

Znad Poprawdu

ISSN 1234-1223



Piwniczna-Zdrój • Łomnica Zdrój • Młodów • Głębokie • Kokuszka • Zubrzyk • Wierchomla Mała • Wierchomla Wielka

ŚWIĘTO 3 MAJA



Ślubowanie młodzieży strażackiej



ŚWIĘTO 3 MAJA

Dzień Strażaka



Drodzy Czytelnicy!

*Pan Bóg przechadza się po ogrodzie.
Kocham ścieżki, którymi chodzi.*

Ogród to miejsce cudów, których doświadczam cztery razy w roku. Pierwszym cudem jest inicjująca życie przyrody wiosna. Dzięki niej ziemia nabiera zielonych rumieńców.

Wiosna! Rozkwieciły się nam ogrody, ożyły zbocza gór, muśnięte, jak na obrazach impresjonistów, mgiełką kwitnących tarnin. Ma się wrażenie, że anioły chodzą po górach, że wędrują nad szczytami w aureolach chmur, obdarowując nas nadzieją która odradza się jak obudzone sokami drzewa. Rozjaśnia nasze umysły i serca. A my prosimy Tego nad aniołami, by przekierował świat na inne, stabilne i bezpieczne tory. Ale... czy to nie my powinniśmy przekierować swój indywidualny świat na tory skromności, tolerancji, godności codziennego życia i szacunku do innych osób, przede wszystkim członków rodziny, sąsiadów i reszty mieszkańców miejsca, w którym żyjemy? Nasz świat, swoją osobistą przestrzeń, możemy budować, opierając się albo na dramatach i niezgodzie, albo na tym, co wartościowe w naszej ludzkiej naturze i otaczającej nas przyrodzie. Wtedy każdy dzień będzie dawał nam to, co budzi w nas siłę, a nie to, co podkopuje naszą wiarę w siebie, zaufanie do życia, sieje niepokój oraz stwarza obawy dotyczące tego, co tak czy siak się wydarzy. W ciągu ostatnich dwóch miesięcy naznaczonych agresją i niewyobrażalnym cierpieniem milionów ludzi dotkniętych nią w Ukrainie, pokazaliśmy światu romantyczną twarz. Wpuściliśmy do Polski ponad 3 miliony osób. Kilkuset tysiącom daliśmy schronienie.

Ta piękna twarz ma jednak rysy. Są i tacy, którzy przyjęli ukraińskie kobiety i dzieci i pobierają pieniądze za np. spanie w fotelu. Na krytyczne uwagi mają odpowiedź: nie podoba się? Idi w ch... Jeszcze inni (głośna rozmowa dwóch młodych kobiet w kawiarni) – wiesz, wojna? No to co, przecież nie u nas. Mnie to nie interesuje, mogą sobie wszyscy na kupę te kałmuckie łby pourywać. W przyszłym tygodniu mam umówiony zabieg powiększania ust. Mój jak je zobaczy, będzie zachwycony.

No tak, zapanowała dziwna moda na „jednakowość”. Ideałem wielu młodych kobiet jest upodobnić się do lalki Barbie. Czyli: jednakowo u wszystkich zarysowane brwi, nienaturalne, naładowane silikonem piersi jak balony i usta glonojada (to taka ryba czyszcząca akwarium) lub, używając innego określenia usta jak dwie parówki. Nikogo już nie kręci naturalne, indywidualne kobiece piękno. Sztuczność zwycięża. Sztuczność się podoba, lecz jak każde kłamstwo sztuczność ma krótkie nogi.

Po dłuższym czasie zdominowanym przez pandemię, znów można porozmawiać z ludźmi, którzy coraz śmielej pojawiają się w na uliczkach i na rynku Piwnicznej. Jednak do normalności jeszcze daleko. Wyjątkiem był tu żywiołowy koncert charytatywny dla Stow. „Nasz dom”, z jakim w nabitej ludźmi sali MGOK-u, wystąpiła Kapela „Ciupagi”. Trochę jakby po cichu odbywają się jednak spotkania, promocje świeżo wydanych książek i konkursy organizowane przez Dom Kultury np. z okazji 50 urodzin Rogasia. Przecież to nasz Rogaś, sarniátko sierotka spod Radziejowej i historia jego życia wśród dzieci, opisana przez Marię Kownacką w książce „Rogaś z Doliny Roztoki”. Książeczka ukazała się w roku 1957.



Powodem do dumy jest zgłoszenie przez burmistrza Dariusza Chorużyka do plebiscytu „Sadecczanin 2021 roku” piwniczana Mieczysława Łomnickiego. Pan Mieczysław jest emerytowanym nauczycielem, badającym i zapisującym od lat historię miasta i gminy oraz pasjonatem muzyki. Był w latach 60. XX w. współzałożycielem z nauczycielami: E. Lebdowiczem i E. Grucelą zespołu regionalnego „Dolina Popradu” oraz prowadził orkiestrę dętą OSP w Piwnicznej Zdroju. Hejnał jaki wybrzmiewa codziennie z wieży urzędu miasta o dwunastej w południe, jest jego autorstwa.

Wnioskuje, że chociaż powoli lecz systematycznie próbujemy powracać do codziennego normalnego życia. Najbardziej zauważalnym znakiem, że się tak dzieje, jest pojawienie się grup seniorów na pnących się w górę turystycznych szlakach.

A w następnym numerze uczymy Dzień Dziecka fotorelacją „Nasze Dzieci”. Dzieci to nasza duma, nasza miłość i nasza przyszłość. Dobra przyszłość. Nie taka, jaką opisał George Orwell: „Jeśli chcesz zobaczyć obraz przyszłości, wyobraź sobie but na ludzkiej twarzy. Na zawsze”.

Barbara Paluchowa
redaktor naczelna



Wycieczka seniorów

Znad Popradu Gazeta Samorządu Lokalnego

Redaktor naczelna: Barbara Paluchowa
Adres Redakcji: Piwniczna-Zdrój, ul. Partyzantów 7, tel. 18 446 41 36
e-mail: gazetazp@op.pl
Wydawca: MGOK w Piwnicznej, tel. 18 446 41 57
Łamanie i druk: Drukarnia GOLDRUK

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania nadesłanych tekstów, ich redakcji, niezbędnej korekty i nadawania własnych tytułów. Za treść artykułów odpowiadają ich autorzy.



XLV Sesja Rady Miejskiej w Piwnicznej-Zdroju

XLV Sesja Rady Miejskiej w Piwnicznej-Zdroju odbyła się w dniu 5 kwietnia 2022 r. w sali narad Urzędu Miejskiego. W Sesji uczestniczyło 14 radnych, nieobecny Lech Maślanka. Sesję prowadził Adam Musiański – Przewodniczący Rady Miejskiej.

Adam Musiański – Przewodniczący Rady dokonał otwarcia obrad Sesji, odczytał proponowany porządek obrad wraz ze zmianą poprzez dodanie w CZĘŚCI II – PODJĘCIE UCHWAŁ punktu 2 o treści: „2. Uchwała w sprawie upoważnienia Dyrektora Ośrodka Pomocy Społecznej w Piwnicznej-Zdroju do załatwiania indywidualnych spraw w zakresie przyznawania świadczenia pieniężnego za zakwaterowanie i wyżywienie obywateli Ukrainy w związku z konfliktem zbrojnym na terytorium tego państwa”.

Na wstępie **Mariusz Lis – Radny** powiedział, że nie jeden z radnych będzie chciał coś dodać, może będą to jakieś krótkie wnioski i wykorzystując to, że są wszyscy może by jeszcze wolne wnioski dołączyć do tego punktu.

To jest spotkanie techniczne, na które zezwala ustawa, wyjaśnił **burmistrz Dariusz Chorużyk** – po Sesji będzie spotkanie, na które serdecznie radnych zapraszam.

Po stwierdzeniu prawomocności obrad nastąpiło PODJĘCIE UCHWAŁ.

Przed głosowaniem uchwały w sprawie zmiany w budżecie i zmiany uchwały budżetowej Miasta i Gminy Piwniczna-Zdrój na rok 2022 głos zabrała Zofia Kulig – Skarbnik.

Zwróciła uwagę, że jeżeli chodzi o zmianę, którą radni otrzymali w dniu dzisiejszym, kwota 190 175 zł dotyczy wyłącznie porozumienia zawartego z Powiatem na zapewnienie miejsc czasowego pobytu osób przybyłych na terytorium Powiatu Nowosądeckiego, czyli to są ci ludzie, którzy są na terenie gminy Piwniczna-Zdrój i są to środki na pokrycie kosztów, które gmina otrzyma od Powiatu. Nie ma w nich uwzględnionych kosztów dowozu dzieci do szkół.

Mariusz Lis powiedział, że przez dwa tygodnie Szkoła w Łomnicy przygotowywała się do przyjęcia tych dzieci, ale z jakiegoś powodu w dniu konferencji wszystko odwołano i plany zostały zmienione.

Burmistrz Dariusz Chorużyk odpowiedział, że gmina musi się liczyć z kosztami, przeliczono, że to zadanie z powodzeniem wykona Zespół Szkolno-Przedszkolny w Piwnicznej-Zdroju. Jeśli

zajdzie potrzeba, będzie wsparcie ze strony Szkoły Podstawowej w Łomnicy.

Na ten temat głos zabrali: **Jan Toczek** – jak zostanie rozwiązany problem z dowozem tych dzieci, czy obowiązek ten spada na tych, którzy ich przyjęli. Dzieciaki są w różnych ośrodkach, w różnych miejscach gminy i tak naprawdę pewnie gmina poniesie ten koszt. Wypowiedzieli się również **Maria Adamuszek, Czesław Tomaszewski – Komendant Miejsko-Gminny OSP.**

Adam Musiański – Przewodniczący Rady poddał pod głosowanie projekt uchwały.

UCHWAŁĘ NR XLV/354/2022 w sprawie zmiany w budżecie i zmiany uchwały budżetowej Miasta i Gminy Piwniczna-Zdrój na rok 2022 przyjęto jednogłośnie tj. 14 – za.

UCHWAŁĘ NR XLV/355/2022 w sprawie upoważnienia Dyrektora Ośrodka Pomocy Społecznej w Piwnicznej-Zdroju do załatwiania indywidualnych spraw w zakresie przyznawania świadczenia pieniężnego za zakwaterowanie i wyżywienie obywateli Ukrainy w związku z konfliktem zbrojnym na terytorium tego państwa przyjęto jednogłośnie tj. 14.

Adam Musiański – Przewodniczący Rady kończąc obrady poinformował, że w kwietniu odbędzie jeszcze jedna Sesja, na którą zbierane są materiały.

BAS
na podst. Protokołu
Magdaleny Nieć

REKLAMA

PROJEKTY DOMÓW

- DOMY JEDNO I WIELORODZINNE
- ADAPTACJA GOTOWYCH PROJEKTÓW
- PROJEKTY ROZBUDOWY, PRZEBUDOWY
- PROJEKTY GARAŻY I BUDYNKÓW GOSR
- PROJEKTY PRZYŁĄCZA WODY I KANALIZACJI
- KOMPLEKSOWE ZAŁATWIENIE DOKUMENTACJI
- PROJEKTOWEJ Z UZYSKANIEM POZWOLENIA NA BUDOWĘ

ARCHIRAF
PRACOWNIA ARCHITEKTURALNA
mgr inż. arch. Rafał Smyda

666 451 852 Piwniczna-Zdrój os. Banie 10
e-mail: archiraf@wp.pl

Miasto i Gmina realizuje projekt:

Wymiana źródeł ciepła w gospodarstwach domowych na terenie Miasta i Gminy Piwniczna-Zdrój celem obniżenia poziomu niskiej emisji – etap II

Numer Projektu: RPMP.04.04.02-12-0248/18

Działanie 4.4 Redukcja emisji zanieczyszczeń do powietrza

Poddziałanie 4.4.2 Obniżenie niskiej emisji SPR

Regionalny Program Operacyjny Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020 (RPO WM)

CEL PROJEKTU:

Celem projektu jest wymiana starych nieefektywnych źródeł ciepła spalających paliwo stałe (węgiel) na nowe urządzenia grzewcze – kotły biomasowe.

