



NISKO
Na ulicy Willowej
stanie szlaban

11



STALOWA WOLA
Dramat załogi
spycharki

12-13

**Trwa 49. Plebiscyt
na Najpopularniejszego
Sportowca Stalowej
Woli w roku 2020** 23

Nr 2 (272281)
14 stycznia 2021 r.
cena 3,50 zł (z VAT 5%)

ISSN 1232-3020 INDEX 376140



www.sztafeta.pl

SZTAFETA

Stalowa Wola • Nisko • Sandomierz • Tarnobrzeg • Leżajsk

RUDNIK • ULANÓW • JAROCIN • HARASIUKI • KRZESZÓW • JEŻOWE • PYSZNICA • RADOMYŚL NAD SANEM • ZALESZANY • ZAKLIKÓW • BOJANÓW

Zima to dobry
czas na zmianę
nawyków
żywieniowych

➤ Czytaj na str. 5

Pytań o szczepienia wciąż nie brakuje



Gdzie będą mogli zaszczepić się
mieszkańcy naszego regionu?
Jakimi szczepionkami będziemy
szczepieni? Czy to prawda,
że do produkcji szczepionek
wykorzystuje się płody dzieci
abortowanych? Te i inne pytania
o szczepienia przeciwko
COVID-19 wicewojewodzie
podkarpackiej Jolancie Sawickiej
i dyrektorowi Podkarpackiego
Oddziału Wojewódzkiego
Narodowego Funduszu Zdrowia
Robertowi Bugajowi zadali radni
Rady Miejskiej w Nisku.

➤ Czytaj na str. 4

■ STALOWA WOLA

Okulistyka wzbogaciła się o nowy sprzęt

Oddział Okulistyczny w Powiatowym Szpitalu Specjalistycznym w Stalowej Woli od niedawna dysponuje nowym urządzeniem, jest to spektralny tomograf koherentny z funkcją angiografii i funduska-
merą. Sprzęt kosztował 125 tys. zł, a jego zakup został pod koniec 2020 roku sfinansowany przez powiat stalowowolski.

➤ Czytaj na str. 3

■ STALOWA WOLA

Jest przetarg na remont MDK

Stalowowolski magistrat ogłosił przetarg na przebudowę i wykonanie prac konserwatorskich w Miejskim Domu Kultury. Oferty w postępowaniu można składać do 20 stycznia. Projekt uzyskał dofinansowanie w ramach środków norweskich. Realizacja inwestycji ma się rozpocząć w roku bieżącym.

➤ Czytaj na str. 7

■ NISKO

Chcą, aby rezonans był bezpłatny

Od kilku miesięcy w Szpitalu Powiatowym w Nisku działa nowoczesny rezonans magnetyczny. Niestety, nie wszyscy pacjenci mogą z niego skorzystać, gdyż badanie jest płatne. O to, dlaczego tak jest, pełniące obowiązki dyrektora szpitala Romana Ryznara pytano na sesji Rady Powiatu Niżańskiego.

➤ Czytaj na str. 11

■ STALOWA WOLA

Radny złożył skargę na prezydenta

Radny Damian Marczak złożył skargę do miejskiej Komisji Skarg, Wniosków i Petycji na prezydenta Lucjusza Nadberezego. Jest ona pokłosiem dyskusji, która wywiązała się na ostatniej sesji Rady Miejskiej. Tematem rozmowy był budżet miasta na 2021 rok. Radny Marczak w treści skargi stwierdza, iż doszło do naruszenia jego dobrego imienia przez prezydenta Nadberezego i wnosi o publiczne przeprosiny ze strony władza miasta na najbliższej sesji. – Prezydent zarzucił mi brak odpowiedniego przygotowania merytorycznego, manipulowanie informacjami i niezrozumienie mieszkańców – czytały w skardze radnego Damiana Marczaka.

➤ Czytaj na str. 7

■ STALOWA WOLA

Topole na Popiełuszki kością niezgody

Prezydent Stalowej Woli zmienił zdanie w sprawie przebudowy ulicy Popiełuszki i wiążącej się z nią wycinką drzew. Wcześniej miasto wydało pozytywną opinię do zaproponowanej koncepcji, która jak mówi Lucjusz Nadberezny, została zmieniona po wsłuchaniu się w głosy mieszkańców miasta. Prezydent skierował wniosek do starosty stalowowolskiego o ponowną analizę projektu modernizacji ulicy pod kątem ochrony drzewostanu rosnącego w pasie tej drogi powiatowej. – Cały projekt ulicy był na życzenie pana prezydenta, uzgadniany z panem prezydentem i z jego pracownikami – mówi starosta Janusz Zarzeczny.

➤ Czytaj na str. 8

■ NISKO

Dekoracje chcą mieć też w sołectwach

Przepięknienie rozświetlone świątecznymi iluminacjami centrum Niska wzbudza zachwyt. Tak piękne kolorowe dekoracje chcą mieć w swoich miejscowościach także mieszkańcy sołectw gminy Nisko oraz miejskich osiedli. O ich zakup i montaż przed kolejnymi świętami upomnieli się radni. – Jeśli mówimy już o Zarzeczcu i Raclawicach, to ja powiem o mieście Nisko, które zaczyna się od granic Stalowej Woli. Wszyscy, którzy przejeżdżają z zewnątrz jadą tylko ulicą Sandomierską. Dla nich Stalowa Wola kończy się na Swołach, a później zaczyna się ciemna dziura – mówi Ryszard Sroka, radny z osiedla Malce.

➤ Czytaj na str. 10

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY

**W SZTAFECIE
przyjmujemy
ogłoszenia
do dzienników**



RZECZPOSPOLITA

DZIENNIK
GAZETA PRAWNA

gazeta

cenę jak
w redakcjach
macierzystych

Konkurs choinkowy „Sztafety” rozstrzygnięty!



– W tym roku nasza choinka udekorowana została w kolorach złotym i białym. Część ozdób wykonana jest ręcznie, różnymi metodami, od szydełkowych gwiazdek i aniołów, poprzez szyszkowe żółędzie, dekupażowe medalliony, bańki z wacików bawełnianych do ceramicznych wiewiórek i sań – mówi Joanna Modrewska, laureatka I miejsca

Zakończyliśmy świąteczny konkurs na „Najpiękniejszą Choinkę 2020”. Przez kilka tygodni czekaliśmy na zdjęcia waszych bożonarodzeniowych drzewek. Otrzymaliśmy ponad 20 fotografii, spośród których sami wybraliśmy zwycięzców.

To była już czwarta edycja świątecznego konkursu. Na nasz apel o przysyłanie zdjęć przystrojonych drzewek (choć nie jest to określenie precyzyjne, bo w zasadzie okazało się, że macie niewyczerpaną wyobraźnię i choinkę można zrobić praktycznie ze wszystkiego) odpowiedziało wielu czytelników „Sztafety”.

Wybór laureatów odbywał się poprzez głosowanie na naszej stronie internetowej.

Waszym zdaniem, najpiękniejsze drzewko w tym roku przygotowała Joanna Modrewska. Drugie miejsce zajęła Paulina Turko, a trzecie Anna Czenczek.

Laureatkom gratulujemy! Po odbiór nagród, jakimi są bony na zakupy w sklepach SPOŁEM, zapraszamy do naszej siedziby w Stalowej Woli (ul. Ofiar Katynia 30), od 14 do 31 stycznia.

Zapraszamy do wspólnej zabawy za rok! **(kag)**



II miejsce w konkursie zdobyło zdjęcie nadesłane przez Paulinę Turko



III miejsce zajęła Anna Czenczek

Sprawy cywilne i obywatelskie załatwisz w jednym miejscu

Od 11 stycznia, by zarejestrować dziecko, wybrać akty stanu cywilnego, czy załatwić inne formalności cywilne, należy udać się na pierwsze piętro do głównego budynku Urzędu Miasta przy ulicy Wolności 7. A to dlatego, że Urząd Stanu Cywilnego w Stalowej Woli zmienił swoją siedzibę.

Po 47 latach funkcjonowania Urzędu Stanu Cywilnego przy ulicy Skocznińskiego 12, instytucja została przeniesiona do budynku przy ulicy Wolności 7.

To mieszkańcy już od dłuższego czasu zgłaszali uwagi na temat braku miejsca i odpowiednich warunków do załatwiania wrażliwych tematów w stalowowolskim urzędzie.

Dlatego też wraz z nowym rokiem w USC nadchodzi oczekiwana nowa jakość.

– Mieszkańcy nareszcie będą mogli załatwić wszystkie najpo-

trzebniejsze sprawy w jednym obiekcie. Dodatkowo, miejsce w budynku głównym jest większe i pozwoli na komfortowe oraz swobodne zajęcie się delikatnymi tematami, jak rejestracja urodzeń, małżeństwa, czy trudne sytuacje związane ze zgonami – informuje Lucjusz Nadberezny, prezydent Stalowej Woli.

– W budynku przy ulicy Skocznińskiego 12 są cztery pomieszczenia, natomiast przy ulicy Wolności będziemy mieć do dyspozycji osiem pokoi, co poprawi komfort obsługi mieszkańców – mówi Marcin Ma-

ziarz, kierownik USC w Stalowej Woli

Zmiana ta zdecydowanie wpłynie na warunki pracy urzędników, ale przede wszystkim podniesie komfort realizacji przez mieszkańców potrzebnych formalności. Większa przestrzeń i co za tym idzie większa prywatność przyczyni się też do swobodnego poruszania wrażliwych kwestii życiowych.

Uroczystości zawarcia związku małżeńskiego nadal odbywać się będą w pięknej i specjalnie do tego przeznaczonej sali ślubów przy ul. Skocznińskiego. **(kag)**

krótko

Poszukiwany trafił za kratki

Pobytem w zakładzie karnym zakończyła się dla jednego z mieszkańców Niska interwencja domowa, na którą zostali wezwani funkcjonariusze policji. Jak się okazało, awanturujący się pod wpływem alkoholu mężczyzna był poszukiwany celem odbycia kary.

W poniedziałek, 11 stycznia w godzinach wieczornych, funkcjonariusze z niżańskiej komendy zostali skierowani na interwencję do jednego z domów w Nisku. Zgłaszająca wezwała policję z powodu awantury z synem. 52-letni mężczyzna był nietrzeźwy. W trakcie legitymowania okazało się, że 52-latek jest poszukiwany, a sąd wydał nakaz osadzenia go w zakładzie karnym.

