucji zaprzyjanych lub działających na rzecz gminy Wyszków, zaplanowano i przeprowadzono oprócz przeglądów artystycznych, biegi ulicami Wyszków.

Dziękując tym przyjaciołom, na byłą nagrodzić wszystkich uczestników Dnia Papieskiego. Młodzież ze szkół z terenu gminy Wyszków oraz mieszkańcy gminy przygotowali występy artystyczne o tematyce papieskiej pod hasłem „W hołdzie Janowi Pawłowi II”. Wszyscy chętni mogli też wziąć udział w biegach ulicami Wyszków w różnych kategoriach wiekowych. Tym, którzy aktywnie wzięli udział w uczczeniu 89 rocznicy urodzin Wielkiego Polaka, wręczono pamiątkowe medale, nagrody rzeczowe oraz gorące kielbaski z grilla. W rywalizacji sportowej np. wzięło udział 135 zawodników, którzy wystartowali w 11 kategoriach wiekowych.

Firmom i instytucjom niżej wymienionym, które wsparły finansowo lub rzeczowo organizację Dnia Papieskiego, w imieniu organizatorów składamy gorące i serdeczne podziękowania!

* Gminna Spółdzielnia Samopomoc Chłopska Wyszków * Przedsiębiorstwo Handlowe „Danmar” Danuta Wyszkowska Wyszków * Sklep „Rolnik” Genowefa i Janusz Wyszkowscy Wyszków * Przedsiębiorstwo Produkcyjno-Handlowo-Usługowe „Ogród Marcina” Marcin Tarasiuk Wyszków * Sklep Spożywczy Waldemar Piotrowski - Pulsze * Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Spółka Cywilna Joanna Paszko - Wojtkowska, Bogdan Szorc - Wyszków * Bank Spółdzielczy w Brańsku Oddział w Wyszkowach * Sklep Spożywczy Przemysłowy Warpechowska Łucja - Topczewo * Spółdzielnia Mleczarska „Bielmlek” w Bielsku Podlaskim * Sklep Wielobranowy Brzozowski Krzysztof Brańsk * „Sokół” Przedsiębiorstwo Produkcyjno-Handlowo-Usługowe Sokołowski Jan Brańsk * Zakład Usługowo-Handlowo-Produkcyjny POM-SERWIS Sp. z o.o. Bielsk Podlaski * Powszechny Zakład Ubezpieczeń S.A. Inspektorat w Bielsku Podlaskim * Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Bielsku Podlaskim *

MPO Sp. z o.o. Białystok * Urząd Gminy Wyszków * Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Wyszkowach * Veolia Transport Bielsk Podlaski.

Klasyfikacja konkursowa biegów:

Kategoria kl. „0-I” Dziewcząt	Kategoria kl. „0-I” Chłopcy
I - Trzeszczkowska Anna SP Topczewo	I - Marczuk Karol SP Strabla
II - Wiktoruk Paulina SP Strabla	II - Łuczaj Sebastian SP Falki
III - Ostrowska Magdalena SP Topczewo	III - Wylucki Jakub SP Falki
Kategoria kl. „II-IV” Dziewcząt	Kategoria kl. „II-IV” Chłopcy
I - Chomicka Kamila SP Wyszków	I - Malinowski Dawid SP Strabla
II - Idkowska Karolina SP Falki	II - Bakowski Radosław SP Wyszków
III - Pasińska Izabela SP Topczewo	III - Zalewski Bartłomiej SP Topczewo
Kategoria kl. „V-VI” Dziewcząt	Kategoria kl. „V-VI” Chłopcy
I - Borowska Marta SP Wyszków	I - Górski Dawid SP Topczewo
II - Walicka Anna SP Topczewo	II - Topczewski Mateusz SP Topczewo
III - Olendzka Anita SP Topczewo	III - Wróblewski Karol SP Topczewo
Kategoria Gimnazjum Dziewcząt	Kategoria Gimnazjum Chłopcy
I - Truszkowska Angelika	I - Truszkowski Krystian
II - Paszkowska Angelika	II - Tworowski Adam
III - Trzeszczkowska Agata	III - Sienkiewicz Rafał
Kategoria Panowie do 30 lat	Kategoria Panie „OPEN”
I - Kamiński Jan	I - Siemień Bożena
II - Kruszewski Stanisław	II - Olszewska Marzanna
Kategoria Panowie „OPEN”	
I - Falkowski Jan	
II - Falkowski Jacek	
III - Paszkowski Mirosław	