Wymiana źródeł ciepła oraz przebudowa systemów grzewczych przyczynią się do osiągnięcia znacznego zwiększenia efektywności energetycznej, zmniejszenia emisji CO₂ i innych zanieczyszczeń powietrza (PM10 i PM2,5), a także projekt będzie przeciwdziałał ubóstwu energetycznemu.

Długofalowe, społeczno-gospodarcze oddziaływanie projektu dotyczy efektów wykraczających poza natychmiastowe skutki dla otoczenia, grup docelowych Wnioskodawcy:

- poprawa jakości powietrza na terenie Miasta i Gminy Piwniczna-Zdrój, i województwa małopolskiego poprzez ograniczenie emisji gazów cieplarnianych (czyste powietrze) w gospodarstwach indywidualnych,
- ogólny rozwój społeczno-gospodarczy Miasta i Gminy Piwniczna-Zdrój,
- podniesienie prestiżu Gminy poprzez wzrost poziomu wykorzystania odnawialnych źródeł energii na terenie Małopolski tj. biomasy,

- realizacja zapisów zawartych w krajowych i regionalnych programach strategicznych w szczególności PGN i POP WM.

Cele bezpośrednie projektu:

- spadek poziomu emisji PM 10,
- spadek poziomu emisji PM 2,5,
- spadek emisji gazów cieplarnianych (CI 34).

Inwestycja związana z realizacją projektu może przyczynić się również do poprawy sytuacji ekonomicznej, podniesienia jakości zamieszkania, wzrostu gospodarczego związanego z turystyką, a także innymi sferami gospodarki.

MIEJSCE REALIZACJI PROJEKTU: Miasto i Gmina Piwniczna-Zdrój.

Całkowita wartość projektu **871 768,00 zł** w tym dofinansowanie **858 689,10 zł** oraz wkład własny gminy **13 078,90 zł**.

Lokalny punkt informacji na temat projektu oraz informacji ekologicznej do zadań, którego należy promowanie, rozpowszechnianie oraz koordynowanie działań związanych z ochroną powietrza znajduje się w Urzędzie Miasta i Gminy Piwniczna-Zdrój pokój nr 7.

Burmistrz Piwnicznej-Zdroju informuje o rozpoczęciu naboru wniosków na dofinansowanie do wymiany kotłów w ramach projektu: „Wymiana źródeł ciepła w gospodarstwach domowych na terenie Miasta i Gminy Piwniczna-Zdrój celem obniżenia poziomu niskiej emisji – etap II, współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020, Oś Priorytetowa 4. Regionalna polityka energetyczna, Działanie 4.4 Redukcja emisji zanieczyszczeń do powietrza, Poddziałanie 4.4.2 Obniżenie poziomu niskiej emisji.

Regulamin udzielania dotacji określa Uchwała Nr XLIV/348/2022 Rady Miasta i Gminy Piwniczna-Zdrój z dnia 23 marca 2022 r. w sprawie przyjęcia regulaminu udzielania dotacji z budżetu Gminy Piwniczna-Zdrój w projekcie pod nazwą „Wymiana źródeł ciepła w gospodarstwach domowych na terenie Miasta i Gminy Piwniczna-Zdrój celem obniżenia poziomu niskiej emisji – etap II”.

Termin naboru wniosków: od 19.04.2022 r. do wyczerpania środków przeznaczonych w budżecie na ten cel. O zakwalifikowaniu do Projektu decyduje kolejność wpływu wniosków do Urzędu.

Miejsce złożenia wniosku: Urząd Miejski w Piwnicznej-Zdroju, Rynek 20, 33-350 Piwniczna.

Przed złożeniem wniosku należy zapoznać się z regulaminem udzielania dotacji. Wnioski dostępne na stronie internetowej gminy oraz w Urzędzie Miejskim w Piwnicznej-Zdroju pok. nr 7.

Działalność Ochotniczych Straży Pożarnych na terenie Miasta i Gminy Piwniczna-Zdrój w 2021 r.

1. Przedsięwzięcia zrealizowane w 2021 r.

W ramach podejmowanych działań w 2021 roku na bieżąco prowadzono przedsięwzięcia umożliwiające jednostkom OSP udział w działaniach ratowniczo-gaśniczych i szkoleniach, m.in. badania lekarskie strażaków ratowników i kierowców oraz ubezpieczenia strażaków. Podejmowano przedsięwzięcia związane z bieżącym utrzymaniem i użytkowaniem sprzętu ppoż., samochodów oraz innego sprzętu silnikowego (badania techniczne, ubezpieczenia, świadectwa homologacji, serwisowanie, remonty). Ponadto na bieżąco doposażano jednostki OSP w niezbędny sprzęt ppoż. oraz środki ochrony indywidualnej strażaków.

W związku z trwającą pandemią koronawirusa, przez cały rok, prowadzono działania związane z przeciwdziałaniem rozprzestrzeniania się pandemii oraz zwiększeniem bezpieczeństwa mieszkańców gminy. W tym celu zapewniono dowóz żywności i leków osobom chorym, starszym, i objętym kwarantanną. Na prośbę Ośrodka Pomocy Społecznej w Piwnicznej-Zdroju, udzielono pomocy w dowozie żywności i leków do osób potrzebujących na terenie naszej gminy. Na prośbę OPS udzielono również pomocy w rozpakowaniu transportów tir-ów i dystrybucji żywności osobom potrzebującym.

W okresie największego zagrożenia koronawirusem, na terenie całej gminy, jednostki OSP dokonywały dezynfekcji placów zabaw, przystanków, kościołów i innych miejsc publicznych. Na bieżąco dokonywano transportów środków ochrony indywidualnej dla mieszkańców gminy, parafii i szkół. W uzasadnionych przypadkach prowadzono transport mieszkańców gminy na szczepienia przeciwko covid, prowadzono również kolportaż ulotek.

W celu zapewnienia bezpieczeństwa strażaków, jednostki OSP na bieżąco doposażano w niezbędny sprzęt ochrony indywidualnej: kombinezony, maseczki, rękawice, okulary, środki dezynfekcyjne. Większość materiałów otrzymywano bezpłatnie, m.in. z Komendy Miejskiej PSP, ze Starostwa, z MSWiA. Ponadto w celu zachowania ciągłości działań, pomimo pewnych trudności związanych z pandemią przeprowadzono, z zachowaniem wszystkich niezbędnych środków ostrożności, eliminacje gminne Ogólnopolskiego Turnieju Wiedzy Pożarniczej skierowanego do dzieci i młodzieży, w celu popularyzowania działalności strażackiej i bezpiecznych zachowań w codziennym postępowaniu.

Wypracowane wcześniej metody i podjęte decyzje w kwestii organizacji szkoleń pozwoliły, pomimo trwającej pandemii, na przeprowadzenie w roku 2021, szkoleń podstawowych strażaków ratowników. Szkoleniem zostały objęte wszystkie jednostki OSP naszej gminy. W celu praktycznego sprawdzenia umiejętności strażaków oraz możliwości współpracy pomiędzy jednostkami, w październiku 2021 r. przeprowadzono ćwiczenia taktyczno-bojowe strażaków naszego Oddziału, w którym wzięli udział strażacy z każdej jednostki.

W związku z wprowadzonymi ograniczeniami, na terenie Gminy nie prowadzono wielu imprez sportowych-rekreacyjnych, w związku z tym strażacy nie brali udziału w ich zabezpieczeniu. Jednakże we wrześniu strażacy wszystkich jednostek OSP wzięli aktywny i bardzo liczny udział w zabezpieczeniu „Festiwalu Biegowego” organizowanego na terenie Piwnicznej-Zdroju, w którym nasza gmina wystąpiła jako partner głównego organizatora jakim była Fundacja „Festiwal Biegów”.

Nieprzerwanie, przez cały rok, wszystkie jednostki prowadziły działania ratowniczo-gaśnicze. Udział i zaangażowanie jednostek w tych działaniach oraz rodzaje zdarzeń wymagających interwencji straży pożarnej w 2021 r., z uwzględnieniem poszczególnych OSP, przedstawiają poniższe tabele.



Figura św., Floriana w kościele w Głębokiem

Fot. B. Paluchowa

Tabela nr 2 Zdarzenia w 2021 r.			
Požary	Miejscowe zagrożenia	Wyjazdy pozaratownicze	Alarmy fałszywe
71 (2020 r. – 76)	131 (2020 r. – 148)	96 (2020 r. – 45)	30 (2020 r. – 20)

Tabela nr 2a	Požary	Miejscowe zagrożenia	Wyjazdy pozaratownicze	Alarmy fałszywe	Razem
OSP Piwniczna-Zdrój	29	65	39	14	147
OSP Głębokie	18	23	17	2	60
OSP Wierchomla W.	8	22	20	8	58
OSP Kosarzyska	9	14	8	5	36
OSP Łomnica-Zdrój	7	7	12	1	27
Ogółem	71	131	96	30	328 (2020 r. – 289)

Z analizy zdarzeń wynika, że w 2021 r., w porównaniu z rokiem 2020, nastąpił wzrost ilości zdarzeń wymagających interwencji zastępów straży pożarnej o 28 przypadków, tj. o ponad 13%. Wzrost ten spowodowany został, przede wszystkim, większą ilością wyjazdów pozaratowniczych związanych z koronawirusem (transport środków dezynfekcyjnych i ochrony osobistej dla mieszkańców gminy, parafii, szkół, strażaków OSP, dowóz na szczepienia, kolportaż ulotek informacyjnych, itp.).



**Ci, którzy zakładają klapki na oczy,
powinni pamiętać, że w zestawie
znajduje się również uзда i bat.**

~J.Lec

Dzień dobry Uczennice i Uczniowie!

„W dwa lat dziesiątki (...)”
„ (...) , Odessa, Kijów, (...)”
to Europy bastiony (...)”
- Bardzo zastanawiające, ponieważ ten wierszowany,
znany tekst ukazał się drukiem w roku 1939!

Zagadnienie:

1) $1939 + 2 = 41$

Co działo się w roku 1961, 1981, 1991, 2001?

Do zobaczenia.

Leszek Mikołajczyk

Druh Józef Jarzębak odznaczony Krzyżem Małopolski



Podczas uroczystych obchodów Dnia Strażaka, na Placu Religijno-Turystycznym w Piwnicznej-Zdroju, druh Józef Jarzębak został wyróżniony Złotą Odznaką Honorową Województwa Małopolskiego – Krzyżem Małopolski. Dekoracji w imieniu marszałka Małopolski Witolda Kozłowskiego, dokonał radny województwa Stanisław Pasoń.

Józef Jarzębak w 1960 r. w Ochotniczej Straży Pożarnej w Łomnicy Zdroju jest od 1960 roku, w 1965 r. został Prezesem łomnickańskiej jednostki OSP i funkcję tę sprawował nieprzerwanie przez ponad 55 lat, tj. do początku 2021 r. Nie tylko uczestniczył w licznych akcjach, ale także rozbudzał zamiłowanie do służby u kolejnych ochotników. W latach 1966-1999 pełnił funkcję Prezesa Zarządu Oddziału Miejsko-Gminnego Związku OSP w Piwnicznej-Zdroju. Przez

28 lat pełnił funkcję Sołtysa miejscowości Łomnica Zdrój. Doprowadził do elektryfikacji miejscowości oraz wybudowania głównej drogi. Swoje pasje łączył z pracą radnego gminy, gdzie zabiegał o budowę dróg, mostków, o remont miejscowej szkoły, świetlicy, także o zagospodarowanie źródeł mineralnych.