Funkcjonariusze zatrzymali sprawcę interwencji celem przewiezienia go do aresztu. **(kb)**

Zatrzymał poszukiwanego mężczyznę

Jeden z mieszkańców gminy Jarocin ukrywał się przed karą pozbawienia wolności. Zatrzymał go niżański funkcjonariusz po służbie.

7 stycznia funkcjonariusz niżańskiej komendy, który był po służbie, zauważył na ulicy mężczyznę. Odpowiadał on rysopisowi osoby poszukiwanej. Kiedy policjant podszedł do mężczyzny, faktycznie rozpoznał w nim poszukiwanego. Jak się okazało, mieszkaniec gminy Jarocin powinien odbywać karę pozbawienia wolności, ale ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości.

Policjant zatrzymał mężczyznę i przekazał go swoim kolegom. Poszukiwany został przewieziony do zakładu karnego. **(kb)**

Zamów prenumeratę tygodnika „Sztafeta”

e-mail: sztafeta.wysokinska@gmail.com



sztafeta.ogloszenia@gmail.com

15 810-94-00

513-013-198

Okulistyka wzbogaciła się o nowy sprzęt

Oddział Okulistyczny w Powiatowym Szpitalu Specjalistycznym w Stalowej Woli od niedawna dysponuje nowym urządzeniem, jest to spektralny tomograf koherentny z funkcją angiografii i funduskamerą. Sprzęt kosztował 125 tys. zł, a jego zakup został pod koniec 2020 roku sfinansowany przez powiat stalowowolski.

Nowo zakupione urządzenie pozwala na uzyskiwanie trójwymiarowych skanów siatkówki i nerwu wzrokowego, a funkcja angio-OCT umożliwia wizualizację naczyń krwionośnych siatkówki i naczyńówki.

Dodatkowo, aparat jest wyposażony w wysokiej rozdzielczości kamerę, umożliwiającą wykonywanie zdjęć dna oka.

– Zakupiony na nasz oddział tomograf do badań OCT pozwala na wykrywanie i monitorowanie zmian w przypadku takich schorzeń, jak: otwór w plamce, makulopatia, retinopatia cukrzycowa, jaskra, czy AMD, czyli zwyrodnienie plamki związane z wiekiem. Ta ostatnia, to choroba plamki żółtej – niewielkiego obszaru w centrum siatkówki, który pozwala na widzenie szczegółów podczas czytania, oglądania telewizji, czy prowadzenia samochodu. AMD może postępować powoli, przez kilka lat, ale może też rozwijać się szybko i w ciągu zaledwie

kilku tygodni spowodować ciężką i nieodwracalną ślepotę centralną – tłumaczy Anna Schossler, p.o. lekarza kierującego Oddziałem Okulistycznym w Powiatowym Szpitalu Specjalistycznym w Stalowej Woli.

Zakupiony sprzęt to dopiero pierwszy krok w planach rozwijania stalowowolskiego Oddziału Okulistyki. Jego kierownictwo wraz z dyrekcją szpitala, ubiega się jeszcze w Narodowym Funduszu Zdrowia o zgodę i kontrakt na uruchomienie Programu Lekowego leczenia neowaskularnej postaci zwyrodnienia plamki związanego z wiekiem.

– Na oddziale znajdował się wcześniej stary aparat tego typu, ale on umożliwiał tylko diagnostykę, natomiast na leczenie chorzy byli kierowani do innych ośrodków. Teraz, dzięki nowemu sprzętowi, spełniamy już warunki do prowadzenia w Stalowej Woli terapii lekowej, pozwalającej zatrzymać progresję choroby, jaką jest AMD i zapobiegać dalszej utracie widzenia



Na zdjęciu od lewej: zastępca dyrektora ds. lecznictwa Andrzej Komsa, p.o. lekarza kierującego Oddziałem Okulistycznym Anna Schossler, starosta stalowowolski Janusz Zarzeczny, p.o. dyrektora szpitala Grzegorz Czajka

u pacjentów. Dlatego tak bardzo liczymy, że uda nam się otrzymać w NFZ kontrakt i rozpocząć leczenie. Nie moglibyśmy jednak o tym myśleć, gdyby nie zakup nowego tomografu – mówi Anna Schossler.

– Od lat regularnie inwestujemy w szpital powiatowy i nadal

będziemy to robić. I mam tu na myśli nie tylko duże inwestycje, polegające na budowie i przebudowie całych oddziałów, ale też zakupach sprzętowych. Ten sprzęt umożliwia prowadzenie diagnostyki w nowoczesny sposób. Do tej pory, chorzy z naszego miasta i powiatu cier-

piący na zwyrodnienie plamki związane z wiekiem musieli jeździć do innych ośrodków okulistyki, a teraz liczymy na to, że będą mogli leczyć się na miejscu. I to jest cenne – zaznacza starosta stalowowolski Janusz Zarzeczny.

(as)

krótko

Uratowani przed zamarznięciem

O ogromnym szczęściu mogą mówić dwaj mieszkańcy powiatu nizańskiego, których wychłodzonych, leżących na chodnikach w poniedziałkowy wieczór znaleźli policjanci. Uchroniony przez zamarznięciem mieszkaniec Krzywd trafił pod opiekę rodziny, z kolei wychłodzonym i rannym mieszkańcem Niska zajęli się ratownicy z nizańskiego pogotowia.

– Niskie temperatury i trudne warunki pogodowe sprawiają, że priorytetem policjantów jest pomoc osobom znajdującym się w okolicznościach, które zagrażają ich życiu. Dzięki zgłoszeniom mieszkańców, funkcjonariusze pomogli dwóm leżącym na chłodzie mężczyznom. Policijny patrol jednego z mężczyzn przekazał pod opiekę rodzinie, drugi został przewieziony do szpitala – wyjaśnia kom. Anna Kowalik, oficer prasowa Komendy Powiatowej Policji w Nisku i dodaje, że nizańscy policjanci są często wzywani do osób, które mogą potrzebować pomocy. Sygnały te najczęściej pochodzą od przechodniów lub kierowców, którzy widząc leżącego na chodniku, czy ławce człowieka, reagują. Dzięki takim zgłoszeniom, policjanci docierają na czas.

Jak informuje rzeczniczka nizańskiej policji, w poniedziałek, 11 stycznia, policjanci dwukrotnie interweniowali w związku ze takimi zgłoszeniami. Obaj mężczyźni znajdowali się w okolicznościach zagrażających ich życiu.

– Po godzinie 18 mundurowi otrzymali zgłoszenie o osobie leżącej na chodniku w Krzywdach. Policjanci zaopiekowali się mężczyzną, który był pijany i nie mógł poruszać się o własnych siłach. Funkcjonariusze przekazali go pod opiekę rodzinie. Kolejne zgłoszenie dotarło do policjantów po godzinie 19. Mężczyzna został znaleziony obok śmietnika przy jednym z nizańskich bloków. Leżał na ziemi z obrażeniami twarzy. Policjanci wezwali na miejsce pogotowie, które zabrało mężczyznę na badania – relacjonuje kom. Kowalik.

Panujące na zewnątrz niskie temperatury, narażają wiele osób na utratę życia lub zdrowia na skutek wychłodzenia organizmu. Problem ten dotyka przede wszystkim osób bezdomnych, samotnych, w podeszłym wieku i nietrzeźwych.

– Dzięki sygnałom od mieszkańców, pomoc przyszła na czas. Nie przechodźmy obojętnie obok kogoś, komu grozi wychłodzenie. Wystarczy jeden telefon na numer alarmowy 112, aby policjanci pomogli uchronić zdrowie, bądź życie osób chorych, nieporadnych lub tych, które nie są w stanie samodzielnie i bezpiecznie dotrzeć do domu – apeluje policjantka.

(dag)

Pod wpływem alkoholu uciekał przed policją

Ponad 2 promile – tyle alkoholu w organizmie miał kierowca motoroweru. Mężczyzna nie zatrzymał się do kontroli drogowej w Majdanie Golczańskim w gminie Jarocin. Dodatkowo miał cofnięte uprawnienia do kierowania. 53-latek odpowie teraz przed sądem.

W piątek, 8 stycznia po południu, w Majdanie Golczańskim, uwagę dzielnicowego zwrócił motorowerzysta, który jechał bez kasku ochronnego. Jego styl jazdy wskazywał, że może być pijany.

– Policjant pojechał za mężczyzną. Używając sygnałów dźwiękowych i świetlnych, dawał kierującemu znak do zatrzymania. Kierowca jednak przyspieszył i zaczął uciekać. Skreślił w stronę lasu, wjechał w kałużę i się przewrócił. Mieszkaniec Majdanu Golczańskiego został zatrzymany – relacjonuje nadkom. Anna Kowalik, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Nisku.

Gdy zbadano stan trzeźwości kierującego motorowerem, okazało się, że faktycznie był pijany. Miał ponad 2 promile alkoholu w organizmie. Na jaw wyszło również, że zatrzymany mężczyzna miał cofnięte uprawnienia do kierowania pojazdem.

Jak poinformowała nadkom. Anna Kowalik z nizańskiej komendy, 53-letni kierowca w wyniku upadku nie odniósł żadnych obrażeń. A pojazd, którym się poruszał został odholowany na parking strzeżony.

(kb)

Przebudują drogę osiedlową przy Al. JP II i ul. Wyszyńskiego

W budżecie miasta Stalowej Woli na 2021 rok znalazło się zadanie o nazwie „Przebudowa dróg gminnych Al. Jana Pawła II – droga osiedlowa oraz ul. Wyszyńskiego”. W pierwotnych planach inwestycje te miały być realizowane etapowo, jako oddzielne zadania. Decyzja w tym zakresie została zmieniona, powstało jedno zadanie drogowe, na realizację którego miasto zamierza ubiegać się o dofinansowanie z rządowego Funduszu Dróg Samorządowych.