Przedstawił:
Jacek Falkowski

Wiersze autorskie

„W hołdzie Janowi Pawłowi II”:

Dziękuję Ci Panie - Dziękuję

Zato, stworzyły wiat
Dziękuję Ci Bo e.
Zadarzycia irodzinnego e
Dziękuję Ci Bo e.
Zapomnij o zgorze
Dziękuję Ci Bo e.
Za te kiukwiecone, polajzbo e
Dziękuję Ci Bo e.
Zato, nie brakło chleba oka de jporze
Dziękuję Ci Bo e.
Zato, echlebsi rodził nawet na gorze
Dziękuję Ci Bo e.
Zato, esłum zdrowie nienajgorzej
Dziękuję Ci Bo e.
Zasadę pełne owoców, ogrody warzyw,
lasów grzybów i jagód w leśnictwie jesiennej porze
Dziękuję Ci Bo e.
Zazwierz ta, które w ród nas i w ziemi norze
Dziękuję Ci Bo e.
Zato, jeste w ród nas w postacie chleba i wina,
emo emy odda Ci pokłon w pokorze
Dziękuję Ci Bo e.
Za Ojca wi tego Jana Pawła II,
który zadziwił świat swoim miłością
i zniósł trud, cierpienia w pokorze
Dziękuję Ci Bo e.
Tak jak Matka Niebiańska
Podkrzyżem Syna swego bole nie cierpiała
Tako Matko Polsko
Tynieraz w łzach narodu swego stała
Mijały wieki i lata
Nawet brat zabijał brata
Bóg wszechmocny dał nam pocieszenie
Jana Pawła II Ojca wi tego
który oddał Polsce wiatu swego umysłomienie
Jan Paweł II to wi to heroizmem obdarzana
Bezgranicznie oddany ludziom
Niezależnie, czy była to wschodnia,
czy zachodnia wiat strona

Ależle moce działały, należycie
Przemęły
i zaplanowały skróci Ojcu wi temu ycie
Rka ludzka prowadziła
Kul, którą w pierz Gougodziła
Ojce wi ty Twoja wiara, siła ducha
imoc Bo ato sprawiła
ezdradziecka kula Ci niezabiła
Ludsi modliło Twe zdrowie
Skądż to przyszło, si niedowie
Swoją modlitwę Ojce wi ty
obejmowały wszystkie narody
Ika degoz osobna jak siostrę brata
Pielgrzymowały doka degozaka wiata
Azgromadzone tłumy przed Twoim obliczem
Wypraszały u Boga Ojca łaski,
które trudno zliczyć.
Twoja dobroć imisja wi ta
Przekonuj nas, eu Boga Ojca onas pamiata
Niema Ciebie w ród nas.
Odszedł Ojce wi ty doniebiańskiego wiata
Dowiecznego ycia chwały
Orychł beatyfikacji modli się ludcały
Wszyscyżanos do Boga
Hymnypochwalnie i pieśni białgalne
Ustóp Boga Ojca w niebie
Aniołowie Ojce wi ty otaczaj Ciebie
Koronę gwiazd nios Ci wdarcze,
Białszat nakładaj i bertopodaj
A Ty patrzysz na wesole
i czstożatroskane nasze twarze.
A wszyscy wi ci przyjmij Ci w swoje objęcia
Nie oka dym piewaj pieśni i pisz poematy
O Tobie piewamy,
składamy Ci hołd wielki i kwiaty
Pochylamy przed Tobą głowę nisko
Prosimy
przygarnij wszystkich ludzi do siebie blisko
Agdyb dziesz Ojce wi tyna ołtarze wyniesiony
Błogosław lud tam zgromadzony
Om dro narodu i łaski Bo e
za Twoim wstawiennictwem
Prosimy:
Osił, moc ducha konieczną w niedoli
O umiar w działaniu, bezmylniej swawoli
Niech na opano prawdę stanie