Druh J. Jarzębak był wielokrotnie odznaczany i nagradzany m.in. Złotym, Srebrnym i Brązowym Krzyżem Zasługi, Złotym Znakiem Związku OSP RP, Medalem Honorowym im. Bolesława Chomicza, Złotym, Srebrnym i Brązowym medalem za Zasługi dla Pożarnictwa, Złotym Jabłkiem Sądeckim, Nagrodą Starosty „Zasłużony dla Ziemi Sądeckiej” oraz Odznaką Honorową „Zasłużony dla Oświaty”.



Fot. Barbara Paluchowa

Straż pożarna – dawniej nazywana była strażą ogniową

Najstarszym ze znanych oddziałów wyspecjalizowanych w gaszeniu pożarów byli rzymscy Vigles, zorganizowani w 6 r. n.e. przez cesarza Oktawiana Augusta. W Polsce zasady nowożytnego pożarnictwa pierwszy opracował Andrzej Frycz Modrzewski. SP jest zorganizowaną formacją zajmującą się prewencją i walką z pożarami oraz pozostałymi zagrożeniami dla zdrowia i życia ludzkiego, dobytku oraz środowiska naturalnego.





Stowarzyszenie Gmin i Powiatów Małopolski

przyznaje

MIASTU

PIWNICZNA-ZDRÓJ

WYRÓŻNIENIE SPECJALNE I TYTUŁ
„SAMORZĄD PRZYJAZNY ROWERZYSTOM”

2A ROK 2020

w XII Konkursie im. Grzegorza Stecha
„BEZPIECZNE DROGI W MAŁOPOLSCE
- budujemy chodniki i ścieżki rowerowe”

Kazimierz Barczyk
Kazimierz Barczyk
Przewodniczący Stowarzyszenia
Gmin i Powiatów Małopolski

w Krakowie, dnia 22 kwietnia 2022 roku



III 2022. Bocian w gnieździe na os. „Uwrocie”. Fot. Dariusz Łomnicki

Zawodniczki SP. Nr 1 w Piwnicznej-Zdroju

Mistrzyniami Powiatu

w piłce siatkowej w kategorii „Czwórek”

Dnia 12.04. br. w hali sportowej SP. Nr 2 w Krynicy-Zdroju odbyły się **Mistrzostwa Powiatu w Piłce Siatkowej Dziewcząt w kategorii „czwórek”**. Zawody przeprowadzono w ramach Igrzysk Dzieci. W zawodach wzięły udział zespoły z SP. w Ptaszkowej, SP. W Chelmcu, SP. Nr 2 w Krynicy-Zdroju i SP. Nr 1 w Piwnicznej-Zdroju.

Rozgrywki przeprowadzono systemem „każdy z każdym” do dwóch wygranych setów.

Nasze uczennice zagrały w składzie:

Amelia Fabiś, Amelia Toczek, Nela Sidelnikow, Marta Wójtowicz, Iga Barnowska, Marysia Głasczka, Gabriela Mróz i Maja Polakiewicz.

Dziewczęta spisały się super na boisku wygrywając wszystkie swoje mecze. Ich najmocniejszą stroną była zagrywka. Najlepszą zawodniczką turnieju została wybrana Amelia Fabiś.

Gratuluję postawy, zaangażowania i skuteczności w grze. Swoim zwycięstwem zawodniczki wywalczyły awans na Mistrzostwa Rejonu, które odbędą się 21.04.22 r. w N. Sączu.

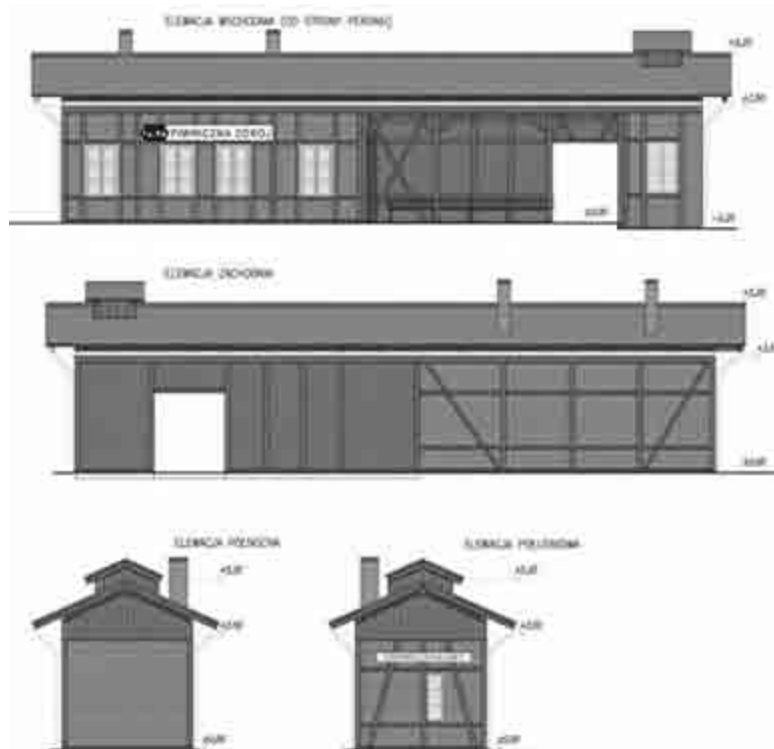
J.J.

0 bocianach

Bocian biały (*Ciconia ciconia*) to ptak, którego przybycie z Afryki do Polski zwiastuje wiosnę, zajęcie gniazda na dachu domu ma zwiastować szczęście dla domowników, Bocian biały osiąga nawet 120 centymetrów wzrostu. Bocian z powodzeniem mógłby być symbolem naszego kraju – co czwarty bocian świata gniazduje w Polsce.. W latach 2004/5 doliczono się ponad 52 000 bocianich par. To oznacza, że pojedynczych osobników było grubo ponad 100 000. Bocian może mieć do około 120 centymetrów wzrostu, a rozpiętość jego skrzydeł nierzadko przekracza dwa metry. Największe skupisko bocianów w Polsce znajduje się na Podlasiu, w miasteczku i gminie Tykocin.

Bocianie gniazda są ogromne i bardzo ciężkie – z roku na rok rozbudowywane przez ptaki mogą osiągnąć wagę nawet dwóch ton i szerokość dwóch metrów. Mimo, że niektóre bociany dożywają ponad dwudziestu lat), to za średnią długość ich życia przyjmuje się 8-9 lat.

Bociany są mięsożerne. Żywią się praktycznie wszystkimi niewielkimi zwierzętami: od owadów (chrząszcze czy koniki polne), przez dżdżownice i pijawki, aż po kręgowce. Zjadają płazy, ryby, gady, gryzonie, a nawet małe ptaki. Mimo powszechnego przekonania, że bociany łączą się w pary na lata, są monogamiczne tylko w czasie jednego sezonu lęgowego.



Sześć kolejnych dworców w Dolinie Popradu zmieni swoje oblicze

FUNDUSZE EUROPEJSKIE

Klasyczne z nowoczesnymi wnętrzami i całkowicie nowe, z górskim charakterem, a do tego przyjazne podróżnym i środowisku – takie będą, już w przyszłym roku, kolejne dworce w Dolinie Popradu. Prace budowlane ruszają na sześciu z nich.

Polskie Koleje Państwowe S.A. przekazały place budowy na dworcach w Miliku, Młodowie, Piwnicznej, Starym Sączu oraz Żegiestowie i Żegiestowie-Zdroju. Inwestycje są realizowane w ramach Programu Inwestycji Dworcowych na lata 2016-2023 z dofinansowaniem ze środków unijnych z Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego. Wszystkie wpłyną pozytywnie na wygląd dworców, ich funkcjonalność oraz bezpośrednie otoczenie.

Częściowo są to przebudowy historycznych obiektów, a w dwóch lokalizacjach powstaną całkowicie nowe dworce!

– *Rozpoczęcie przebudowy dworców w Miliku, Młodowie, Piwnicznej, Starym Sączu oraz Żegiestowie i Żegiestowie-Zdroju to kolejny element wielkiej modernizacji polskiej kolei. Mieszkańcy Doliny Popradu zyskają dzięki temu dostęp do bezpiecznej i komfortowej infrastruktury kolejowej. Mam nadzieję, że zmodernizowane budynki wszystkich tych dworców staną się wizytówkami wspomnianych miejscowości, ważnymi centrami społeczności lokalnych i ułatwią pasażerom podróżowanie koleją po powiecie nowosądeckim. Wszystko to dzięki Programowi Inwestycji Dworcowych, w ramach którego polski rząd przeznaczył do 2023 r. ponad 2 mld zł na modernizację blisko 200 dworców* – mówi Andrzej Bittel, sekretarz stanu w Ministerstwie Infrastruktury.

– *Przebudowa i budowa 12 dworców w Dolinie Popradu to unikatowy projekt. Dzięki prowadzonym przez nas inwestycjom staną się one nie tylko wizytówkami miejscowości położonych w Dolinie Popradu, ale również obiektami komfortowymi dla podróżnych. Prace budowlane rozpoczęły się już na dziewięciu dworcach, niebawem dołączą do nich ostatnie trzy obiekty.*

– *Modernizacja polskiej kolei i zwiększenie jej udziału zarówno w przewozach pasażerskich, jak i towarowych to część Europejskiego Zielonego Ładu. Kolej ma olbrzymi potencjał proekologiczny dlatego Fundusze Europejskie już od ponad 20 lat wspierają szeroko zakrojoną modernizację głównych szlaków kolejowych przebiegających przez Polskę. Łada moment zakończy się, wsparta w 81% z budżetu Unii Europejskiej, kompleksowa modernizacja kolei w Krakowie a kontynuowane będzie unowocześnienie linii dojazdowych do stolicy Małopolski oraz wsparcie przebudowy dworców w regionie. Teraz przyszedł czas na dworce w Dolinie Popradu. Dzięki unijnemu wsparciu dworcom Milik, Młodów, Stary Sącz, Żegiestów, Żegiestów-Zdrój, Piwniczna udało się zapewnić budżet pozwalający, nie tylko na ich odnowienie ale także na ich kompleksową modernizację. To jeden z elementów unijnej strategii, której zamysłem jest aby kolej w państwach Unii Europejskiej stała się środkiem transportu pierwszego wyboru* – mówi Christopher Todd, dyrektor Wydziału ds. Polski w Dyrekcji Generalnej ds. Polityki Regionalnej i Miejskiej Komisji Europejskiej.

Dworzec Żegiestów-Zdrój, wybudowany w 1876 roku, jest najstarszym obiektem.

Kolejnymi historycznymi dworcami, na których rozpoczęły się prace budowlane, są dworce w Żegiestowie i Piwnicznej. Pierwszy z nich zbudowano w 1908 roku, a drugi w 1928.

Dworzec w Piwnicznej-Hanuszowie



Nowy dworzec w Młodowie



Na parterze każdego z dworców zaprojektowano poczekalnie utrzymane w odcieniach bieli i szarości. Podróżni znajdą w nich ławki, gabloty oraz elektroniczne tablice przyjazdów i odjazdów pociągów. W ich sąsiedztwie zlokalizowano toalety, a pozostałe pomieszczenia zostaną przeznaczone na potrzeby spółek kolejowych.

Metamorfozę przejdą otoczenia dworców kolejowych, jak: uporządkowanie zieleni, położenie nowych chodników i elementów małej architektury, stojaki i wiaty rowerowe.