– Chcielibyśmy przygotować duży projekt modernizacji tych dróg. Przebudowa zaczynałaby się od wjazdu od ulicy Poniatowskiego i KEN w miejscu gdzie będzie ruszała budowa nowego przedszkola i żłobka. Droga biegłaby przez całe osiedle za stacją benzynową, KFC, przy bazylice gdzie powstałaby dodatkowa zatoka parkingowa i wychodziłaby do wjazdu do ulicy Poniatowskiego, do Lidla. Ponadto łącznik do ulicy Wyszyńskiego, z ulicą Wyszyńskiego do wysokości ulicy Mickiewicza i również stamtąd przejście do ulicy Partyzantów. Mielibyśmy w tym zadaniu modernizację na trzech osiedlach – mówi prezydent Lucjusz Nadberezny.

Radny Jan Sibiga podkreśla, że przy okazji modernizacji tego ciągu komunikacyjnego, należałoby za wszelką cenę szukać nowych miejsc parkingowych w związku z występującym tam dużym nasyceniem samochodów.

– Trzeba zastanowić się nad możliwością zbudowania przy osiedlowej ulicy parkingu wielopoziomowego w partnerstwie prywatno-publicznym. Myślę, że warto to rozważyć – mówi radny. Dodaje, że przygotowując projekt należałoby się pochylić nad modernizacją skrzyżowania ulic Wyszyńskiego, Narutowicza, Partyzantów.

– Tam wielokrotnie dochodzi do kolizji, to jest skrzyżowanie dość unikalne, ponieważ jest częściowo wyniesione i osie tych jezdni się rozciągają. Można by się zastanowić jak rozwiązać ten problem, może małe

rondo najazdowe. Przy okazji można też zaprojektować i wyeksponować ten plac naprzeciwko domu hutnika, który uważam, że jest wart tego, aby go w jakiś sposób użytkowo wykorzystać – zaznacza radny Sibiga.

Prezydent Lucjusz Nadberezny poinformował, że miasto analizuje możliwość postawienia parkingu wielopoziomowego na terenie Stalowej Woli, szczególnie w obrębie dużych osiedli mieszkaniowych. Dodał, że taka inwestycja to koszt około 20 mln zł.

– Nie ukrywam, że poszukujemy środków i narzędzi, które pozwoliłyby to sfinansować. Analizowaliśmy również partnerstwo publiczno-prywatne. Są firmy zainteresowane tego typu realizacjami, ale często w obrębie miast, które mają duże centra miast, czy miejsca, w których część miejsc parkingowych jest wykorzystywanych na komercyjny, krótkotrwały parking. Dla tych operatorów nie do końca opłaca się dzierż-

wa stałych, długoterminowych miejsc parkingowych, bardziej zarabia się na krótkim parkowaniu – mówi Lucjusz Nadberezny.

Zaznaczył, że to jest temat, nad którym trzeba cały czas pracować i szukać rozwiązania. Według prezydenta, przy współpracy ze Spółdzielnią Mieszkaniową, miejsce na taki obiekt udałoby się wyznaczyć. Prezydent zaprosił także do dyskusji na komisjach w kwestii wypracowania rozwiązań projektowych przy planowanej modernizacji dróg.

Radny Jerzy Augustyn podkreśla, że ogromną zmartwienie mieszkańców obszaru gdzie planowana jest modernizacja osiedlowego ciągu komunikacyjnego są zaparkowane przez długie lata wraki czy przyczepy, które uszczuplają liczbę miejsc parkingowych. Wyraził nadzieję, że w ramach konsultacji i współpracy uda się wypracować rozwiązania zgodne z zapotrzebowaniem mieszkańców i możliwościami urzędu.

(as)

Kancelaria Podatkowo – Prawna e-bilans plus sp z o.o.

@bilans plus

Pracujemy na Twój sukces

- usługi księgowo-kadrowe
- doradztwo podatkowo-prawne
- usługi finansowe

ul. Hutnicza 10, 37-450 Stalowa Wola tel. 519 055 835 www.e-bilans.pl

Pytań o szczepienia wciąż nie brakuje

Gdzie będą mogli zaszczepić się mieszkańcy naszego regionu? Jakimi szczepionkami będziemy szczepieni? Czy to prawda, że do produkcji szczepionek wykorzystuje się płody dzieci abortowanych? Te i inne pytania o szczepienia przeciwko COVID-19 wicewojewodzie podkarpackiej Jolancie Sawickiej i dyrektorowi Podkarpackiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia Robertowi Bugajowi zadali radni Rady Miejskiej w Nisku.

Okazją do zadania pytań była ostatnia w minionym roku sesja Rady Miejskiej w Nisku. W zorganizowanym w trybie on-line posiedzeniu, oprócz radnych i władz miasta, wzięli udział także wicewojewoda podkarpacki i dyrektor Podkarpackiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia. Jolanta Sawicka i Robert Bugaj nie tylko zachęcali do szczepienia, ale też odpowiadali na pytania radnych.

Szczepienie to szansa na powrót do normalności

– 15 grudnia został przyjęty Narodowy Program Szczepień przeciwko COVID-19. Komisja Europejska po uzyskaniu pozytywnej rekomendacji Komitetu ds. produktów leczniczych stosowanych u ludzi, działającego w ramach Europejskiej Agencji Leków dopuściła do obrotu szczepionkę. Szczepionka jest szczególną szansą na uodpornienie społeczeństwa na zakażenie. Jest nadzieją na powrót do tak wyczekiwanej przez nas wszystkich normalności – mówiła wicewojewoda Jolanta Sawicka. – A powrót do normalności oznacza m.in. odejście od maseczek, swobodne spotkania z rodzinami, przyjaciółmi i znajomymi, powrót dzieci do szkół i rozwój ich kompetencji społecznych, dalszy rozwój gospodarki, ochrona miejsc pracy i szansa na nowe zatrudnienie, swobodny dostęp do basenów, siłowni, kin czy też teatrów, wakacje bez ograniczeń. Słowem, poprawa jakości życia nas wszystkich.

Jak podkreślała, szczepionkę rekomendują eksperci, naukowcy, medycy i epidemiolodzy i według ich wiedzy jest ona bezpieczna. Przypomniała też, że pierwsze szczepienia osób z tzw. grupy „0” ruszyły już 27 grudnia.

– Szczepienia są nieodpłatne i dobrowolne, a szczepionka jest rozwiązaniem, które może zabezpieczyć nas przed kolejnymi falami pandemii. Im więcej osób się zaszczepi, tym ochrona przed koronawirusem będzie skuteczniejsza – wyjaśniała Jolanta Sawicka.

Punkty szczepień w każdej gminie

Jak zapewniała wicewojewoda podkarpacka, szczepienia będą prowadzone w każdej z podkarpackich gmin. – Każdy będzie się mógł się na nie w prosty sposób zapisać i bezproblemowo trafić do punktu szczepień. W każdej gminie będzie funkcjonował co najmniej jeden mobilny punkt szczepień między innymi dla osób, które samodzielnie nie będą mogły dotrzeć na szczepienie. Przewiduje się również szczepienie dokonywane przez zespoły wyjazdowe organizowane przez inne instytucje, chociażby Wojsko Polskie, w miejscu zamieszkania lub przebywania pacjenta. Takie działania są podejmowane po to, aby wszyscy mieli dostęp do szczepionki, żeby mieli szansę i możliwość zaszczepienia się – tłumaczyła Sawicka.

15 stycznia uruchomione zostaną zapisy na szczepienie dla kolejnej grupy, w której znalazły się m.in. osoby po 60 roku życia, mieszkańcy Domów Pomocy Społecznej, Zakładów Opiekuńczo-Lecznicych, Zakładów Pielęgnacyjno-Opiekuńczych i innych podobnych placówek, a także służby mundurowe i nauczyciele.

– Nasze społeczeństwo powinno mieć szeroką wiedzę dotyczącą szczepionki na COVID-19, dlatego należy korzystać ze sprawdzonych i wiarygodnych źródeł wiedzy. Uruchomiony został portal gov.pl/szczepimysie na którym dostępne są informacje na temat szczepionki przeciw COVID-19, jak również znajduje się tam sekcja pytania i odpowiedzi, która pozwoli nam uzyskać odpowiedzi na najczęściej zadawane pytania. Dodatkowo uruchomiona została całodobowa infolinia pod numerem telefonu 989 prowadzona przez ekspertów i specjalistów z Narodowego Funduszu Zdrowia. Pozwoli ona na bieżąco uzyskiwać dodatkowe informacje dotyczące szczepień, a także zarejestrować się do punktów szczepień – mówiła podczas nizańskiej sesji wicewojewoda podkarpacka.

Jak zapewniała radnych oraz mieszkańców regionu oglądających sesję w Internecie, nadzór nad bezpieczeństwem szczepień będzie prowadzony przez kilka instytucji, m.in. Główny Inspektorat Farmaceutyczny, Państwową Inspekcję Sanitarną, Główny Inspektorat Sanitarny, Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego, Państwowy Zakład Higieny oraz Urząd Rejestracji Produktów Leczniczych.

– W trosce o zdrowie naszego społeczeństwa zachęcam państwa radnych i władze samorządowe do wspierania Narodowego Programu Szczepień. To na osobach pełniących funkcje publiczne spoczywa odpowiedzialność za zdrowie i bezpieczeństwo naszego społeczeństwa. Jak wiecie i macie tego świadomość, sytuacja epidemiologiczna jest bardzo groźna i bardzo poważna. Zbliżamy się do tak zwanej „trzeciej fali”, dlatego powinniśmy być odpowiedzialni zarówno za siebie, jak i za nasze rodziny, przyjaciół, znajomych – przekonywała Jolanta Sawicka.

Szczepionki są bezpieczne

Po wystąpieniu wicewojewody, nizańscy radni mieli okazję zadać nurtujące ich pytania dotyczące szczepień przeciw COVID-19. Odpowiadał na nie dyrektor Podkarpackiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia Robert Bugaj.

Radnych interesowało m.in. czy szczepionka była badana przez polskie laboratoria, czy tylko przez zagraniczne. – Nie było badań na terenie Polski, ponieważ nie jest to wymagane. Mamy Europejską Agencję ds. Leków i jej decyzja jest obowiązująca także na terenie naszego kraju – tłumaczył Bugaj.