Umacniaj w wierze cały wiat o Panie
Czysłyszysz Ojce wi ty to nasze wołanie?
Niech ten upadły na nogi znów stanie
A wiat Bo yw kolorach czy widzi
Człowieka, człowieka niech się nie wstydy
Daj się, moc ducha tym, coju powstałi
Wspieraj ich Ojce wi ty, by nie upadali
Dajm dro tym, co ster władzy w ród kach maj
Niech dobro narodu na pierwszy plan stawiaj
Anauka Bo a opak ycia zostanie
Przekaj Ojce wi ty Bo emu Miłosierdziu
to nasza wołanie.

Anna Niewińska, Wyszków

Nasz Papie

Ojce wi ty! Papie u! Polaku!
Tynam serca rozgrzałe
Tynasmiło ci ogarniałe
Odszedł... Zostawił...
Do domu swego powrócił
Wielkiej miłości nas nauczył
Nazawsze w pamiątce pozostał
Wielkie dziedzictwo w spadku nam dał
Dzisiaj swoje głowę przed Tobą chylimy
My, dzieci Twoje Ciebie wielbimy.
Ponaszzej ziemi tutaj chodził
Swiat ród nas błogostawił
Do serca swego nas przyciągnął
Ducha braterstwa nam wpajał.
Ile jest gwiazd na niebie
Ile jest kwiatów na ziemi
Niech wszystko wielbi Ciebie.
Ojce Nasz Drogi
Papie u Kochany!
My Ci obiecujemy.
Nigdy Ci kocha nie przestaniemy
Twoje miłości cięczy się chcemy
Nauk Twoich nie zapomnimy.
Matki naszej prosi b dzie mi
By nam Papie a Naszego
wi tym uczyniła
I tronmu w niebie
Jak najszybciej zrobiła.

Barbara Niewińska, Wyszków

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----

.....
/imi i nazwisko/

.....
/adres zamieszkania/

.....
/telefon/

.....
/podpis/

Prosimy bardzo o wypełnienie kuponu i dostarczenie go osobiście lub pocztą do **10.08.2009** na adres:

GOKSiT; 17-132 Wyszków, ul. Szkolna 17.

Wśród uczestników zostanie rozlosowana nagroda, zwycięzca będzie powiadomiony listownie lub telefonicznie.

Uwaga:

1. W losowaniu biera udział jedynie oryginalne kupony.
2. Przez jedną osobę może być wysłany tylko jeden kupon.
3. W "Krzyżówce" mogą brać udział jedynie osoby pełnoletnie.
4. Szczegóły regulamin znajduje się w GOKSiT

Podpis oznacza akceptację regulaminu i zgodę na przetwarzanie danych osobowych przez GOKSiT na potrzeby funkcjonowania placówki stosownie do przepisów ustawy z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz.U.z 1997r., Nr133, poz. 883 ze zm.)

1	2	3	4	5										
6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25					
26	27	28	29	30	31	32	33	34	35					

POZIOMO:

1. Kłótnia, sprzeczka,
6. Graniczy z Czadem,
9. Linia, nie krzywa,
11. Krócej 100 dag,
12. Zwolennik piłki no nej,
13. Szyk bojowy piechoty,
15. W ko ciele boczna,
16. Rodzaj interfejsu twardego dysku komputera,
18. Cyga ski obóz,
21. Litera greckiego alfabetu,
23. Bro Persa,
24. Czołówka listy przebojów,
25. Gaz w kopalni,
26. Piwo z Anglii,
27. Gra z łuzami,
28. Inaczej grupa.

PIONOWO:

2. Du y na ziemniaki,
3. Model Opla,
4. Protestuj ca grupa,
5. Andrzej, malarz,
7. Tam zgini ł generał Sikorski,
8. Kazan, re yser,
10. Mieszkaniec danego kraju,
12. Auto z Korei,
13. Mata Japo czyka,
14. Grz dka kwiatów,
17. Pantofel w mieszkaniu,
19. Pies my liwski,
20. Waluta RPA,
22. Rodzaj sieci.