Niewielki dworzec w Młodowie – minimalistyczny w bryle, łączy w sobie styl nowoczesny z architekturą górską. Będzie posiadał również delikatną iluminację nocną. W Młodowie przy dworcu pojawią się nowe chodniki, stojaki rowerowe i trzy miejsca postojowe, a na terenie należącym do stacji po drugiej stronie ulicy wiaty rowerowe z miejscami do odpoczynku.

Dworce, których właśnie rozpoczęto przebudowę, zyskają nie tylko na wyglądzie. Staną się one również przyjazne osobom z niepełnosprawnościami oraz środowisku, a także bezpieczne. Będą one pozbawione barier architektonicznych dla osób o ograniczonej sprawności ruchowej i wyposażone w szereg usprawnień, w tym m.in. ścieżki prowadzące, oznaczenia w alfabecie Braille'a, kontrastową kolorystykę wnętrza oraz plany dotykowe dworców.

Planowany termin zakończenia inwestycji polegających na przebudowie i budowie dworców w Żegiestowie, Żegiestowie-Zdroju, Piwnicznej, Miliku, Młodowie oraz Starym Sączu to początek 2023 roku. Koszt inwestycji to odpowiednio 5,27 mln zł; 5,69 mln zł; 6,53 mln zł; 4,74 mln zł; 4,77 mln zł i 6,76 mln zł. Inwestorem są Polskie Koleje Państwowe, a za projekt i wykonanie przebudów odpowiada SKB S.A.

Autor: Biuro Prasowe UMWM / Biuro Komunikacji i Promocji PKP S.A. / JS

Miliony złotych z Funduszu Leśnego dla samorządów



Fot. Maria Olszowska

Ponad 7,6 miliona złotych otrzymały 25.04. br. gminy Powiatu Nowosądeckiego i Gorlickiego z Funduszu Leśnego. Promesy wręczał poseł i sekretarz stanu w Ministerstwie Klimatu i Środowiska Edward Siarka oraz dyrektor Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Krakowie Paweł Szczygiel. Spotkanie odbyło się w Starostwie Powiatowym w Nowym Sączu

Wziął w nim udział m.in.: starosta nowosądecki Marek Kwiatkowski, wicestarosta Antoni Koszyk, członkowie Zarządu Powiatu Nowosądec-

kiego: Zofia Nika, Edward Ciągło i Marian Dobosz oraz burmistrzowie i wójtowie, którzy otrzymali promesy: Marta Słaby (Łabowa), **Dariusz Chorużyk** (Piwniczna-Zdrój), Jan Dziedzina (Łącko), Stanisław Banach (Podegrodzie), Andrzej Romanek (Łososina Dolna), Jan Przybylski (Gorlice) oraz Mariusz Tarsa (Łużna).

Powiat Nowosądecki otrzymał dofinansowanie na rozbudowę drogi powiatowej Wierchomla Wielka – Wierchomla Mała (most) w Wierchomli Wielkiej (2 mln 145 tys. zł) i na modernizację drogi powiatowej Kotów – Polany, etap I (2 mln 805 tys. zł).

Szczegóły na stronie: <https://nowosadecki.pl/.../miliony-zlotych-z-funduszu>.

źródło: Starostwo Powiatowe w Nowym Sączu

Ni ma letko...

Bodej ta bodej, ni ma letko na tem świecie. Kciałoby sie jesce pozyć, choćby lo wnuków bo if barz kochom i na podchlybki grose daje. A tu Boze drogi nogi mi puchną jak sklonice, ze buta ni moge wzuć. Na ciśnienie zazywom zielone guzicki a na zmocnienie biole. Moja mamusia pomarli na tyfus, na taką nieznośną gorąckę. Mój chłop tyz juz pomar, ale jak był chory tom go kciała wziąć do szpitala, ale łon mi na to; ty mie kces zażnąć, bo dochtory staruf ludzi kcą dotruć. Pom Bóg jes nolepsem doftorem i łon mie powoło jak przydzie cas i jak wybije godzina.

Zięć tyz nom sie nie wydarzuł. Łod roboty sie łotrząso, wódkę pije i po pijanemu blucho na mnie takimi ślypiami i sie rzucio do dowieńio. Co jo sie łomodle zeby sie co łodmieniulo, ale światółka w tunelu nie widno. Dołby Bóg zeby z wiosną lepsc casy nastały.

Krystyna Kulej

Wielki Finał PUCHARU PIWNICZNEJ

1 maja na placu rekreacyjnym obok przystanku PKP odbył się Wielki Finał „Pucharu Piwnicznej 2022”. Wydarzenie, które było podsumowaniem wielu sportowych imprez rodzinnych miało finansowe wsparcie w Gminnym Programie Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii w ramach kampanii „POSTAW NA RODZINĘ”.



Nad całym cyklem sportowych rodzinnych zmagani miała pieczę firma „Freestail” z Michałem Pustułką na czele i pracownikami Rowerowej Doliny. Dzięki zaangażowaniu szefowej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Pani Annie Kulig i Magdalenie Nieć, oraz hojnym sponsorom, finał imprez Pucharu Piwnicznej był ze wszelkich miar udany.



Fot. Magdalena Nieć



Anthony de Mello

Diogenes

Filozof Diogenes jadł soczewicę na kolację.

Zobaczył go filozof Arystyp, który żył wygodnie za cenę pochlebiania królowi.

Arystyp zwrócił się do Diogenesa:

- Gdybyś się nauczył być poddanym królowi, nie musiałbyś jeść tej dziadowskiej soczewicy.

Na to odpowiedział Diogenes:

- Gdybyś ty się nauczył jeść soczewicę, nie musiałbyś przypochlebiać królowi.

Śpiew ptaka, ZYSK i SKA wydawnictwo 19

George Orwell

- * W czasach powszechnego fałszu mówienie prawdy jest aktem rewolucyjnym.
- * Polityka została wymyślona po to, aby kłamstwo brzmiało jak prawda.
- * W obliczu bólu nie ma bohaterów.
- * Człowiek najbardziej pragnie być przede wszystkim rozumianym.

Żywiółowy występ Kapeli „Ciupaga” na koncercie charytatywnym dla Stowarzyszenia „Nasz Dom”

Kapela góralska „Ciupaga” to grupa przyjaciół których połączyła miłość do muzyki góralskiej. Repertuar zespołu początkowo oparty był na melodiach ludowych z okolic Łącka i Sądecczyzny, który stopniowo wzbogacał się o utwory folkowe inspirowane klimatami bałkańskimi, węgierskimi, słowackimi, rumuńskimi. Aktualnie zespół ma na swoim koncie również autorskie piosenki. Wielką zaletą wszystkich członków kapeli jest żywiółowe i radosne przekazywanie muzyki, które udziela się słuchaczom.

Klimat muzyki wspiera bogate instrumentarium, gdzie obok skrzypiec, akordeonu i kontrbasu pojawiają się cymbały i altówka węgierskie, cajon oraz tzw. przeskadzajki. Zespół wielokrotnie występował na scenach lokalnych, ogólnopolskich i międzynarodowych. Występował na estradach słowackich, czeskich, holenderskich, angielskich, austriackich, gruzińskich, ormiańskich. W swoim dorobku posiada trzy płyty. Łącznie zagrał około 300 koncertów, przy czym najdalszy w Erewaniu- stolicy Armenii. Liczba członków kapeli rosła wraz ze wzbogacaniem instrumentarium. Zespół istnieje od 2005 roku.

- Piotr Krzywdziński – skrzypce, wokal
- Piotr Lulek – skrzypce
- Marcin Pietrzak – altówka
- Mateusz Plechta – altówka
- Andrzej Talar – kontrabas
- Jacek Krzywdziński – instrumenty perkusyjne
- Paweł Gałysa – cymbały węgierskie / gitara
- Mateusz Dudek – akordeon
- Kamil Cudzych – perkusja
- Tomasz Pawlak – skrzypce

www.kapelaciupaga.pl

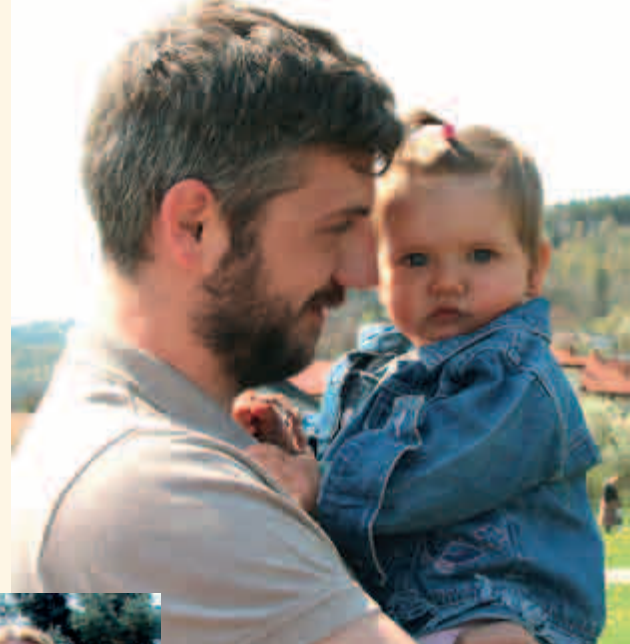


Frontmen Piotr Krzywdziński



Fot. B. Paluchowa

DZIEŃ RODZINY



Mamo, wołam twoje imię
Znowu jesteś przy mnie
Jak za dawnych lat

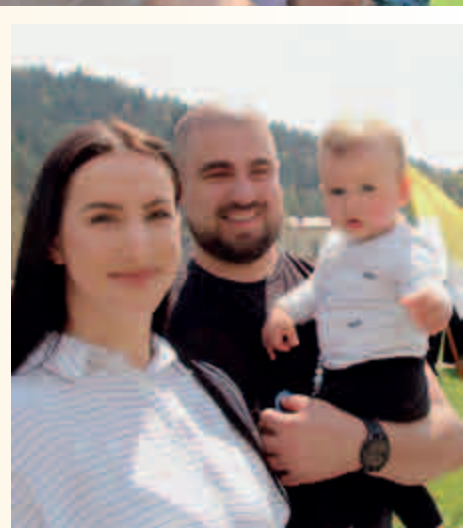
Widzę znów nasz dom
Ciebie, Mamo, w nim
Wspominam stary klon
Ciemny i wysoki jak dym

O, Mamo, w sercu cię kołyszę
List do ciebie piszę...

Fragment piosenki z r. 1964 pt. Do Ciebie Mamo, śpiewanej przez Violetę Villas. Autorzy tekstu: Mirosław Łebkowski Stanisław Werner. Kompozytor: Adam Skorupka.

W niedzielę 15 maja będziemy uroczystie obchodzić Międzynarodowy Dzień Rodziny. Wszystkim Matkom i Ojcom za ich miłość, oddanie i trud wkładany w wychowanie swoich dzieci, składamy podziękowania i życzenia by życie rodzinne, tak ważne dla Polaków, było nadal wartością najważniejszą, opartą na więzi przyjaźni i zaufania.

Redakcja ZP



Fot. B. Paluchowa



Wielki Piątek i Niedziela Palmowa



Fot. B. Paluchowa



Fot. Dariusz Łomnicki



Fot. Janusz Wojciechowski





KONKURS PALM



PROTOKÓŁ

Rozstrzygnięcia Gminnego Konkursu Palm

z dnia 10 kwietnia 2022 r.

Organizatorzy Konkursu to Parafia pw. Narodzenia Najświętszej Maryi Panny w Piwnicznej-Zdroju i Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury w Piwnicznej-Zdroju.

Chcemy serdecznie podziękować biorącym udział za przygotowanie palm, przez co dostarczyliście wszystkim artystyczno-estetycznych doznań tradycji Niedzieli Palmowej.

Do konkursu wystawiono 30 palm. Palmy zostały podzielone według kategorii palma tradycyjna i palma artystyczna do 1 metra długości i powyżej.