– Czy wiadomo dokładnie, jaki jest skład tej szczepionki? Bo z tego co słyszałem, to niektóre firmy wykorzystują płody dzieci abortowanych – dopytywał radny Bogusław Lechoński. Odpowiadając, Bugaj przypomniał, że w żadnej z dostępnych w tej chwili szczepionek nie wykorzystuje się płodów dzieci abortowanych.

– Nie spotkałem się z taką informacją, nie widzę w ogóle potrzeby, żeby miały być wykorzystywane tutaj komórki z abortowanych płodów, bo ta technologia wykorzystywana do produkcji szczepionek tego nie potrzebuje. Z tego co mi wiadomo w tej chwili, będzie pięć dostępnych szczepionek, które wykorzystują dwa rodzaje technologii. Będziemy mieli do czynienia z tak zwaną szczepionką mRNA oraz szczepionkami wektorowymi – wyjaśniał Robert Bugaj. – Jeśli chodzi o szczepionki mRNA, czyli te obecnie dostępne w Polsce firmy Pfizer, to one bazują na technologii bardzo nowoczesnej. Zawierają tylko fragment tak zwanego „messenger RNA” wirusa, który po wprowadzeniu do organizmu człowieka spowoduje wyprodukowanie pewnej ilości białka wirusowego. Z kolei ono uaktywni system od-

Lista punktów w powiecie stalowowolskim, w których prowadzone będą szczepienia przeciw COVID-19

gm. Stalowa Wola
SPZOZ – ul. Kwiatkowskiego 2, Stalowa Wola, tel. 15 813 54 55
Powiatowy Szpital Specjalistyczny – ul. Staszica 4, Stalowa Wola, tel. 15 843 32 77
SANUS Szpital Specjalistyczny Sp. z o.o. – ul. Wojska Polskiego 5, Stalowa Wola, tel. 15 843 14 17
Medyk Sp. z o.o. – ul. Hutnicza 8, Stalowa Wola, tel. 15 843 50 11
Medyk Sp. z o.o. – ul. Poniatowskiego 31, Stalowa Wola, tel. 15 843 50 12
Medyk Sp. z o.o. – ul. Staszica 4a, Stalowa Wola, tel. 15 843 50 13
Medyk Sp. z o.o. – ul. Energetyków 29, Stalowa Wola, tel. 15 843 50 14
Medyk Sp. z o.o. – ul. Dąbrowskiego 3, Stalowa Wola, tel. 15 843 50 15
Medyk Sp. z o.o. ul. Okulickiego 36, Stalowa Wola, tel. 15 843 50 16
Aqua-Med Mateusz Ordon – Al. Jana Pawła II 2a, Stalowa Wola, tel. 516 252 446

gm. Pysznica
NZOZ „Zdrowie Rodziny” S.C. – ul. Wolności 320, Pysznica, tel. 15 841 00 02

NZOZ „Zdrowie Rodziny” S.C. – ul. Armii Krajowej 18, Jastkowice, tel. 15 841 03 09

gm. Zaleszany
SPGZOZ w Zaleszanych Z/S w Zbydniowie – ul. Parkowa 8, Zbydniów, tel. 15 845 83 05

gm. Zaklików
NZOZ Ryszard Staniszewski – ul. Krzywa 66, Zaklików, tel. 517 848 989
NZOZ „Lekarz” Dariusz Chmiel – Zdziechowice Drugie 221, tel. 15 838 11 22

gm. Bojanów
SPZOZ – Parkowa 6, Bojanów, tel. 15 870 83 09

gm. Radomyśl nad Sanem
NZOZ „Lekarz” Dariusz Chmiel – ul. Lubelska 2, Radomyśl nad Sanem, tel. 15 845 43 03
NZOZ „Lekarz” Dariusz Chmiel – Antoniów 47, tel. 15 845 33 05

Informacje o szczepieniach także pod numerem telefonu infolinii ogólnopolskiej 989

Lista punktów w powiecie nizańskim, w których prowadzone będą szczepienia przeciw COVID-19

gm. Nisko
NZOZ nr 3 – ul. Wolności 8a, Nisko, tel. 15 841 43 38
Caritas Diecezji Sandomierskiej – ul. Mickiewicza 4, Nisko, tel. 15 841 46 39
Spółka Cywilna: Dorota Borowiec, Katarzyna Wójtowicz-Warchoł, Renata Zajączkowska – ul. Sandomierska 8b, Nisko, tel. 15 841 66 22
Andrzej Kloc – ul. Mickiewicza 46, Zarzeczce, tel. 15 841 10 01

gm. Harasuki
Artur Szofer – Praktyka Lekarza Rodzinnego – ul. Długa 13, Harasuki, tel. 15 879 15 31
Artur Szofer – Praktyka Lekarza Rodzinnego – ul. Łukowa 6, Huta Krzeszowska, tel. 15 879 25 23

gm. Krzeszów
Przychodnia „Nasze zdrowie” – Niwińscy” Artur Niwiński – ul. Stolarska 1, Krzeszów, tel. 15 879 87 53
Centrum Medyczne Kinesis Spółka z o.o. – ul. Rynek 32, Krzeszów, tel. 503 699 725

gm. Jeżowe
NZOZ Teresa Królikowska – Jeżowe 662a, tel. 15 879 48 24
NZPOZ nr 1 Prywatna Praktyka Lekarska Wit Danecki – Jeżowe 662a, tel. 15 879 43 11
NZOZ nr 2 Dorota Rutkowska – Jeżowe 662a, tel. 603 300 317

gm. Ulanów
Anna Trznadel-Mozul – ul. 3 Maja 19, Ulanów, tel. 15 876 30 01
Artur Szofer – Praktyka Lekarza Rodzinnego – Kurzyna Średnia 59, tel. 15 843 13 22

gm. Jarocin
NZOZ w Jarocinie Grażyna Lefek-Dąbek – Jarocin 62, tel. 17 243 60 59

gm. Rudnik nad Sanem
Panorama Spółka z o.o. – ul. Daszyńskiego 1, Rudnik nad Sanem, tel. 15 306 61 63
NZOZ „Rudnik” S.C. – ul. Chopina 22, Rudnik nad Sanem, tel. 15 876 1009

Informacje o szczepieniach także pod numerem telefonu infolinii ogólnopolskiej 989

pornościowy człowieka, tak by powstały przeciwdziałła przeciwko wirusowi.

Jak zapewniał dyrektor Podkarpackiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ, szczepionka ta nie zawiera fragmentu wirusa ani jego struktur wirusowych, tylko fragment jego mRNA.

– Natomiast szczepionki wektorowe, które także są przygotowywane i będą wprowadzane, są na bazie wirusów, które są bardzo słabe i nie wywołują w organizmie człowieka żadnego schorzenia. Są tylko nośnikami pewnej informacji, która ma być przeniesiona do organizmu – wyjaśniał.

O rodzaj szczepionki wykorzystywany na Podkarpaciu pytał radny Paweł Tofil. – Czy w naszym województwie jest dostępna szczepionka od jednego producenta? Co z innymi szczepionkami, czy będą one też wprowadzane u nas? – pytał radny z Zarzecza. – Te szczepionki będą oczywiście wprowadzane – odpowiadał dyrektor Bugaj. – Zamówione zosta-

ły szczepionki z pięciu firm, a szósta firma jeszcze nad nią pracuje. Z tych pięciu firm zostało zamówione 62 miliony dawek dla 31 milionów obywateli. Szczepionki będą wchodziły stopniowo. Pfizer jako pierwszy uzyskał rejestrację zarówno w USA, jak i w Europie. Moderna oczekuje na rejestrację w Europie i będzie ona tuż po nowym roku. Natomiast co do innych szczepionek, to jeszcze nie znamy dokładnych terminów.

Dyrektor Bugaj został też zapytany o szczepionkę AstraZeneca, która nie wymaga przechowywania w tak niskiej temperaturze jak pozostałe preparaty. – Jeśli wejdzie szczepionka AstraZeneca, która bazuje na technologii wektorowej i która nie wymaga tak niskiej temperatury, to też będzie ona wprowadzana. Będzie wykorzystywana szczególnie w tych miejscach, w których nie ma możliwości zabezpieczenia rygoru łańcucha zimnych dostaw – zapewniał.

Agnieszka Kopacz

KAMIL DZIURA
KANCELARIA PRAWA KANONICZNEGO

ADWOKAT KOŚCIELNY
przy Sandomierskim Sądzie Biskupim

mgr lic.
Kamil Dziura

tel. 539 618 012
Sandomierz
ul. Wojska Polskiego 12, lok. 11
www.kd-kancelaria.pl

Ile przytyliśmy podczas kwarantanny?

Nowy rok, nowa ja... i tak co roku

Wbrew pozorom zima wcale nie jest złym okresem na zmianę swoich nawyków żywieniowych i nie widzę powodów by czekać z tym do wiosny – mówi dietetyk ANNA NOCULAK.

– Wraz z nadejściem Nowego Roku większość Polaków na swojej liście postanowień umieszcza słowo „schudnąć”. Czy samo postanowienie wystarczy?

– Na zmianę swoich nawyków żywieniowych każda data jest dobra, nie tylko początek roku, ale to właśnie Nowy Rok i chęć oddzielenia się grubą kreską od starych nawyków i potrzeba zmian na lepsze sprawia, że postanowienie schudnięcia jest na szczycie listy postanowień. Niestety, zwykle samo postanowienie brzmi jak życzenie, a nie jak konkretny cel, który chcemy osiągnąć, co powoduje, że pod koniec kolejnego grudnia nasza lista wygląda podobnie jak poprzedniego roku.

– Mamy za sobą trudny rok. Rok, który upłynął pod znakiem pandemii koronawirusa. Jak nasze odżywianie czasu kwarantanny i domowej izolacji wpłynęło na nasze sylwetki, a przez to i na samopoczucie?

– Izolacja społeczna, lęk przed zakażeniem siebie i swoich bliskich, problemy organizacyjne związane ze zdalną pracą i nauką, obawa przed pogorszeniem się sytuacji ekonomicznej, adaptacja do nowych warunków funkcjonowania, a także brak miejsc, gdzie można by odreagować wszystkie te negatywne emocje (zamknięte kluby fitness, kina, teatry itp.), sprzyjały nadmiernej konsumpcji. Zamknięci w czterech ścianach najczęściej spędzamy czas przed telewizorem czy komputerem, sięgając po zwykle niezbyt zdrowe przekąski i alkohol.