Chłodnik z awokado

Składniki na 6 porcji:

- 2 dojrzałe owoce awokado,
- 2-3 z bki czosnku,
- 6 szklanek jogurtu,
- pół szklanki mietanki,
- sok i skórka otarta z pół cytryny,
- 2 dymki ze szczypiorem,
- 2 twarde pomidory,
- szklanka bulionu z kurczaka,
- ły ka masła, ły eczka miodu,
- ły ka wermutu, sól, pieprz.

Etapy przygotowania:

1. W rondlu stopi masło, wrzuci pokrojony dymek (bez szczypioru) i czosnek, chwil sma y , doda miód, sól pieprz, zala gor cym bulionem i gotowa pod przykryciem ok. 10 minut.
2. Ze sparzonych pomidorów zdj skórki ,mi szpokroi w kostk , wło y do miseczki, przykry , wstawi do lodówki. Obrane owoce awokado pokroi w kostk , skropi sokiem z cytryny i posypa skórki z cytryny.
3. Potów tych kostek w przykrytym foli naczyniu wstawi do lodówki, pozostałe zmiksowa ze mietank , jogurtem oraz wywarem z cebulki i czosnku, schłodzi .
4. Przed podaniem do chłodnika wsypa posiekany szczypior, wrzuci odło one kostki awokado i pomidorów, wla wermut, delikatnie wymiesza .



Schab pieczony z morelami

Składniki na 4-6 porcji:

- 1.2 kg schabu z ko ci ,
- ły ka oliwy lub oleju,
- 15 suszonych moreli,
- pół ły eczki suszonego majeranku,
- z bek czosnku, sól,
- 1 kg ziemniaków.

Etapy przygotowania:

1. W schabie ostrym no em zrobi wzdłu ko ci otwór i wkłada w niego pomagaj c sobie palcem suszone morele, a uka si po drugiej stronie kawałkami sa.
 2. Schab natrze sol i majerankiem oraz przeci ni tym przez prask czosnkiem. Odstawi na godzin . Rozgrza olej lub oliw , obsma y mi so ze wszystkich stron, wło y do brytfanny, wla 2-3 ły ki wody wstawi pod przykryciem na 45 minut do piekarnika nagrzanego do temperatury 180°C.
 3. Obra ziemniaki i poprzekrawa na wiartki, lekko posoli i wło y do brytfanny obok mi sa. Piec teraz ju bez przykrycia, razem z ziemniakami, polewaj c wytwarzaj cym si sosem. Gdyby było go za mało, podla odrobin wody lub doda pół ły ki masła albo oliwy.
 4. Mi kkie mi so odkroi od ko ci, pokroi na plastry, podawa obło one upieczonymi ziemniakami.
- Dodatek (cykorii duszona z winem):**
2-3 kolby cykorii, pół ły ki oliwy, cukier, sól, pieprz, 3 ły ki wina (mo e by domowe).
Cykori podzieli na listki pokroi w centymetrowe paski, wło y na patelni z rozgrzan oliw , sma y , mieszaj c. W czasie sma enia doprawi sol , cukrem i pieprzem, wla wino i dusi , a cykorii wyra nie zmi knie.

ródło: "Encyklopedia gotowania"



OGŁOSZENIA:

Kupi dom na wsi wraz z posesj
Tel. 783 585 999
mail: chz-studio@go2.pl

Wynajm lub sprzedam budynek handlowo-usługowy z nadbudow mieszkaln :
dół - 180 m2, góra - 160 m2, działka - 800 m2.
Tel. 512 485 964, (085) 737 16 50

KUCHARZ REGIONALNY - SZKOLENIE



Gmina Wyszków czyła się w realizacji projektu współfinansowanego przez Uni Europejską „Zintegrowany Program Operacyjny Rozwoju Regionalnego - Reorientacja Zawodowa Osób Odchodzących z Rolnictwa” w ramach programu „Dziedzictwo Kulturowe w Gminie Bożki”, zorganizowanego przez Białostocką Fundację Szkolenia Kadr.

Projekt ten był skierowany do rolników i ich rodzin na terenie województwa podlaskiego, w ramach którego zaoferowano bezpłatne szkolenia zawodowe przygotowujące do przekwalifikowania rolników i ich domowników z rolnictwa do wykonywania innego zawodu.