Gratulujemy zdolności plastyczno-manualnych, a przede wszystkim chęci.

Skład komisji konkursowej:

Przewodnicząca – Pani Barbara Kotarbowa

Członkowie

Pan Józef Kisielowski – również sponsor części upominków

Pani Basia Kotarbońska

Pani Maria Jarząb

Ks. Janusz Balasa

Wszystkim Państwu gorąco dziękujemy za tę współpracę.

UWAGI KOMISJI:

Komisja pragnie podkreślić, że poziom konkursu z roku na rok podnosi się. W ocenie palm w KATEGORII TRADYCYJNEJ brano pod uwagę przede wszystkim zgodność z lokalnymi zwyczajami oraz użyte materiały. W KATEGORII ARTYSTYCZNEJ kompozycję, dobór barw, architekturę bryły, staranność wykonania, finezję.

WYNIKI:

W kategorii PALMA TRADYCYJNA do 1 metra:

Wyróżnienia:

- Weronika Jarosińska
- Weronika Lisowska
- **III m.** – Anna Sekuła
- **II m.** – Barbara Porębska
- **I m.** – Franciszek Mika

W kategorii PALMA TRADYCYJNA powyżej 1 metra:

Wyróżnienia:

- Rodzina Sławeckich
- Anna Kulig
- Stowarzyszenie Nasz Dom
- Marta Wójtowicz
- Maciej Toczek
- **III m.** – Wiktoria, Mieszko, Norbert Jarosińscy
- **II m.** – Julian Mika
- **I m.** – Kacper Dominik

W Kategorii PALMA ARTYSTYCZNA do 1 metra:

Wyróżnienia:

- Marta Długosz
- Amelia, Liliana Łomnicka
- Bartłomiej Gałysa
- Piotr Jeremenko
- Zuzanna i Anna Tokarczyk
- Bartłomiej Bogaczyk
- **III m.** – Wojciech Szafran
- **II m.** – Krzysztof Grucela
- **I m.** – Karolina Stępień

W kategorii PALMA ARTYSTYCZNA powyżej 1 metra:

Wyróżnienia:

- Karol Dominik
- Weronika Jeremenko
- Agnieszka Lisowska
- Julia Maślanka
- Martyna Maślanka
- Małgorzata Jakacka
- **III m.** – Magdalena Tymura

- **II m.** – Franciszek Gurgul
- **I m.** – Rodzina Jarzębaków

Dziękujemy Księdzu Proboszczowi Krzysztofowi Czechowi, Panu Józefowi Kisielowskiemu oraz Stowarzyszeniu Górali Nadpropradzkich za zasponsorowanie nagród.

Protokół z konkursu dostępny na stronie internetowej MGOK:

www.mgok.piwniczna.pl





Lapis super lapiolem (Kamień na kamieniu)

- Zapowiedź upadku Jerozolimy i zniszczenia świątyni

„Ewangelia św. Mateusza” 24.2

Halo! Nie chce mi się żyć

Nastolatki ukrywają problemy. Ostatnio coraz częściej.



- Jak powrót do szkoły i do nauki stacjonarnej wpłynął na nastolatki? Z jakimi problemami dzwonią w ostatnich miesiącach?

- Początek roku szkolnego to był czas wzmożonego napięcia. Nastolatki w rozmowach z nami często mówiły o obawach o to, jak zachowują się nauczyciele. Zastanawiały się, czy groźby, że po powrocie trzeba będzie wszystko nadrobić i pisać mnóstwo sprawdzianów, się spełnią. Stresowały się tym, czy odnajdą się w kontakcie z rówieśnikami po wielomiesięcznej przerwie.

- Te kilka tygodni nauki stacjonarnej w maju i czerwcu wiele im nie dało.

- To było tylko zamykanie roku szkolnego. Jeśli chodzi o interakcje między nastolatkami i między uczniami i nauczycielami, niewiele miało szansę się wydarzyć. Wiele młodych osób we wrześniu w pewnym sensie weszło w nowe środowisko. Nawet jeśli wróciły do starej klasy, to przez ostatnie półtora roku ich relacje z innymi uczniami zdążyły się zmienić. Podobnie jak zmieniło się otoczenie i oni sami. Wiele dzieciaków straciło umiejętności społeczne. Zwłaszcza osoby, dla których kontakty z innymi już wcześniej stanowiły trudności, bo podczas pandemii było dużo mniej okazji do podejmowania związanych z tym wyzwań. Ale nawet te nastolatki, które nie obawiały się powrotu do szkoły, z zaskoczeniem stwierdziły, że jest „dziwnie”.

- Co przez to rozumiały?

- Czuły się nieswojo z tym, że znów tylu ludzi jest wokół, znów są grupy i podgrupy, znów trzeba z kimś gadać na przerwie.

To odbijało się negatywnie na ich samopoczuciu i postrzeganiu siebie. Myślały: co się ze mną stało? Dlaczego sobie nie radzę? Wielu uczniów miało wobec siebie, i zresztą ma nadal, bardzo nie-realistyczne oczekiwania.

- Czego dotyczą?

- Tego, że mimo tak długiej izolacji i braku regularnych spotkań z rówieśnikami w szkolnej przestrzeni będą się czuć jak dawniej, będą funkcjonować, jak by nic się nie stało. A przecież zmienił się cały świat. Wszystko uległo jakiemuś przeobrażeniu i wszyscy musieli się zmierzyć z trudnościami. Oczekiwanie, że się będzie funkcjonować w taki sam sposób, jest dla nas zaskakujące. Wygląda na to, że nastolatkom brakuje rozmów o tym, co się może z człowiekiem dziać w obliczu takich zmian. Brakuje kogoś, kto im powie: „To naturalne, że teraz możesz się bardziej stresować, że może ci brakować śmiałości w kontaktach z innymi. Nie ma szans, by to, co się dzieje na świecie, nie wpłynęło na twoje samopoczucie i funkcjonowanie.

- Przed pandemią poważnym problemem wśród młodych ludzi był też lęk społeczny. Czy teraz się nasilił?

- W ogóle w okresie pandemii lęk jest dominującym motywem rozmów. Młodzi ludzie boją się o swoje zdrowie, o sytuację finansową, o to, jak rodzice sobie poradzą z tym, że z powodu COVID-19 ich firmy działają inaczej. Często jest też lęk o przyszłość, np. tegoroczni maturzyści bardzo się boją, czy zdadzą maturę i dostaną się na upragnione studia, bo ich edukacja w liceum była prawie wyłącznie zdalna. Mówią więc też o lęku społecznym, ale ten problem nasila się z roku na rok. Młodzi ludzie wciąż się zastanawiają, jak się zachować w towarzystwie, co mogą powiedzieć, żeby wziąć udział w rozmowie, żeby to pasowało do sytuacji, było zabawne lub chociaż akceptowalne, żeby się nie wygłupić, nie zostać źle odebranym. Co więcej, są przekonani, że ten lęk, jak wypadną na tle innych, jest wyłącznie ich problemem. Są zaskoczeni, że wiele nastolatków ma takie same trudności, jest tak samo roztrzęsionych i rozdygotanych.

- Jakie mają oczekiwania wobec telefonu zaufania? Chcą opowiedzieć o trudnym zdarzeniu, proszą o radę, dzwonią z konkretnym problemem?

- Czasami chodzi po prostu o wygadanie się, wyrzucenie z siebie tego, co długo trzymali gdzieś na dnie, bo bali się, że to zostanie zbagatelizowane albo wyśmiane. Czasem nastolatek zaczyna: „Chciałbym opowiedzieć o trudnej sytuacji, jaka mi się przydarzyła”. Wtedy najczęściej tematem rozmowy są relacje np. z chłopakiem, z przyjaciółką, mamą lub inną ważną osobą. Częściej jednak słyszymy: „Nie wiem, od czego zacząć, nie wiem, jak to nazwać, w sumie nie wiem, co się ze mną dzieje”. Dużo jest w tym zagubienia i pomieszania uczuć charakterystycznych dla stanów depresyjnych. Młodym ludziom często brakuje siły do życia, mają obniżony nastrój i lęk o to, co się z nimi dzieje.

- Jak to opisują?

- Mówią np. „Nie mam siły wstać i kiedy mogę, śpię do południa albo idę na wagar. A jak już idę do szkoły, to daję z siebie wszystko i staram się, żeby nikt niczego nie zauważył, ale po powrocie to odchlorowuję - padam na łóżko i nie mam siły na nic. Jak

mama wchodzi do pokoju, mówię, że wszystko jest okej, tylko się nie wyspałam. Nie jest dobrze, ale w sumie nie mam powodów do depresji”. Wtedy zastanawiamy się, z czego to może wynikać, ale też tłumaczymy, że może nie być jednego powodu złego samopoczucia. Być może różnych negatywnych bodźców jest tak dużo, że w końcu ich psychika przestaje sobie z nimi radzić. Zwłaszcza jeśli są z tym wszystkim sami, bo nie chcą nikogo zdręczać czy zwracać na siebie uwagi. Nastolatki broń Boże nie chcą zostać uznane za „atencjusza”.

- Czyli kogo?

- To określenie funkcjonuje w języku nastolatków od kilku lat. Oznacza osobę, która różnymi metodami próbuje pozyskać uwagę. Nastolatki mają duży konflikt między potrzebą bycia zauważonym a lękiem, że to się wyda. Słyszymy np. „Jak mam komuś powiedzieć, że czuję się jak ta dziewczyna, która się samooka-leczała, jeśli potem nazywano ją atencjuszką? Bardzo nie chcę, żeby ktoś o mnie tak powiedział”. Ukrywają więc problemy i czasem, niestety, one zaczynają się wylewać w niebezpieczny sposób. Ostatnio zdarza się to coraz częściej. We wrześniu mieliśmy aż 88 interwencji, a w październiku 76. Zwykle jest ich 50-60.

- Czym jest interwencja?

- Wezwaniem pomocy do osoby, której życie lub zdrowie jest zagrożone, np. mierzy się z nasileniem myśli samobójczych, jest w trakcie próby samobójczej, uciekła z domu i nie jest w bezpiecznym dla siebie miejscu, a nie widzi możliwości powrotu, czy też jest w sytuacji poważnego zagrożenia przemocą. Jeżeli dziecko się na to godzi i podaje swoje dane, dzwoniemy na numer alarmowy, a tam już zapada decyzja, jaka pomoc jest mu potrzebna, i zostaje wysłany odpowiedni zespół. Natomiast zdarza się, że nie mamy danych, połączenie zostaje przerwane albo ktoś wysłał nam wiadomość przez formularz na naszej stronie internetowej i gdy dopytujemy się o szczegóły, nie dostajemy odpowiedzi. Wtedy podejmujemy interwencję na mocy porozumienia z Komendą Główną Policji- prosimy o ustalenie miejsca pobytu tej osoby i dotarcia do niej w celu zapewnienia jej bezpieczeństwa. Zdarzają się też tzw. interwencje lokalne, czyli kontaktujemy się z kimś z otoczenia dziecka, kto może mu pomóc, np. z pedagogiem szkolnym lub wychowawcą. Dzieje się to w porozumieniu z dzieckiem, kiedy ono się na to godzi i kiedy nie ma bezpośredniego zagrożenia dla jego życia, np. gdy wcześniej próbowało sięgnąć po pomoc, ale nie zostało dobrze zrozumiane albo trudności nie minęły, a dziecko już nie ma gotowości, żeby zgłosić się po wsparcie.

- Z jakiego powodu interwencje są zwykle podejmowane?