– Z jakimi więc problemami przychodzą teraz do pani pacjenci?

– Coraz więcej zgłasza się do mnie osób z otyłością i szeregiem jej negatywnych następstw takimi jak: cukrzyca, insulinooporność, nadciśnienie tętnicze, hipercholesterolemia.

Zdecydowanie w czasie pandemii zwiększyła się liczba spożywanych kalorii w diecie, a spadała aktywność fizyczna, co w efekcie powoduje zwiększenie się masy ciała.

– Czy to, że zaraz po ogłoszeniu domowej izolacji nakupiliśmy dziesiątki kilogramów makaronów, ryżów i kasz rzutowało jakoś na to, jak gotowaliśmy podczas domowej izolacji?

– Wiosną, kiedy wybuchła panika związana z pandemią, sklepy spożywcze przeżywały prawdziwe obłędzenie, a makaron czy ryż stały się produktami najbardziej pożądanymi. Wiele osób zaopatrywało się również w duże ilości słodczy i słonych przekąsek.

Robienie bardzo dużych zapasów, nieprawidłowe przechowywanie produktów i nieumiejętne planowanie posiłków, może prowadzić do marnowania dużych ilości żywności. Z kolei przebywanie w izolacji w otoczeniu domowych zapasów żywności, zwykle bogatych w cukier, tłuszcz, sól i ich zwiększona konsumpcja, często na tle stresowym, może skutkować wzrostem masy ciała.

– Czyli te wszystkie czynniki spowodowały, że początkiem

stycznia wielu z nas stało przed problemem nadwyrzki kilogramów. Od czego zacząć więc noworoczne odchudzanie?

– Odchudzanie zaczyna się w głowie. Nie warto podchodzić do niego jak do chwilowej „diety cud”, która potrwa 3 miesiące, a później wszystko wróci do normy, bo wtedy, nawet jeśli uda nam się schudnąć, to zwykle waga w szybkim czasie powróci do punktu wyjścia. Odchudzanie to długotrwały proces, polegający na stopniowym wprowadzaniu dobrych nawyków żywieniowych, to świadomość tego co jest dobre dla organizmu, a co nie.

Proces odchudzania warto zacząć od dobrego zaplanowania celów, które chcemy osiągnąć. Warto zwrócić uwagę, że cele te powinny być konkretnie sformułowane i przede wszystkim realne do spełnienia, np. „Chcę schudnąć 10 kg do maja 2021 roku”, a nie „Chcę schudnąć”.

Kolejnym pomocnym elementem jest zaplanowanie zmian nawyków żywieniowych. Rozłożenie takiego planu na etapy, może nas przybliżyć do celu. Warto sobie zapisać co chcemy poprawić i zaplanować zmiany np. „Nie piję wystarczającej ilości wody” na „Będę pić 2 litry wody dziennie, na początek 1 litr”.

– Jakich zasad powinniśmy się trzymać, czego się wystrzeżać, żeby na stałe wykreślić ten punkt z listy noworocznych postanowień?

– Do najczęstszych błędów przyczyniających się do niepowodzeń w odchudzaniu jest zbyt radykalne podejście do wprowadzania zmian. Na nasze nawyki żywieniowe, czy nadprogramowe kilogramy pracujemy latami naszą codzienną dietą, i nie jest możliwa ich zmiana z dnia na dzień. Zwykle zbyt szybkie próby zmian kończą się zniechęceniem i porażką. Nauka zdrowego żywienia powinna być ewolucją, a nie rewolucją.

Kolejną bardzo częstą przyczyną niepowodzeń w zmniejszaniu masy ciała i zmianie nawyków żywieniowych jest kierowanie się zasadą „wszystko albo nic”. Bardzo często w swojej pracy spotykam osoby, które chcąc schudnąć, narzucają sobie zbyt duży rygor i uważają, że ich waga zacznie spadać jedynie wtedy, kiedy będą realizować plan na 100 proc. Każda wpadka żywieniowa oznacza dla nich porażkę i zupełne odpuszczenie sobie, bo „Zjadłam kawałek ciasta, to moja dieta już nie ma sensu, zjem jeszcze dwa. Od poniedziałku zacznę wszystko idealnie od nowa”. Nic nie jest czarno-białe, warto dojrzeć szarości. Jeden niewłaściwy posiłek nie przekreśli wszystkich naszych starań, bo na efekty wpływa codzienność.

– Czy w kontekście tego, z czym przychodzi nam się mierzyć w tym roku, będziemy szukać modnych diet-cudów przed latem? Czy w tym roku większość z nas spisze swoją formę i sylwetkę na straty?

– Myślę, że pomimo pandemii, wiele osób będzie chciało poprawić swoją sylwetkę. Internet w stycz-

niu zalewa nas masą pomysłów na pozbycie się zbędnych kilogramów w szybki sposób i „zrobieniu formy na lato”. Bardzo często w pogoni za idealną figurą zapomina się o własnym zdrowiu i dobru. Niestety szybko, wcale nie znaczy skutecznie i przede wszystkim zdrowo. Chcąc poprawić swoją sylwetkę, warto zastanowić się, czy chcemy zbudować formę na lato czy na lata. Warto skorzystać ze sprawdzonych i potwierdzonych badaniami metod. Czasem osiągnięcie wymarzonej sylwetki może być przez to dłuższe, ale na pewno efekt będzie trwały i nie przyplacimy go zdrowiem. Gdyby restrykcyjne diety działały nie trzeba by szukać kolejnej.

– Czy zima to dobry czas na odchudzanie? Często mamy obniżony nastrój, dni są krótsze, więcej czasu spędzamy w domu.

– Wbrew pozorom zima wcale nie jest złym okresem na zmianę swoich nawyków żywieniowych i nie widzę powodów by czekać z tym do wiosny. Zwykle zimą jesteśmy mniej aktywni towarzysko (a zwłaszcza w czasie pandemii), więc jesteśmy mniej narażeni na pokusy takie jak grille ze znajomymi, podczas których zwykle sięgamy po zimne piwko czy słodkie drinki. Na każdym rogu nie cychają na nas lody.

Spędzając więcej czasu w domu, możemy zadbać o większą regularność spożywania posiłków. Jeśli nie mamy ochoty na aktywności na świeżym powietrzu z powodu niskich temperatur, czy krótkich dni, w długie zimowe wieczory możemy zawsze poćwiczyć w domu. Aktywność fizyczna podnosi poziom hormonów szczęścia i działa przeciwdepresyjnie, więc dodatkowo będzie miała pozytywny wpływ na nasz nastrój.

A co z sezonowymi owocami i warzywami? Jest sezon na jabłko, gruszkę, banany, awokado i cytrusy. Zimą warto korzystać z kiszonych ogórków czy kapusty, które dodatkowo zawierają probiotyki i witaminę C. Można również korzystać z mrożonych warzyw i owoców.

Jesienią i zimą zwykle też dłużej śpimy, a sen i odpowiednia regeneracja sprzyja chudnięciu.

– Praca zdalna dotknęła w ubiegłym roku nie tylko dorosłych. Jak wiadomo nasze dzieci też nie spędziły w szkolnych ławkach za dużo czasu. Czy dietetyk może pomóc dziecku i w jaki sposób?

– Niestety, nauka zdalna, a także czas wolny spędzany głównie przed komputerem czy smartphonem sprawiła, że nadwaga i otyłość wśród dzieci i młodzieży jest coraz częstszym problemem. W przypadku odchudzania dzieci współpraca z dietetykiem dotyczy nie tylko dziecka, ale całej rodziny, która powinna włączyć się w proces zmiany nawyków żywieniowych i wspierać na każdym etapie. Przykład idzie od rodziców i nie można wymagać od dziecka, aby zdrowo się



FOU BW

Anna Noculak to dietetyczka z pasji i wykształcenia. Jest absolwentką Uniwersytetu Rzeszowskiego. Specjalizuje się w leczeniu nadwagi, otyłości, chorób dietozależnych, a także w planowaniu diet osób aktywnych fizycznie, kobiet w ciąży, karmiących oraz dzieci i młodzieży. W swojej pracy wyróżnia się dużym zaangażowaniem i indywidualnym podejściem do pacjenta, dzięki czemu przygotowane przez nią plany żywieniowe są dostosowane do potrzeb i gwarantują trwałą zmianę nawyków żywieniowych.

odżywiało, podczas gdy reszta członków rodziny będzie żywiła się w zupełnie inny sposób. Dietetyk przygotowując dietę dla dzieci wprowadza zmiany metodą małych kroków, zmiany wprowadza się wspólnie z dzieckiem i z rodzicami, tak aby były one akceptowane przez obie strony. Np. ustalamy 3 słodkie przekąski w tygodniu, ale odstawiamy słodkie napoje.

– Jak według pani są największe mity odchudzania?

– Jednym z najczęstszych mitów dietetycznych, z jakim się spotykam jest ten, dotyczący jedzenia kolacji po godzinie 18. Bardzo wiele osób wciąż uważa, że kolacja zjedzona po tej godzinie sprawi, że od niej przytyjemy. A tymczasem wszystko zależy od godziny naszego zaśnięcia. Ostatni posiłek powinien być zjedzony ok. 2-3 godziny przed zaśnięciem. Jeśli trenujemy wieczorem i czas między skończonymi ćwiczeniami a pójściem spać jest krótszy niż 2 godziny, to też nic nie stoi na przeszkodzie, aby zjeść lekką kolację, dzięki której organizm lepiej się zregeneruje po treningu.

Drugim popularnym mitem jest ten, że pieczywo tuczy. Tyje się od nadmiaru kalorii w diecie i nie ma powodów do obaw, jeśli codziennie spożywamy chleb zwłaszcza pełnoziarnisty, który ma więcej błonni-

ka i składników odżywczych niż pieczywo z białej maki.

– Epidemia koronawirusa, od której zaczęliśmy rozmowę, ma nieopisane wręcz konsekwencje dla całego świata: zdrowotne, ekonomiczne, gospodarcze, zawodowe. A jaką naukę możemy z niej wyciągnąć dla siebie w sferze dietetycznej? Jest szansa, że czegoś się przy tej okazji stać nauczyliśmy?