Podczas realizacji tych działań zostały przeprowadzone szkolenie **Kucharz regionalny z modułem agroturystyki**, którego celem było poznanie zasad żywienia, organizacji pracy w kuchni, przepisów kulinarnych i zdobycie umiejętności przygotowywania potraw kuchni lokalnej oraz zdobycie wiedzy na temat prowadzenia działalności agroturystycznej.

Organizatorem zajęć był **Gminny Ośrodek Kultury, Sportu i Turystyki** w Wyszkowie, który utworzył grupę liczącą 22 uczestników z terenu gminy i zaprzyjaźnionego Pietkowa gmina Południowa.

Dnia 20.05.2009 r. rozpoczął się moduł „Kucharz regionalny”, na którym prowadzący zajęcia a zarazem opiekun grupy p. **Henryk Zalewski** zapoznał słuchaczy z programem i harmonogramem szkolenia a następnie kładąc nacisk na demontaż obecnych rozdał materiały i pomoce dotyczące omawianych tematów.

Przez pierwsze godziny przedstawione zostały podstawowe zagadnienia higieny m.in. różnica między drożdżami a drożdżami spożywczymi, drobnoustroje chorobotwórcze występujące w żywności, przyczyny i objawy zatrucia pokarmowego.

Następnie omówiony był moduł „Agroturystyki”, zawierający w swej tematyce wymagania prawne i techniczne, standardy kwatery i ich wyposażenie, ochrona środowiska, reklamy i promocja.

W dniach 22 - 26.05.2009 r. trwały zajęcia praktyczne prowadzone przez **Kierownika Restauracji UNIBUS, p. Jadwigę Grzesiuk**. Uczestnicy poznali zarówno podstawy pracy w kuchni jak i zasady dotyczące „obsługi gości”, nakrycie stołu, hierarchia usadzania i podawania posiłków, inaczej mówiąc „savoir vivre przy stole”. Panie wymieniały się przepisami i swoim doświadczeniem.

cd na str. 8

SPOTKANIE KLUBU SENIORA w STRABLI

W poniedziałek 11 maja br. w Szkole Podstawowej w Strabli odbyło się po raz pierwszy spotkanie seniorów zorganizowane przez Gminny Ośrodek Kultury, Sportu i Turystyki w Wyszkowie.

Na spotkanie licznie przybyli seniorzy z Wyszek, Strabli i Mulawicz.

Przybyłych gości powitał pan Dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury, Sportu i Turystyki Henryk Zalewski i pani bibliotekarka Zofia Oksiuta.

HONOROWE KRWIODAWSTWO

Dnia 9 czerwca 2009 r. przedstawiciele OSP zostali wyróżnieni przez Okręgowy Rada Honorowego Krwiodawstwa i Zarząd Okręgowy PCK w Białymstoku medalami pamiątkowymi Ruchu Honorowego Krwiodawstwa Polskiego Czerwonego Krzyża „Twoja Krew Ratuje życie”. Akt nadania tego wyróżnienia otrzymał Pan Antoni Sawoniuk i Pan Andrzej Niewiński za szczególne zaangażowanie w realizację programu aktywizującego lokalne środowisko społeczne do działań związanych z honorowym krwiodawstwem.

Corocznie na terenie naszej gminy organizowana jest akcja honorowego krwiodawstwa. Wśród mieszkańców oddających krew przeważają całe grupy stanowią członkowie OSP. Na przestrzeni ostatnich pięciu lat sami tylko stracą oddali 99 litrów krwi, a na szczególne wyróżnienie zasługuje jednostka OSP w Mulawiczach, która w roku 2008 zajęła II miejsce w województwie pod względem oddanej ilości krwi.



Natomiast uczniowie kl. VI przygotowali krótką inscenizację przybliżyli ją c historii Strabli.

W dalszej części spotkania pani Eugenia Gromada Prezes Klubu Seniorów z Wyszek przedstawiła w skrócie działalność klubu, a także zaproponowała wspólny wyjazd na wycieczkę, pomysł ten przyjęto entuzjastycznie. Po czym ustalono czas i miejsce wyjazdu.