Najczęściej młody człowiek od dłuższego już czasu cierpi z powodu obniżonego nastroju i myśli samobójczych, ale pod wpływem jakiegoś impulsu, jak np. rozstanie czy kłótnia z rodzicami, podczas której padają przykre słowa, dochodzi do nasilenia tych myśli i nastolatek uznaje, że nie jest już w stanie tego znieść. Te bezpośrednie powody bywają bardzo różne. Mogą być związane ze szkołą, tożsamością psychoseksualną, przemocą albo dyskryminacją. Rzadko rozmawiamy z nastolatkami, które mówią: „Wszystko było okej, ale rozstałem się z dziewczyną i już nie chcę żyć”. Zwykle, jeśli podrażnimy, okazuje się, że od dłuższego czasu są jakieś problemy, np. w domu panuje napięta atmosfera, dziecko

nie może liczyć na wsparcie rodziców, skarży się, że nie wie już, o czym rozmawiać, żeby nie doszło do kłótni.

- No właśnie, mówiło się, że lockdown był ekstremalnie trudnym czasem dla dzieci, które doświadczyły przemocy ze strony najbliższych. Jak jest teraz?

Rzeczywiście od momentu, gdy nastolatki mają możliwość wyjść z domu, w którym nie czują się dobrze, rzadziej zgłaszają trudności w relacjach z rodzicami, ale to nie znaczy, że przestały do nas dzwonić z tego powodu. Nierzadko mówią o uzależnieniu rodziców od alkoholu i przemocy z ich strony.

- Czy przemoc ze strony rówieśników to też częsty problem?

- Tak. Zwłaszcza psychiczna - wykluczenie z grupy, ponizanie, odbieranie godności, np. ktoś jest wyśmiewany z powodu trudności, jakich doświadcza, sytuacji materialnej czy zdrowotnej. Czasem ktoś powierza komuś sekret z nadzieją, że to się nigdy nie wyda, a za chwilę okazuje się, że zna go pół klasy albo i szkoły. Nastolatki wiedzą, że przemoc psychiczna jest trudniejsza do zauważenia przez dorosłych, więc stosują ją, często czują się bezkarne. Czasem nie zdają sobie sprawy z tego, że to, co robią, jest przemocą, a „niewinne dogryzanie” bywa nie do zniesienia i może odebrać poczucie bezpieczeństwa.

- A z czego rzadko zdają sobie sprawę rodzice? Jakie problemy często bagatelizują?

- Dorosli często nie przyjmują do wiadomości, że dziecko boryka się z tak obniżonym nastrojem, że nie chce mu się żyć. To jest ogromny problem, bo kiedy nastolatek już się z tego zwierza, to znaczy, że cierpi od dłuższego czasu, zbiera się w sobie, zastanawia, jak to powiedzieć i komu, czy na pewno dobrze to ujmie i w jaki sposób to zostanie odebrane. Czasem wcześniej dzwoni do nas i mówi, że się tego boi, więc rozmawiamy o tym i zastanawiamy się, jak można to zrobić. Niestety, zdarza się, że gdy w końcu idzie do rodziców, słyszy: Oj, nie przesadzaj. Co ty możesz mieć za problemy. Powinnaś mniej siedzieć w telefonie, jakbyś wyszła do ludzi, spędziła czas z koleżankami, to byś od razu się lepiej poczuła”. To taka recepta, którą rodzice często wypisują nastoletnim dzieciom. I wtedy one stwierdzają: „Po co to mówiłam. Może rzeczywiście coś jest ze mną nie tak, że nie doceniam tego, jak rodzice się starają. Wszystko jest w domu dobrze, a ja mam depresję. Muszę być jakąś okropną córką”.

- Często słyszy pani o poczuciu winy?

- Bardzo. Nastolatki pytają: „Jak mam powiedzieć o tym mamie, skoro ona ma tyle problemów, w tym miesiącu miała stłuczkę i trzeba naprawić samochód, ciężko pracuje, żeby nam opłacić zajęcia dodatkowe. Tak się stara, a ja mam jej powiedzieć, że nie chce mi się żyć? Jaka to będzie niewdzięczność”. Dzieci często mówią, że są „jakimiś strasznymi ludźmi”- tak to określają. Rodzice w ogóle sobie tego nie uświadamiają. Nie słyszą tego, bo nie zapraszają młodych ludzi do rozmowy. Nie mają na to przestrzeni.

- Jak takie zaproszenie powinno wyglądać?

- Można powiedzieć dziecku: „Jak będziesz mieć problem, przyjdź, pogadamy o tym. Pamiętaj, że ja ci zawsze pomogę bez względu na to, jaki to będzie problem. Zrobię wszystko, co w mojej mocy, żeby go rozwiązać”. Pretekstem do tego może być

wspólne oglądanie serialu czy programu telewizyjnego, np. jeśli porusza problem nastolatków, można zapytać: „A jak to jest u ciebie w szkole? Gdybyś się tak czuł, to ja bym chciała wiedzieć”.

- Jednym z bardzo popularnych seriali wśród młodzieży było „13 powodów”, o dziewczynie, która popełniła samobójstwo, a wcześniej nagrała taśmy, w których omawia wszystkie tego powody. Okrucieństwo, z jakim się spotkała i brak jakiegokolwiek pomocy są porażające. Wielokrotnie doświadczyła przemocy seksualnej ze strony rówieśników. Koleżanki publicznie się od niej odwróciły, by chronić swoje interesy. - Chłopak, który jej się podobał, rozpowszechnił nieprawdziwe informacje na jej temat. A szkolny pedagog zlekceważył jej problemy. Czy możliwe, żeby czegoś takiego doświadczali także uczniowie w polskiej szkole? Czy też należy to uznać za bardzo przejawiony obraz? Kompletną fikcję?

- Nie. Nastolatki rzeczywiście miewają podobne problemy jak bohaterka tego serialu. Dzwoniło do nas wiele osób, które się z nią identyfikowały. Ten serial jest bardzo niebezpieczny dla młodzieży, więc cieszę się, że nie jest już tak popularny. W nim jest pokazany kompletny brak wsparcia, totalna beznadzieja, bardzo szkodliwe relacje dorosłych. Oglądając go, młody człowiek może nabrać przekonania, że w pewnych przypadkach samobójstwo jest jedynym rozwiązaniem, że nie ma sensu prosić dorosłych o pomoc.

- A jak powinien zareagować rodzic, kiedy dziecko zwierza mu się z poważnego kryzysu, powie, że nie chce żyć?

- Ważna jest autentyczność. Rodzic ma prawo być w szoku, ma prawo być zagubiony i może powiedzieć: „W tym momencie też nie wiem, co z tym zrobić, ale się zastanowię i znajdziemy pomoc dla ciebie”. To naturalne, że rodzice sami nie potrafią pomóc dziecku, które od dawna zmagają się z depresją i myślami samobójczymi, i dobrze, by nie udawali, że jest inaczej.

- To znaczy?

- Czasami rodzic mówi: „Kiedy straciłam pracę i czułam się źle, rozmowa z przyjaciółką mi pomogła. Pogadajmy o twoich problemach, to tobie też będzie łatwiej”. Oczywiście po takiej rozmowie może pojawić się ulga, ale nie nastąpi diametralna zmiana. Tak poważne problemy nie mijają błyskawicznie, trzeba je długo przerabiać. Jako rodzice nie jesteśmy w stanie tego z dziećmi robić, bo jesteśmy z nimi zbyt związani. Dzieci obawiają się, że kiedy rodzice poznają ich uczucia i problemy, zaczną o nich inaczej myśleć, będą się zastanawiać: taka była fajna dziewczyna z tej mojej córki, co się z nią porobiło? Konieczna jest więc pomoc specjalisty. Depresja, tak jak zapalenie płuc czy cukrzyca, nie leczy się domowymi sposobami.

Opracował Józef M. Franus
specjalista pediatrii

Mniszek lekarski

Ta często pomijana roślina jest uznawana za chwast, ale tak kwiaty, liście, a szczególnie korzeń mają wiele leczniczych właściwości. Powinna być zbierana z dala od dróg i innych zanieczyszczeń.

Nasze babki używały syropu z mniszka, wiedząc, że zawiera wiele leczniczych substancji. Dodatkowo ma właściwości moczopędne, stymuluje wydzielanie żółci, oczyszcza wątrobę, działa antyalergicznie i redukuje cholesterol. Mniszek lekarski zawiera witaminy i minerały: witaminę B6, tiaminę (witaminę B1), ryboflawinę (witaminę B2), witaminę C, żelazo, wapń, potas, kwas foliowy i magnez. Zawiera ok. 53% zapotrzebowania organizmu na witaminę K i około 110% zalecanej dziennej dawki witaminy A.

Kwiaty i młode liście oraz korzeń mniszka lekarskiego zbiera się głównie wiosną, kiedy cała energia jest w nim skupiona. Korzeń wyrывa się z ziemi przy pomocy małej wąskiej łopatkii lub innego narzędzia. Należy to robić ostrożnie, usuwając delikatnie ziemię wokół korzenia tak, by go nie uszkodzić i nie dopuścić



do utraty cennego leczniczego soku. Jako lekarstwo korzeń jest używany zarówno świeży jak i suszony. Nieszkodzone korzenie myjemy, osuszamy np. w papierowym ręczniku, obieramy i kroimy na małe kawałki. Po zalaniu wrzątkiem kilku drobno pokrojonych kawałków należy odczekać ok 10 min. Herbata jest gotowa. Jeśli chcemy korzeń ususzyć, pokrojone kawałki należy rozłożyć na

płaskiej powierzchni na świeżym powietrzu w chłodnym, suchym miejscu na 5 do 14 dni. Ususzony korzeń przechowuje się w szklanym słoiku w ciemnym suchym miejscu. W takim stanie zachowuje on swoje medyczne właściwości do roku. Podobnie suszy się też i przechowuje kwiaty i liście mniszka.

Na podst.: heatlyandnaturallife.com

Program priorytetowy „Moja ziemia”



Program skierowany jest do osób fizycznych będących właścicielami lub współwłaścicielami nieruchomości, na której znajduje się budynek mieszkalny jednorodzinny, z uwzględnieniem domów nowo budowanych z kompletnym systemem orynnowania dachu (uwaga: na dzień składania dokumentów rozliczeniowych, wymagane będzie potwierdzenie uzyskania poezwolenia na użytkowanie).

Finansowanie obejmuje zakup, montaż, budowę i uruchomienie instalacji, pozwalających na zagospodarowanie wód opadowych i roztopowych na terenie nieruchomości objętej przedsięwzięciem, takich jak: przewody odprowadzające wody opadowe zebrane z rynien, wpustów do zbiornika nadziemnego, podziemnego, otwartego czy zamkniętego, szczelnego lub infiltracyjnego, instalacja rozsączająca, zbiornik retencyjny szczelny lub b infiltracyjny, zbiornik retencyjny nadziemny otwarty, zbiornik retencyjny nadziemny zamknięty, zbiornik retencyjny podziemny zamknięty.

Dofinansowanie: dotacja do 80% kosztów kwalifikowanych, ale nie więcej niż 5 000 zł. Nabór wniosków – ciągły w okresie od 1 lipca 2020 do 31 maja 2024 r. lub do czasu rozdysponowania puli środków.

Okres kwalifikowalności kosztów od 01.06.2020 r. do 31.05.2024 r. ale zadanie nie może być zakończonych przed datą złożenia wniosku. Wniosek należy złożyć w wersji papierowej i elektronicznej.

Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Krakowie ogłasza nabór wniosków w ramach Programu priorytetowego „Moja woda”.