– Z ostatniego roku może płynąć też bolesna nauka. Mam nadzieję, że zaczniemy bardziej zwracać uwagę na nasze codzienne wybory żywieniowe, bo to one w dużej mierze decydują o tym, w jakiej kondycji jest nasze zdrowie i jak nasz organizm radzi sobie w chwili zagrożenia, a liczne dane wskazują, że osoby otyłe dużo ciężiej przechodzą zachorowanie na COVID-19. Kolejnym pozytywnym skutkiem pandemii może być nauka lepszego planowania i przygotowania posiłków, aby jak najmniej żywności się marnowało.

Mam nadzieję, że w tym roku każdemu uda się znaleźć taki model żywienia, który będzie dopasowany do zdrowia, stylu życia i preferencji smakowych, dzięki któremu cel „chcę schudnąć” już nigdy nie będzie musiał widnieć na liście postanowień noworocznych.

Rozmawiała Karolina Gryn

Laboratorium Międzyuczelnianym będzie zarządzać ponownie Politechnika Rzeszowska

Politechnika Rzeszowska im. Ignacego Łukasiewicza ponownie została operatorem Laboratorium Międzyuczelnianego w Stalowej Woli. Umowę na utrzymanie naukowo-badawczego obiektu wraz z wyposażeniem, 4 stycznia podpisał Lucjusz Nadbereżny, prezydent Stalowej Woli oraz dr hab. inż. Piotr Koszelnik, rektor Politechniki Rzeszowskiej.

Politechnika Rzeszowska została operatorem Laboratorium Międzyuczelnianego, które jest jedną z silnych stron Stalowej Woli pod względem naukowym, ale i gospodarczym. Umowa obowiązuje do 2024 roku.

– To, że Politechnika Rzeszowska ze swoimi kompetencjami, wizją rozwoju będzie operatorem przez kolejne cztery lata jest najlepszym świadectwem długotrwałej strategii obecności w Stalowej Woli, rozwoju i wykorzystywania swojej kadry oraz potencjału studentów do rozwoju gospodarczego Stalowej Woli. Dzięki tej współpracy budujemy

gospodarkę opartą na wiedzy, a Politechnika Rzeszowska jest liderem tego rozwoju – mówi Lucjusz Nadbereżny, prezydent Stalowej Woli.

Prezydent miasta podziękował też za wszystkie działania, które miały miejsce na stalowowolskim wydziale w ostatnich miesiącach i za zakup nowoczesnego sprzętu. – Myślę, że sprzęt m.in. do wirtualnego spawania i inne elementy, które się tutaj pojawiły najlepiej świadczą o tym, jak świetnie wyposażony jest Wydział Mechaniczno-Technologiczny w Stalowej Woli. Myśląc o dobrej przyszłości, warto

wybrać do studiowania Stalową Wólę i perspektywę wykorzystania praktycznie zdobytej wiedzy w naszej strefie przemysłowej – mówił prezydent Lucjusz Nadbereżny.

Zgodnie z umową, Politechnika Rzeszowska ma obowiązek utrzymania aparatury badawczej i urządzeń laboratoryjnych, ale też jest zobowiązana do prowadzenia prac badawczych lub rozwojowych na bazie przekazanej jej w zarządzanie infrastruktury. O sposobie wykorzystania sprzętu będzie informować urząd poprzez raporty np. sprawozdania, spisy, analizy, listy i zestawienia.

– Jest mi bardzo miło, że w imieniu Politechniki Rzeszowskiej mogłem podpisać porozumienie dotyczące tego, iż Politechnika będzie operatorem Laboratorium Międzyuczelnianego. Dzięki temu zwiększy się zakres możliwości badawczych nie tylko Wydziału Mechaniczno-Technologicznego, ale całej Politechniki Rzeszowskiej. Ten dzień jest szczególny, ponieważ kontynuujemy i rozwijamy wieloletnią współpracę, ale niejako mamy nowe otwarcie. Wychodzimy do przedsiębiorców, do lokalnego biznesu z ofertą badawczą i to jest oferta, na podstawie której biznes, miasto i Politechnika Rzeszowska mogą zbudować coś lepszego z pozytywnymi efektami gospodarczymi. Chciałbym, żeby to Laboratorium pracowało dla dobra lokalnego biznesu – mówił dr hab. inż.

Piotr Koszelnik, rektor Politechniki Rzeszowskiej.

Jako operator Laboratorium Międzyuczelnianego, Politechnika będzie także inicjatorem lub partnerem projektów badawczo-rozwojowych, realizowanych z jednostkami naukowymi, partnerami przemysłowymi (w tym klastrami) itp.

Po stronie operatora leży dostawa koniecznych do prawidłowej eksploatacji mediów, tj. prądu, energii cieplnej, sprężonego powietrza, gazów technicznych i materiałów eksploatacyjnych do przekazanej aparatury badawczej i urządzeń laboratoryjnych, a także obsługa księgową, utrzymanie czystości Laboratorium Międzyuczelnianego i otoczenia, czy też ochrona przekazanego w użytkowanie mienia.

(kag)

Serce na nakrętki stoi też przy Czarnieckiego

Przy budynku Warsztatu Terapii Zajęciowej przy Stowarzyszeniu „Szansa”, mieszczącym się przy ulicy Stefana Czarnieckiego 1 w Stalowej Woli, stanął pojemnik na nakrętki ufundowany przez radnych Stalowowolskiego Porozumienia Samorządowego – Renatę Butryn, Dariusza Przytułę i Damiana Marcza. Pojemnik stoi przy furtce prowadzącej do budynku WTZ, dzięki czemu pracownicy warsztatu będą mogli sprawować nad nim pieczę.

– Zbieranie nakrętek jest bardzo cenne, ponieważ jest to surowiec bardziej opłacalny niż butelki PET. Mam nadzieję, że pomoże to „Szansie” i jej podopiecznym – mówił radny Dariusz Przytuła.

We wtorek, 5 stycznia, fundatorzy serduszka, prezes Stowarzyszenia „Szansa” Maria Kasprówska oraz podopieczni Warsztatu Terapii Zajęciowej przy Stowarzysze-

niu „Szansa” wrzucili pierwsze plastikowe nakrętki.

– Sprzedaż tych nakrętek daje różnym stowarzyszeniom, między innymi „Szansie”, możliwość na to, żeby powiększyć swój budżet na przykład na rehabilitację czy też na inne cele. A po drugie dbamy o środowisko, jest też aspekt ekologiczny. Chciałabym zaapelować o to, aby to dobre serce razem z ekologią połączyli nauczyciele i

wychowawcy w szkołach, przedszkolach, żeby zachęcić dzieci do przynoszenia nakrętek. Obiecuję, że jeżeli będzie problem z dostarczeniem tych nakrętek do tego serca, to my to zrobimy, zapewnimy transport, odbierzemy i dostarczymy – mówiła radna Renata Butryn. Podkreślała, że aby pomóc wystarczy tylko dobra wola i dobre serce.

(as)

Z serca pomagają

W grudniu 2020 roku członkowie Klubu Wolontariusza, działającego przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Stalowej Woli, wraz z koordynatorem wzięli udział w spotkaniu warsztatowym online organizowanym przez członków Ruchu Pomocy Psychologicznej INTEGRACJA. Efektem spotkania miało być podjęcie charytatywnej inicjatywy świątecznej i zrealizowanie jej do 20 grudnia 2020 roku.

Wolontariusze zaplanowali i zrealizowali inicjatywę „Dobrze Pomagać Sercem” skierowaną do mieszkańców Domu Pomocy Społecznej im. Józefa Gawła w Stalowej Woli. Samodzielnie przygotowali 98 świeczek, ozdabiając je świątecznymi wzorami. Zapakowane razem z cukierkami, zostały przekazane kilka dni przed wigilią.

– Mam nadzieję, że sprawiły mieszkańcom DPS wiele radości. Dziękujemy Stowarzyszeniu Ruch Pomocy Psychologicznej INTEGRACJA za zaproszenie do działania i umożliwienie realizacji własnego pomysłu – mówią koordynatorzy akcji.

Inicjatywa „Dobrze Pomagać Sercem” realizowana była



Wolontariuszki w drodze do Domu Pomocy Społecznej

w ramach zadania „Inwestujemy w Integrację” sfinansowanego przez Narodowy Instytut Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Oby-

watelskiego ze środków Programu Rozwoju Organizacji Obywatelskich na lata 2018-2020.

(kag)

Ruszył nabór do podkarpackich terytorialsów

30 stycznia rozpocznie się szkolenie podstawowe dla nowych żołnierzy wstępujących do 3. Podkarpackiej Brygady Obrony Terytorialnej. Chętni do rozpoczęcia przygody z wojskiem już dzisiaj mogą zgłaszać się do właściwych terytorialnie Wojskowych Komend Uzupelnień.

Czasu na zgłoszenie jest już w zasadzie niewiele. Kandydaci przed rozpoczęciem szkolenia w pododdziałach 3. Podkarpackiej Brygady powinni udać się do najbliższej Wojskowej Komendy Uzupelnień w celu złożenia wniosku o powołanie do służby (można to również zrobić za pośrednictwem platformy ePUAP). Następnie kandydaci zostaną skierowani na badania psychologiczne oraz do wojskowej komisji lekarskiej. Dzięki szybkiemu działaniu ochotnicy zwiększą swoją możliwość odbycia 16-dniowego szkolenia podstawowego, które na Podkarpaciu rozpocznie się 30 stycznia, a zakończy uroczystą przysięgą 14 lutego.

– Decyzja o założeniu munduru w tym trudnym czasie to wyraz odpowiedzialności za społeczeństwo i ojczyznę. Podjęcie się tego zadania przez młodego człowieka czyni go dojrzałym obywatelem. A to najlepszy moment by wykonać pierwszy krok w dorosłość. 16-dniowe szkolenie jest bardzo intensywne, ale i bardzo urozmaicone. Minimum teorii, maksimum praktyki, m.in. taktyki wojskowej i strzelania bojowego tak, żeby po dwóch tygodniach ochotnicy, którzy nigdy dotąd nie byli w wojsku, nabyli umiejętności bezpiecznego posługiwania się bronią i poznali podstawowe zasady zachowania na polu walki – wyjaśnia dowódca 3. Podkarpackiej Brygady OT płk Dariusz Słota.