Miłym i ciepłym akcentem spotkania przy herbatce było wspólne śpiewanie pieśni ku czci Matki Bożej.

Na koniec zaproszono gości do obejrzenia wystawy pokonkursowej pt. „Rok Seniora” zorganizowanej przez bibliotekę w Strabli.

Takie spotkanie pokazuje, że niezależnie od wieku istnieje w człowieku potrzeba nawiązania kontaktów, wymiany doświadczeń czy wspólnej zabawy.

Wszystkich seniorów serdecznie zapraszamy.

Zofia Oksiuta
Bibliotekarz GBP Filia w Strabli

KUCHARZ REGIONALNY ... cd ze str. 7

Zajęcia kościelne były wspólnie przyrządzonym obiadem, gdzie również był czas na własne opinie.
 Cykl szkoleniowy kościelny moduł „Wjazd studyjny” polegający na przygotowaniu potrawy konkursowej i prezentacji stołu regionalnego grupy w czasie pikniku rodzinnego w Bojach. Wkład pracy, zaangażowanie i pomysły grupy z Wyszki przeszły wszelkie oczekiwania. Na stole znalazły się między innymi: wyroby garmaeryjne i cznie z kielbask z dzika, ogórki małosolne i kiszzone, ciasta z porzeczka i Marcinkiem na czele a także inne pyszności. Zachwytem degustujących gości nie było końca.
 Wśród zaproszonych gości była Skarbnik Gminy Wyszki p. Stanisława Ryczkowska i Wójt Gminy p. Ryszard Perkowski, który wręczył wszystkim uczestnikom naszej grupy certyfikaty ukończenia szkolenia oraz odebrał wyróżnienie w kategorii „Smak” za konkurs potraw „Borgacz”.
 Po zakończeniu oficjalnej części odbyły się dyskusje, wymiana doświadczeń i kontaktów przy wspólnym biesiadowaniu gospodarzy i gości, które trwało do późnych godzin wieczornych.
 Przeprowadzone szkolenie spełniło zamierzone cele i oczekiwania a impreza podsumowująca na długo pozostanie w pamięci wszystkich uczestników.

(h2)



foto: GOKSiT

R K SENIORA - KONKURS w STRABLI



foto: GOKSiT

W Filii Bibliotecznej w Strabli w okresie wiosennym odbył się konkurs pt. „R k Seniora” skierowany do mieszkańców Strabli i pobliskich miejscowości.
 Konkurs obejmował dwie grupy tematyczne: nasze pasje i zainteresowania, własnoręcznie wykonane prace np. serwetki, wyszywanki, robótki ręczne, wyroby tkackie itp., a także zbiory kolekcjonerskie - znaczki, interesujące widokówki oraz fotografie za starych albumów.
 Ideą konkursu było stworzenie osobom pielęgnującym tradycje tej sztuki pokazania

swoich prac, upowszechnianie wartości i piękna haftu, szydełkowania, dziergania na drutach oraz rozbudzanie zainteresowania sztuk ludowych.
 Ogółem wpłynęło około 100 prac, a także pamiętniki i zbiory kolekcjonerskie od 9 osób. Prace, które wpłynęły na konkurs zachwycają swoją różnorodnością, oryginalnością, niepowtarzalnym pięknem, a stare fotografie i pamiętniki rodzinne wiadczyły o tych, którzy je przechowują i pielęgnują.
 Dnia 05.05.2009 r. w bibliotece w Strabli odbyło się podsumowanie konkursu. Na spotkanie z uczestnikami przybyli: Wójt Gminy Wyszki p. Ryszard Perkowski, Dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury, Sportu i Turystyki p. Henryk Zalewski, pracownik biblioteki w Wyszki p. Katarzyna Borowska jak również goście obecni zaszczycił ks. Proboszcz Antoni Kunicki i Dyrektor Szkoły Podstawowej w Strabli p. Marzanna Marczuk.
 Pan Wójt i Dyrektor GOKSiT podziękowali wszystkim za udział w konkursie i zachęcali uczestników do prezentacji swoich prac na spotkaniach lokalnych mieszkańców Gminy. Po czym wręczono upominki i zrobiono pamiątkowe zdjęcie.
 W miłej i wesołej atmosferze przy herbatce dobiegło końca spotkanie z paniami, które wykonując robótki ręczne czerpiły z nich zadowolenie, realizując swoje pasje, a przy tym tworząc sztukę ludową i pielęgnując tradycje.