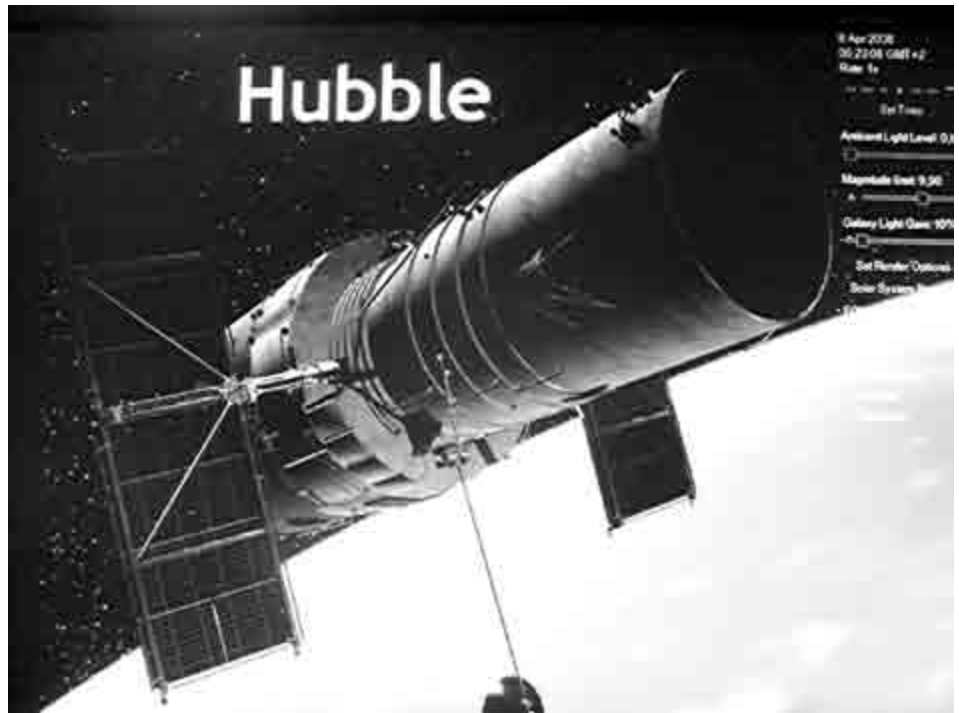
Adres:

Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Krakowie, ulica Kanonicza 12, 31-002 Kraków

Krąży od 32 lat

Teleskop Hubbl’a znajduje się poza naszą atmosferą i okrąża Ziemię na wysokości 593 km nad poziomem morza w około 96-97 minut, z szybkością 28 000 km/godzinę.

Teleskop nazwano tak na cześć astronoma Dawida Hubbl’a. W dniu 24 kwietnia 1990 r. został umieszczony na orbicie okołozemskiej. Waży około 11 000 tys. kilogramów. Teleskop ma kształt cylindra o długości 13,2 m i średnicy 4,2 m. Teleskop Hubbl’a może robić zdjęcia z kosmosu z rozdzielczością ponad 0,1 łuku sekundy.



Zagłada drzew przesądzona?

Na całym świecie wycina się prastare lasy podtrzymujące życie na Ziemi, by produkować jeszcze więcej wołowiny, oleju palmowego, kakao, drewna i papieru na europejskie i amerykańskie rynki.

Ustawodawcy w USA pracują nad zakazem importu towarów, których produkcja wiąże się z niszczeniem lasów. To byłby przełom! W Stanach Zjednoczonych swoje siedziby ma wiele największych firm świata. Nowe prawo diametralnie zmieniłoby globalne łańcuchy zaopatrzenia i pomogłoby chronić cenne lasy, ludzi, którzy je zamieszkują, a także zwierzęta.

W Unii Europejskiej ta zmiana już zachodzi. Trwają prace nad prawem, które zakaze importu towarów powiązanych z wylesianiem.

Zagłada lasów zagraża nam wszystkim!

Nowe przepisy zakazałyby importowania towarów powiązanych z wylesianiem. To oznacza, że znikłaby przemożna zachęta do wycinania lasów! **Jeśli amerykańskie firmy będą musiały przestrzegać nowego prawa, a podobne zmiany przyjmie Europa, o wiele trudniej będzie sprzedawać towary, kiedy ceną za nie jest niszczenie lasów.**

Ten rok może się okazać dla lasów zbawienny – albo przypieczętować ich los.

Droga Redakcjo!

Nasza lokalna gazeta jest wizytówką gminy i prezentuje się bardzo dobrze. Różnorodność artykułów i ładna graficznie. Ale jak cała prasa nie sprzedaje się w 100%. Wydawca powinien dopilnować, by zwroty były wyłożone do poczytania w poczekalniach ośrodka zdrowia, w sanatorium, domach wczasowych, kawiarniach, restauracjach i innych miejscach publicznych. Zaopatrzenie tych miejsc powiedzmy raz na kwartał, byłoby wystarczające. Powinna być dostępna podczas różnych imprez w pomieszczeniach zamkniętych i na powietrzu tak po prostu do wzięcia.

Tak było w Dreźnie, gdzie jeździłem do kuzynów przed pandemią covid. Zespół redakcyjny Znad Popradu podjął współpracę z osobami spoza gminy, co wzbogaca treści w gazecie. Prócz tematyki gminnej, propagowania naszego miejscowego góralskiego folkloru otwiera „okno na świat”, poruszając tematy mogące za interesować szersze grono czytelników.

Gazeta jest wizytówką gminy od 30 lat. Jubileuszowo życzę całemu Zespołowi Redakcyjnemu dalszej odpowiedzialnej pracy, z nadzieją, że niszczycielska wojna za naszą wschodnią granicą szybko się zakończy.

Czytelnik T. B. (nazwisko do wiad. Red.)

Od redakcji: gazeta Znad Popradu ukazuje się od 31 lat.

Międzynarodowy Karpacki Wyścig Kurierów

2 maja w Święto Flagi zrobiło się na Sądecczyźnie prawdziwie wiosennie, ciepło i kolorowo. Rozpoczął się w Piwnicznej-Zdroju – mieście odznaczonym Krzyżem Walecznych za zasługi w czasie II Wojny Światowej – drugi etap 39. Karpackiego Wyścigu Kurierów pamięci Wacława Felczaka. Był to jedyny etap wyścigu w Polsce, na trasie Piwniczna-Zdrój - Zaporza w Niedzicy, pierwszy wystartował z Budapesztu, a zakończył w Starej Lubowni. W całym wyścigu łącznie brało udział 20 zespołów (teamów), około 100 kolarzy U23 z całego świata. Uczestnicy 2 etapu Wyścigu Kurierów startowali z Nakła o godzinie 13⁰⁰. Burmistrz Dariusz Chorużyk przywitał zawodników i dokonał honorowego startu.

Trasa prowadziła z Piwnicznej-Zdroju z przejazdem przez Rynek na dystansie 149 kilometrów, przez siedem górskich premii, w tym Przełęcz Knurowską i Sromowce Wyżne. Skrudzinę i Szczereż. Etap zakończyli na dolnej zaporze w Niedzicy. Klasyfikacja – dziesiątka najlepszych kolarzy obok.



Fot. Justyna Deryng

b



39. edition Budapest Csepel - Stará Ľubovňa - Piwniczna Zdrój - Niedzica Zaporza - Poprad - Vysoké Tatry **29.04-03.05.2022**

STAGE 2 - 2022-05-02 Piwniczna-Zdrój-Niedzica Zaporza (POL)

STAGE INDIVIDUAL CLASSIFICATION

Stage distance: 147,9 km

Winner's average speed: 40,45 km/h

RANK	BIB	UCI ID	SURNAME, NAME	TEAM	TIME	B/P	GAP	PTS
1.	91	GER	100 362 083 63	HEMING Mika	ATT Investments	03:39:22	-10	20
2.	101	ITA	100 300 238 07	U21 BURATTI Nicolo'	Cycling Team Friuli ASD	03:39:22	-6	+00 19
3.	11	POL	100 153 284 08	PAPIERSKI Damian	Poland National Team	03:39:22	-4	+00 18
4.	233	LAT	100 521 844 65	U21 BELOHVOSCIKS Kristians	UC Monaco	03:39:22		+00 17
5.	71	ITA	100 299 321 60	MARCELLUSI Martin	Bardiani CSF Faizane	03:39:22		+00 16
6.	115	POL	100 593 891 41	U21 POMORSKI Michal	HRE Mazowsze Serce Polski	03:39:22		+00 15
7.	221	DEN	100 584 406 62	THOMSEN Frederik	Team IBT-BH CarlRas	03:39:22		+00 14
8.	21	SVK	100 460 565 90	U21 NAGY Simon	Slovak National Team	03:39:22		+00 13
9.	192	POL	100 235 678 49	MIERZYŃSKI Piotr	TC Chrobry SCOTT Głogów	03:39:22		+00 12
10.	104	CRO	100 284 056 24	U21 MIHOLJEVIC Fran	Cycling Team Friuli ASD	03:39:22	-2	+00 11

Na Popradzie powstaną cztery przystanie

Poprad to płynąca w Popradzkim Parku Krajobrazowym rzeka buntownik. Ma 167 km długości i wypływa na wysokości 1302 m n.p.m. z połączenia potoków: Hińczowego i Krupy w Dolinie Mięguszwieckiej po słowackiej stronie Tatr Wysokich. Jego polski odcinek, łącznie z odcinkiem granicznym ze Słowacją liczy 60 km.

A dlaczego jest rzeką zbuntowaną? Bo to jedyna rzeka, która zamiast płynąć do zlewiska Morza Czarnego, robi zwrot ku północy, przedziera się przez Karpaty i pokonując granicę polsko-słowacką w Leluchowie, płynie przez Muszynę, Piwniczną i Stary Sącz, podążając ku Dunajcowi, z którym łączy się między Starym, a Nowym Sączem.

Wzdłuż biegu rzeki biegnie droga i linia kolejowa, budowana jeszcze za cesarza Franciszka Józefa. O dawności tej linii komunikacyjnej świadczy chociażby zabytkowy budynek przystanku kolejowego w Piwnicznej-Zdroju.

Dzięki licznym źródłom wód mineralnych bijących głównie na prawym brzegu rzeki powstało kilka uzdrowisk. Poprad płynie w malowniczym terenie z kilkoma przełomami. Aby wykorzystać



Pierwszy przystanek kolejowy w Piwnicznej-Zdroju

turystycznie te naturalne walory powstał wspólny projekt trzech gmin: Muszyny, Piwnicznej-Zdroju i Starego Sącza, który dostał dofinansowanie z Polskiego Ładu. Związek Gmin Krynicko-Popradzkich otrzymał na ten cel 4,5 mln zł rządowej dotacji. Dzięki tym środkom mają powstać na Popradzie cztery przystanie z pełną infrastrukturą dla aktywnego wypoczynku dla turystyki wodnej (łódki, kajaki, pontony). Dwie przystanie ze stojakami na rowery, altankami, ławkami itp. będą wybudowane w Piwnicznej-Zdroju, jedna w Barcicach i jedna w Starym Sączu.

W Piwnicznej zagospodarowana zostanie należąca do gminy część góry Kicarz. Powstaną nowe ścieżki spacerowo-biegowe, a stare wraz z wejściami do parku zostaną wyremontowane. Na górze stanie altana i grota, w której znajdą się skrzynie z legendarnym skarbem, zakopanyym gdzieś na Kicarzu i nigdy nie odnalezionym. Z kolei brzegi Popradu wokół przystani, czyli powyżej Hotelu Piwniczna SPA oraz w okolicach pola namiotowego na Nakle, będą służyć do wypoczynku i aktywności osób w każdym wieku.

Planuje się rozpoczęcie prac jeszcze w tym roku.

BP

Coraz trudniej

nam się żyje. Powód? rosnąca inflacja, już prawie 13-procentowa. Następuje szybki wzrost cen czyli drożyzna.

I tak:

- * pieczywo podrożało o 18%
- * mięso wołowe o 24%

- * mięso drobiowe o 32%
- * cukier o 25%
- * oleje o 24%
- * ziemniaki o 40%

Podrożały inne produkty oraz usługi i jak przewidują ekonomiści inflacja będzie pustoszyć nasze portfele.