Przypomnijmy. O powołanie do Wojska Polskiego może ubiegać się każda osoba, która ukończyła 18 lat, posiada obywatelstwo polskie i nie była karana za przestępstwa umyślne, posiada dobrą sprawność psychofizyczną oraz nie pełni innego rodzaju służby wojskowej oraz nie posiada przydziału kryzysowego.

(dag)



Funkcjonowanie serca przy ulicy Czarnieckiego zainaugurowali radni (od lewej): Damian Marczak, Dariusz Przytuła, Renata Butryn

Radny złożył skargę na prezydenta

Radny Damian Marczak ze Stalowowolskiego Porozumienia Samorządowego złożył skargę do miejskiej Komisji Skarg, Wniosków i Petycji na prezydenta Lucjusza Nadberezego. Jest ona pokłosiem dyskusji, która wywiązała się na ostatniej sesji Rady Miejskiej. Tematem rozmowy był budżet miasta na 2021 rok. Radny Marczak w treści skargi stwierdza, iż doszło do naruszenia jego dobrego imienia przez prezydenta Nadberezego i wnosi o publiczne przeprosiny ze strony władza miasta na najbliższej sesji.

– Podczas obrad Rady Miejskiej Stalowej Woli w dniu 30.12.2020 r. doszło do naruszenia mojego dobrego imienia przez prezydenta Lucjusza Nadberezego. Prezydent zarzucił mi brak odpowiedniego przygotowania merytorycznego, manipulowanie informacjami i niezrozumienie mieszkańców mojej kochanej Stalowej Woli. Sugerował, że w moich wypowiedziach atakowałem pracowników Urzędu Miasta czy spółkę miejską MZK sp. z o.o. – czytamy w skardze radnego Damiana Marcza.

Największe emocje podczas sesji wywołała dyskusja m.in. na temat kosztów utrzymania zieleni miejskiej i komunikacji miejskiej czy nakładów na administrację publiczną. Radny w swojej skar-

dze przywołał poruszone na grudniowej sesji budżetowej kwestie wraz z danymi finansowymi, które wówczas prezentował. Przedstawił także pokrótce przebieg wymiany zdań, do jakiej doszło 30 grudnia.

– Te wszystkie wypowiedzi miały na celu odciągnąć uwagę od informacji, które podawałem. Przede wszystkim jednak naruszyły moje dobre imię poprzez pomówienie mnie o słowa i czyny, których się nie dopuściłem, co ma moją osobę zdeprecjonować w oczach opinii publicznej i w konsekwencji narazić na utratę zaufania potrzebnego do wykonywania mandatu radnego. Te działania wypełniają definicję oszczerstwa, dlatego wnosię o publiczne przeprosiny przez

prezydenta Lucjusza Nadberezego na najbliższej sesji – napisał radny Marczak w złożonej skardze. – Oddzielną kwestią jest naganne zachowanie przewodniczącego Stanisława Sobieraja, który pomimo wielokrotnych próśb o zwrócenie uwagi prezydentowi oraz przywołanie go do porządku, nie zareagował ani razu, co jest ewidentnym przykładem braku zachowania bezstronności, jaką powinien się cechować Przewodniczący Rady Miasta – dodał w dokumencie radny.

Prezydent Lucjusz Nadberezny zapewnił, że pozostaje do dyspozycji Komisji Skarg, Wniosków i Petycji. – Chociaż uważam, że raczej kwestie dyskusji pomiędzy radnymi – prezydentem nie powinny pod-

legać ocenie innych radnych czy komisji, dlatego że to jest formuła Rady Miejskiej, debaty, dyskusji o tym co się dzieje i jakie mamy punkty widzenia. Jeśli chodzi o sam przedmiot tej dyskusji i tę skargę powiem tak – chłopaki nie płaczą. To była zwykła męska dyskusja, wymieniliśmy się wzajemnie poglądami, faktem jest, że pan radny w tej dyskusji użył wielu danych, które były zmanipulowane, lub które wykrzywiały obraz sytuacji. Przede wszystkim one uderzały we wspólnych pracowników struktury miasta Stalowej Woli, którzy każdego dnia swoją ciężką pracą budują miasto nowoczesne, miasto przyjazne – powiedział prezydent Nadberezny.

Odnosił się do porównań radnego Marcza w kontekście wydatków na komunikację publiczną przez Stalową Wolę i Tarnobrzeg, w którym, jak zaznaczył władza miasta, komunikacja działa w bardzo ograniczonym stopniu w zestawieniu z tym, co mamy w Stalowej Woli. Prezydent wspominał o stalowowol-

skim taborze, rozbudowanej sieci komunikacji, wykorzystywaniu nowoczesnych systemów czy bezpłatnych przejazdach dla poszczególnych grup. Nawiązał także do tematu utrzymania zieleni miejskiej. Zaznaczył, że widoczne zmiany w zielonym, kwietnym obliczu Stalowej Woli są dostrzegane i doceniane przez mieszkańców czy gości, a rozległe tereny rekreacyjne są często i chętnie uczęszczane przez stalowowolan. – To kosztuje – skwitował władza miasta.

– To jest taki program burzenia, kwestionowania wszystkiego, ja nieustannie będę zachęcał do tego, żeby wspólnie realizować program budowania, tworzenia naszej wspólnoty, rozwoju miasta. Nie zawsze musimy się zgadzać, jestem otwarty na wszelkie krytyczne uwagi, ale niech to będzie oparte na twardych danych, faktach, a nie na niesprawdzonych informacjach, które powielane, mogą być krzywdzące dla miasta i dla spółek Stalowej Woli – stwierdził prezydent Lucjusz Nadberezny. **(as)**

Jak będą wyglądały tegoroczne matury i egzaminy?

Zmiany obowiązujące na egzaminach ósmoklasisty i maturalnym w 2021 roku to przede wszystkim zniesienie obowiązku przystąpienia do egzaminu ustnego i egzaminu z jednego przedmiotu dodatkowego na poziomie rozszerzonym.

Rok 2020 był wyzwaniem organizacyjnym dla wielu ludzi. Sektory branży gospodarczej, służba zdrowia, transport czy służby mundurowe, wszyscy musieli dopasować się do nowej rzeczywistości.

Nie inaczej sprawa wygląda w kwestii oświaty. Tutaj też zaszły znaczące zmiany, które odbiły się w głównej mierze na uczniach.

W ubiegłym roku już ciężko, z powodu pandemii, mieli maturzyści i ósmoklasiści. Na finiszu przygotowań do egzaminów zostali postawieni przed faktem zdalnego nauczania. Jedynym bonusem było przesu-

nięcie testów, dzięki czemu dostali dodatkowe tygodnie na przygotowania. Dodatkowo na maturach zrezygnowano z egzaminów ustnych.

Tegoroczni maturzyści i ósmoklasiści są w jeszcze trudniejszej sytuacji. Trzy ostatnie lata (w przypadku maturzystów, czyli cały pobyt w liceum), to nauka w kratkę. Dwa lata temu zawirowania związane ze strajkami nauczycieli, w ubiegłym roku – cała wiosna na zdalnym nauczaniu, a w tym roku szkolnym dalszy ciąg nauczania zdalnego.

W przypadku uczniów klas ósmych, dodatkowo trzeba pamię-

tać, że to rocznik objęty reformą oświatową, zgodnie z którą zlikwidowano gimnazja.

Jeśli chodzi o tegoroczne matury, to rząd zdecydował, że egzaminy ustne będą tylko dla chętnych. Zrezygnowano również z wymogu przystąpienia do egzaminu z przynajmniej jednego rozszerzonego przedmiotu (można zdawać tylko podstawę). Ale dla tych, którzy wybierają się na studia, to żadne pocieszenie, ponieważ dobre uczelnie wciąż wymagają dwóch, a nawet trzech i więcej egzaminów z rozszerzeniem.

W 2021 r. egzaminy zostaną też (wyjątkowo) przeprowadzone na podstawie okrojonych wymagań. W przypadku egzaminu ósmoklasisty z języka polskiego – ograniczono listę lektur, w części matematycznej – wymagania dotyczące działań na pierwiastkach oraz stereometrii (brył przestrzennych), zmniejszono także (do 4) ilość zadań otwartych. Wypracowanie na języku polskim ograniczono do dwóch form do wyboru: rozprawki lub opowiadania. W arkuszu z języka angielskiego nie będzie pytań dotyczących czasu past perfect oraz mowy zależnej. W każdym arkuszu zmniejszono liczbę zadań (i liczbę możliwych do zdobycia punktów).

Na maturze z matematyki (w zakresie podstawowym) – obni-

żono wymagania, dotyczące funkcji i graniastopów, zredukowano te dotyczące brył obrotowych i ostrosłupów. Resort edukacji obniżył też ogólną liczbę punktów do zdobycia z 50 do 45 i zmniejszył liczbę zadań otwartych z 9 do 7.

Na maturze z języka polskiego na poziomie podstawowym, obok części testowej, do wyboru będą trzy tematy wypracowania: dwie rozprawki (jedna w oparciu o lekturę obowiązkową, druga – tekst kultury spoza listy lektur) i interpretacja tekstu poetyckiego.

W terminie głównym matura odbędzie się w dniach 4-20 maja, natomiast egzamin ósmoklasisty w dniach 25-27 maja 2021 roku.

(kag)

Jest przetarg na remont Miejskiego Domu Kultury

Stalowowolski magistrat ogłosił przetarg na przebudowę i wykonanie prac konserwatorskich w Miejskim Domu Kultury. Oferty w postępowaniu można składać do 20 stycznia. Projekt uzyskał dofinansowanie w ramach środków norweskich. Realizacja inwestycji ma się rozpocząć w roku bieżącym.

Planowana inwestycja swoim zakresem obejmuje przebudowę i modernizację sali widowiskowej (parter plus balkon). W ramach zadania zaplanowano m.in. wymianę posadzki i parkietu, wymianę foteli – w projekcie przewidziano 752 miejsca, w tym: 543 na parterze budynku (w tym 4 dla osób niepełnosprawnych) oraz 209 na balkonie, modernizację fosi orchestronu wraz z montażem zapadni scenicznej w fosie, wydzielenie miejsc dla osób niepełnosprawnych, modernizację instalacji nagłośnienia.