Uczestnicy konkursu:

Alicja Radecka - Strabla, Stanisława Popławska - Starbła, Czesława Wiktoruk - Mulawicze, Alina Wiktoruk - Mulawicze, Bożena Wilczek - Strabla, Anna Rogucka - Mulawicze, Maria Kumińska - Mulawicze, Maria Busłowska - Samułka Duża, Stanisław Radziwon - Strabla.
 Wystawa pokonkursowa trwała do końca maja.

Zofia Oksiuta
 - Bibliotekarzka GBP Filia w Strabli

GOKSiT ZAPRASZA

Konkurs „Posesja Twojej wizytówki 2009”

Konkurs zostanie przeprowadzony w dwóch kategoriach:

- 1) gospodarstwo rolne,
- 2) najładniejsza posesja mieszkalna.

O zakwalifikowaniu do danej kategorii zdecyduje Komisja w czasie rozstrzygnięcia konkursu.

Termin zgłaszania gospodarstw (posesji) do konkursu 30 czerwca 2009 r. Cenne nagrody zwycięzcom.

Otwarty konkurs „LATAWCE GÓR -rodzinne puszczenie latawców”

- puszczenie latawców wykonanych własnoręcznie przez dzieci i rodziców w czasie pikniku w Strabli w dniu 21.06.2009 r.

- a) do konkursu mogą zgłaszać się dzieci wraz z rodzicami,
- b) wykonane latawce nie mogą posiadać napędów mechanicznych lub spalinowych,
- c) wykonanie latawców może być w konstrukcji płaskiej jak i przestrzennej,
- d) latawce mogą być wykonane własnoręcznie w szkole lub w domu z pomocą rodziców,

Turniej dzikich druzyn w piłce nożnej

- drużyny 6 osobowe (+ 4 rezerwowi), mecze 21.06.2009 w czasie pikniku w Strabli

Konkurs „Najładniejszy wieniec dożynkowy 2009”

- wieńce wykonane własnoręcznie, dowolny stylizacja.

Termin zgłaszania - ostatni tydzień przed dożynkami gminnymi (sierpień).

Festyny i pikniki:

21.06.2009 r. - Strabla (Powitanie wakacji),

05.07.2009 - Niewino Borowe (Zawody sportowo-policyjne),

sierpień - Wyszki (dożynki).

Już udostępniona jest sala multimedialno-sportowa, a w niej: gra w piłkarzyki, tenis stołowy, bilard oraz dart (rzutki)

KRZYŹÓWKA “WG” 1/09.

W dniu 8 czerwca 2009 roku w Czytelnicy GOKSiT uczniowie wylosowali zwycięzców konkursu „Krzyżówka z hasłem” ogłoszonym w „Wieściach Gminnych” 1/2009 przez Gminny Ośrodek Kultury, Sportu i Turystyki w Wyszki. Zwycięzcy zostali p. **Krystyna Lebioda** zamieszkała w Wyszki. Serdecznie gratulujemy.

Szczegółowe informacje działalności GOKSiT na naszej stronie internetowej: www.goskit.wyszki.pl.

Jeśli chcesz być informowany o ofercie GOKSiT wyślij do nas: goksit.wyszki@e-bielsk.pl swój adres mailowy.

Wydawca: GOKSiT przy współudziale Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych
Redakcja: Katarzyna Borowska, **Redaktor Naczelny:** Henryk Zalewski.

GOKSiT zaprasza:

Kontakt: 17-132 Wyszki; ul. Szkolna 17; tel./fax (085) 737 11 15, tel. (085) 737 11 21 w. 22 mail: goksit.wyszki@e-bielsk.pl

wtorek, czwartek, piątek - 8.00 - 19.30
 pon., środa - 7.30 - 15.30
 2 i 4 sobota w mies. - 13.00 - 17.00