Bronek z Obidzy

Patrzę na Ciebie

Niemoc się rodzi, gdy moc truchleje.
Serce dziś pęka, łzy ciurkiem płyną.
Wiarę zdeptały płonne nadzieje.
Patrzę na Ciebie Ukraino.

Nie jestem, jak wy bohaterowie
i nawet przepić nie mam siły,
za wasze życie. Wasze zdrowie
Patrzę na Ciebie Ukraino.

Czy jestem z wody, czy kamieniem?
Może i tak, bo nie chcę ginąć.
Słabość się rodzi, gdy moc truchleje.
Patrzę na Ciebie Ukraino.

(Patrzę i pytam, ile jeszcze
śmierci na chwałę bohaterom,
bo ci, co giną są powietrzem,
kamykiem w procy dla ich celów.

To ich wynoszą na ołtarze.
Za nich modlitwy morzem płyną.
Gierojom chwała? Czas pokaże.
Patrzę na Ciebie Ukraino).



Mariupol, 26 marca

Fot. Igor Koltzow

Dzień ślubu to wielkie wydarzenie. Warto celebrować każdą rocznicę ślubu

Historii nazwy rocznic można doszukiwać się już w czasach Cesarstwa Rzymskiego, kiedy to mężowie obdarowywali swoje żony w 25. gody srebrnym wieńcem, a w 50. złotym.

Im dłuższy staż małżeński, tym określenie rocznicy ślubu staje się bardziej szlachetne.

Nazwy rocznic ślubu:

- pierwsza rocznica ślubu – papierowa,
- piąta rocznica ślubu – drewniana,
- dziesiąta rocznica ślubu – cynowa (ew. aluminiowa),
- piętnasta rocznica ślubu – kryształowa (ew. szklana),
- dwudziesta rocznica ślubu – porcelanowa,
- dwudziesta piąta rocznica ślubu – srebrna,
- trzydziesta rocznica ślubu – perłowa,
- czterdziesta rocznica ślubu – rubinowa,
- pięćdziesiąta rocznica ślubu – złota rocznica ślubu (złote gody),
- sześćdziesiąta rocznica ślubu – diamentowa,
- siedemdziesiąta rocznica ślubu – kamienna,
- osiemdziesiąta rocznica ślubu – dębowa.

Na podst. stronakobiet.pl



Widok na Zawodzie i Kicarz – lata 30. XX w.

Środki pozyskane przez Miasto i Gminę Piwniczna-Zdrój

2019 11 919 785,96 zł

2020 10 788 193,99 zł

2021 26 952 284,02 zł

Łącznie 49 660 263,97 zł

FRASZKI

DWULICOWIEC

W oczy nic nie powie,
lecz gdy spojrzysz nań
połowa to człowiek,
połowa to drań.

ZŁOTE GODY

Dożywocie bez krat
przez pięćdziesiąt lat.

POKORA

Potulni i cisi, są ci którym wisi.
Władysław Dzięgała

O JEDNYM

Umysł ma prosty jak wodorosty.
Myślą nie skażony jak glony.

O JEDNEJ

Uchodzi za „laleczkę”
lecz w głowie ma sieczkę

BP

Przysłowia na kwiecień i maj:

- Gdyby w kwietniu nie padało, to owoców będzie mało.
- Jak przygrzeje słonko, przejdzie kwiecień łąką.
- Grzmot w maju, sprzyja urodzaju.
- Jak w maju plucha, to w czerwcu posucha.
- Od świętego Florka, daj chleba do worka.
- Pankracy, Serwacy i Bonifacy gdy z przymrozkiem stają, zimne lato dają.
- Jeśli w maju deszcz na dworze, to jesienią chleb w komorze.
- Kto się w maju urodzi, dobrze mu się powodzi.
- Ślub majowy – grób gotowy.

Ksiądz Józef Sadowski (1960 – 2022)

Pamiętamy Go jako wikariusza w Parafii Narodzenia Najświętszej Maryi Panny w Piwnicznej-Zdroju. Kapłan miał 62 lata i pochodził z Sądecczyzny. Zanim został proboszczem w Cerekwi, był wikariuszem w Ropczycach, Łęgu Tarnowski i Piwnicznej-Zdroju. Msza św. pogrzebowa i pogrzeb odbyły się w piątek (29 kwietnia) w rodzinnym Rytrze.

Ks. **Józef Sadowski** urodził się 22 marca 1960 roku w Nowym Sączu. W 1979 roku ukończył szkołę średnią w Starym Sączu i zdał egzamin maturalny, a następnie wstąpił do Wyższego Seminarium Duchownego w Tarnowie. Po ukończeniu studiów filozoficzno – teologicznych, 26 maja 1985 roku został wyświęcony na kapłana przez biskupa tarnowskiego. Po święceniach ks. Józef Sadowski był przez 6 lat wikariuszem w parafii w Ropczycach. Potem w Łęgu Tarnowskim był dekanalnym duszpasterzem Liturgicznej Służby Ołtarza i pełnił posługę kapłańską jako wikariusz.

W 2003 roku ówczesny biskup tarnowski Jan Styrna mianował go administratorem, a następnie proboszczem Parafii św. Wawrzyńca Męczennika w Cerekwi.

Do 1 września 2021 roku pełnił przez 18 lat urząd proboszcza. Od września 2021 roku pomagał duszpastersko w Parafii św. Sebastiana Męczennika w Strzelcach Wielkich. Zmarł 26 kwietnia 2022 r.



Ołtarz w Kościele pw. NNMP – lata 50.



3 maja – Msza św. na Placu Jana Pawła II



Biblioteka Publiczna w Piwnicznej-Zdroju
oraz
Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury w Piwnicznej-Zdroju

zapraszają

na spotkanie z **Bogdanem Potońcem**
autorem książki „Młyny i tartaki wodne doliny Popradu”
oraz prelekcję „Młyny i tartaki wodne Piwnicznej”

Piątek 29 kwietnia 2022 r. godz. 18:00
sala widowiskowa Miejsko-Gminnego Ośrodka Kultury



Bogdan Potońc reprezentuje Polskie Towarzystwo Historyczne
Oddział w Nowym Sączu



Fot. Biblioteka Publiczna Miasta i Gminy w Piwnicznej-Zdroju

Dom i chleb

Tuż przed długim weekendem i świętem 3 Maja odbyła się w Miejsko-Gminnym Ośrodku Kultury w Piwnicznej-Zdroju promocja książki „Młyny i tartaki wodne doliny Popradu”, przygotowywanej przez Autora do druku przez kilka lat. Jest to kolejna pozycja o materialnym dziedzictwie kulturowym na terenie Sądeckiego. Ludzie trudniący się tartaczniactwem i młynarstwem cieszyli się szacunkiem, jako ogniwa w łańcuchu powstawania domu i chleba i byli ludźmi majątymi. Tamci ludzie odeszli, zniknęły z krajobrazu tartaki i młyny wodne, napędzane siłą górskich strumieni. Zostały dawne zdjęcia, opisy i opowieści, które w unikatowym wydawnictwie zebrał i opublikował pan Bogdan Potońc.

O promocji zorganizowanej przez Bibliotekę Publiczną, napiszemy w następnym numerze Znad Popradu. **(B)**

Sen i drzemka

Ponieważ generalnie śpimy za krótko, czy to z powodu stresu, przepracowania czy złych nawyków, wielu z nas lubi się zdrzemnąć w ciągu dnia, szczególnie po obiedzie. Ale to odpowiednio długi, bez wybudzania się w nocy, regularny sen, ma wpływ na nasze samopoczucie i zdrowie. Spać należy nie za krótko i nie za długo. Wystarczy 7 do 8 godzin, aby nasze ciało, cały organizm i pracujące w ciągu dnia zazwyczaj na pełnych obrotach komórki mózgowe, mogły się zregenerować.

Nie jest niczym nowym stwierdzenie, że kto się nie wysypia, ten czuje się zmęczony w ciągu dnia i na dodatek przybiera na wadze (ostatnio zauważyłam to u siebie). Odpowiednia ilość i jakość snu jest równie ważna jak dieta i ćwiczenia. Po nieprzespanej nocy zwiększa się apetyt na pokarmy bogate w kalorie węglowodany i tłuszcze, obniża się odporność, spada intensywność aktywności fizycznej, pojawiają się problemy z koncentracją i zapamiętywaniem, a także obniżony nastrój. Wynikiem niewysypiania się są różne dolegliwości, np. rozdrażnienie, bóle głowy przysypianie w ciągu dnia, podczas codziennych czynności, zaburzenia metaboliczne i hormonalne, prowadzące do nieprawidłowości w odżywianiu, prawdopodobieństwo zachorowania na cukrzycę typu 2 oraz demencję.

Autorytety medyczne twierdzą, że wspierająco na sen, na problemy z zasypianiem działają m.in.: melisa, owies, glóg, szyszki chmielu. Warto mieszanekę tych ziół zaparzyć i wypić przed snem.

Naturalnym sposobem uzupełniania niedoboru snu wydaje się drzemka. Krótka drzemka w ciągu dnia przynosi, szczególnie osobom starszym, wiele korzyści, m.in. może służyć obniżaniu ciśnienia krwi, poprawy pracy serca, możliwości intelektualnych, orientacji przestrzennej i pamięci roboczej. Ale nadmierna ilość snu też nie jest dobra dla naszego zdrowia. Potrzeba częstej i długiej drzemki może być sygnałem szybkiego starzenia się organizmu i objawem rozwijającego się stanu, prowadzącego do choroby Alzheimera.

Ucinać sobie drzemkę czy nie ucinać – oto jest pytanie. Myślę, że kwadrans lub pół godziny drzemki w ciągu dnia, nikomu nie zaszkodzi.

B. Paluchowa

*Materiał przygotowałam w oparciu o informacje portalu
medonet.pl/zdrowie*

Krystyna Kulej

* * *

Matko Boża Mariupolska
Ześlij cud na Twoje miasto.
Matko Boża, tam Twe dzieci...
Tam bez wody serca gasną.
Jak przed laty Jasną Górę
Ocaliłaś objawieniem,
Tak dziś Matko w Mariupolu
Bądź opoką, bądź zbawieniem.
Czyste niebo i spokojne
Niech powróci baldachimem.
Pod nim ukraińskie dzieci
Będą chwalić Twoje imię.
Tak niewiele pozostało,
Jak w Warszawie po Powstaniu...

Matko Boża! Nie za późno,
By Twe miasto zmartwychwstało.

Wielki Tydzień 2022



W MGOK-u w Piwnicznej-Zdroju trwa wyplatanie siatek maskujących dla Lwowa.



Ukraińscy artyści malarze: Iryna Gresyk, Orest Tszupko, Mila Gogenko – uczestnicy Międzynarodowych Plenerów Malarskich podczas kolejnych „Wrzosowisk” – Spotkań Poezji i Muzyki Gór.

Fot. B. Paluchowa, Mila Gogenko





nadruki na odzieży

spersonalizowane nadruki, indywidualne grafiki, logotypy
T-shirty, polo, bluzy, czapki, torby



Łomnica Zdrój

tel. 18 4464015



www.ultrek.com.pl

- 4 Ogórków -

Delikatesy Centrum

ZAPRASZAMY

pon.-sob.: 6.00 - 22.00; niedz. i św.: 8.00 - 21.00



U NAS
oszczędzasz
Z DELIKARTĄ!



Spróbuj szczęścia
i zagraj w Lotto!



HOT DOG czeka na was!

KANTOR
w sklepie

GIEŁDA DEWIZ

www.gieldadewiz.pl

Piwniczna Zdrój * ul. Daszyńskiego 11a * tel. 601 614 395, 18 446 43 25