Projekt przewiduje także remont łóż z pracami konserwatorskimi obejmującymi balustrady,

usunięciem starych powłok malarzkich, wykonaniem nowego posłoczenia, poprawę widoczności z łóż balkon z wykonaniem nowych podestów, poprawę widoczności na parterze wraz ze zmianą ustawienia foteli, malowanie ścian oraz sufitów wraz z pracami konserwatorskimi mającymi na celu przywrócenie oryginalnego wyglądu płycin na sali.

W planach jest również wykonanie obudów grzejników, wymiana stolarki drzwiowej na parterze, demontaż istniejących opraw oświetleniowych oraz montaż nowych w sali widowiskowej, wymiana oświetlenia scenicznego, wykonanie odpowiednich zabiegów w celu uzyska-

nia najlepszych z możliwych przy tego rodzaju wnętrzach parametrów akustycznych.

Zadanie swoim zakresem obejmuje także prace konserwatorskie mające na celu przywrócenie oryginalnej kolorystyki sali, polegające na usunięciu zbędnych powłok malarzkich i lakierniczych.

Spora zmiana czeka samą scenę, która doczeka się wymiany podłogi, wyciągów scenicznych, drzwi zewnętrznych ze sceny, okotowania sceny i kurtyny. Wykonany zostanie nowy system oświetlenia scenicznego oraz zapadnia sceniczna do pomieszczenia orchestronu.

Pełną modernizację przejdzie także zaplecze sceniczne. Zaprojek-

towny remont obejmuje wyposażenie garderób w łazienki, wykonanie nowych ogólnodostępnych sanitariatów, malowanie, wykonanie nowych posadzek, wymianę oświetlenia oraz doposażenie garderób w zabudowę meblową. Modernizacja objęte zostaną także korytarze.

Kolejnym pomieszczeniem objętym projektem jest mała sala kinowa. Przewiduje się demontaż istniejących podestów oraz sceny, wykonanie nowej podłogi podniesionej na widowni oraz głębszej sceny, dzięki czemu możliwa będzie poprawa warunków widoczności na widowni.

Dzięki pogłębieniu sceny, montaż nowego wyposażenia oraz wykonaniu nowej adaptacji akustycznej sali kinowej możliwe będzie nadanie pomieszczeniu nowej funkcji sali muzyczno-teatralnej, przez co możliwe będzie poszerzenie ofer-

ty kulturalnej. W pomieszczeniach do tańca, prób i zajęć planuje się wykonanie nowych posadzek, malowanie oraz montaż nowej zabudowy meblowej.

Dużą zmianę przejdą pomieszczenia socjalno-magazynowe. Zaprojektowano też wykonanie nowych szatni oraz sanitariatów obsługujących pomieszczenia zlokalizowane na II piętrze. Nowe sanitariaty zostały również zaprojektowane w garderobach. Przewidziano również remont istniejących sanitariatów zlokalizowanych na zaskaniu.

W projekt, który otrzymał dotację z funduszy norweskich, oprócz prac związanych z przebudową i remontem MDK, wpisane są także działania tzw. miękkie związane z lokalnym dziedzictwem kulturowym.

(as)

Topole na Popiełuszki kością niezgody

Prezydent Stalowej Woli zmienił zdanie w sprawie przebudowy ulicy Popiełuszki i wiążącej się z nią wycinką drzew. Wcześniej miasto wydało pozytywną opinię do zaproponowanej koncepcji, która jak mówi Lucjusz Nadbereżny, została zmieniona po wsłuchaniu się w głosy mieszkańców miasta. Prezydent skierował wniosek do starosty stalowowolskiego o ponowną analizę projektu modernizacji ulicy księdza Jerzego Popiełuszki pod kątem ochrony drzewostanu rosnącego w pasie tej drogi powiatowej. – Cały projekt ulicy był na życzenie pana prezydenta, uzgadniany z panem prezydentem i z jego pracownikami. Wszystkie rozwiązania zostały zaakceptowane. Jesteśmy na takim etapie, że żadnych zmian nie możemy wprowadzać, chyba że nie zrealizujemy tej inwestycji w ogóle – mówi starosta Janusz Zarzeczny.

Na ostatniej sesji stalowowskiej Rady Miejskiej rajcy głosowali w sprawie udzielenia bezzwrotnej pomocy finansowej dla powiatu stalowowolskiego w tym m.in. na przebudowę ulicy Popiełuszki.

– To jest inwestycja powiatu stalowowolskiego, projekt przygotowuje powiat, był on ustalany i uzgadniany z samorządem miasta Stalowej Woli. Kiedy powiat przystąpił do projektowania ulicy Popiełuszki, miasto Stalowa Wola zgłosiło swoje uwagi, zgłaszając wnioski, aby w skrzyżowaniu ulicy Wolności i w skrzyżowaniu ulicy Skocznińskiego były zastosowane dwa małe ronda na wzór tego co mamy przy policji w dalszym przebiegu ulicy. Powiat stalowowolski ze swoim projektantem na dwóch naraadach przedstawiał wyniki badań natężenia ruchu tych skrzyżowań. Priorytetem jest drożność i szybki przejazd przez ulicę Popiełuszki, która stanowi dla miasta Stalowej Woli jedną z głównych osi komunikacyjnych. W analizie ruchu, projektant pokazywał, że zastosowanie rond w tym miejscu, w godzinach poza szczytowych będzie powodowało jednak duże zwolnienie i zatrzymanie ruchu w głównym ciągu ulicy Popiełuszki. Rekomendacje były jednoznaczne, aby zastosować skrzyżowania skanalizowane. Te rozwiązania, które przy naszym udziale zostały zaproponowane, według mnie gwarantują dużo bardziej bezpieczny wyjazd z ulicy Wolności, wjazd do ulicy Skocznińskiego. (...) Po głębokiej analizie również naszych służb technicznych uznajemy, że te rozwiązania, które zostały zaproponowane przez powiat są zadowalające – mówił na sesji 30 grudnia 2020 roku prezydent Lucjusz Nadbereżny.

U zbiegu ulic Popiełuszki i Okulickiego zostanie wybudowane turborondo. W okolicy skrzyżowań skanalizowanych pojawiają się dodatkowe pasy ruchu pozwalające na bezkolizyjne włączenie się do ruchu.

Mieszkańcy apelują o zachowanie obecnego drzewostanu

Na sesji radny Dariusz Przytula zapytał o kwestię wycinki drzew przy okazji przebudowy ulicy Popiełuszki. Prezydent wspominał, że do wycinki przeznaczone są rosnące w pasie drogowym topole. I zawrzało. Mieszkańcy sprzeciwiali się wycinie tych drzew, głośno wyrażając swoje niezadowolenie w tej kwestii. List w tej sprawie dotarł też do naszej redakcji.

– Nie jesteśmy przeciwni temu remontowi, wręcz przeciwnie, jako

mieszkańcy Stalowej Woli zależy nam, aby nasze miasto było piękne i bezpieczne. Nie możemy jednak wyrazić zgody na nieprze-myślane i zbędne zniszczenie naszego środowiska przez wycięcie zdrowych, pięknych drzew rosnących przy tej ulicy, tworzących aleję – piszą mieszkańcy w liście.

W jego treści podkreślają bardzo ważną rolę drzew w mieście, wskazując na spełnianie przez nie istotnych funkcji w procesie oczyszczania powietrza ze szkodliwych substancji gazowych i pyłowych, metali ciężkich, oczyszczania gleby i wody czy kształtowania lokalnych warunków wodnych oraz mikroklimatu. Drzewa dają też cień dla podróżujących chodnikami czy ścieżkami.

– Bardzo prosimy o uwzględnienie przy modernizacji drogi przy ulicy Ks. J. Popiełuszki czynnika społecznego głosów mieszkańców Stalowej Woli, aby nie wycinać drzew rosnących przy tej ulicy, ponieważ w dobie zmieniającego się klimatu każde drzewo jest bardzo cenne. Cały świat w obecnym czasie sadzi drzewa, a nie wycina – pisali mieszkańcy.

Prezydent zmienia stanowisko ws. przebudowy Popiełuszki i wycinki drzew

W poniedziałek, 11 stycznia, prezydent Lucjusz Nadbereżny poinformował na swoim Facebooku, że zmienia swoje stanowisko w sprawie przebudowy ulicy Popiełuszki i wycinki drzewostanu.

Pomimo wcześniejszych ustaleń, stwierdził, że wsłuchując się w ważny głos mieszkańców Stalowej Woli skierował wniosek do starosty stalowowolskiego o ponowną analizę projektu modernizacji ulicy księdza Jerzego Popiełuszki pod kątem ochrony drzewostanu rosnącego w pasie tej powiatowej drogi.

– Zmiana jakościowa, związana z poprawą techniczną układu drogowego, którą zapewne projekt w dużej mierze przewiduje, jest pożądana. Natomiast zmiana ilościowa, związana ze zwiększeniem liczby pasów ruchu kosztem istniejącego szpaleru dorosłych drzew budzi naszą obawę. Dodatkowo, zwiększenie przepustowości ulicy może odbić się negatywnie na jakości ruchu pieszego, zwiększeniem ilości spalin, hałasu, zapylenia, temperatury. W naszej ocenie podjęcie decyzji projektowej o tak dużej wadze należy poprzedzić wykonaniem szeregu analiz mających na celu ukazanie jak najpełniejszego obrazu zastanych uwarunkowań i obecnego zasobu. W celu przeprowadzenia skutecznej ochrony istniejącego drzewostanu proszę o jak

najszybsze wykonanie inwentaryzacji dendrologicznej opisującej faktyczny stan fitosanitarny zasobów roślinnych znajdujących się w obrębie terenu inwestycji. Ocena zasobu przyrodniczego jest obecnie powszechną praktyką w Polsce, eliminującą zarzuty o brak troski o środowisko i zieleni, na której zależy mieszkańcom. (...) Argumenty o podniesieniu komfortu oraz bezpieczeństwa przejazdu użytkowników dróg, zwiększeniu przepustowości, upłynnieniu ruchu, ułatwieniu wyjazdu, ograniczeniu korków są całkowicie zrozumiałe i co do zasady słuszne, ale w odniesieniu do obecnej sytuacji nie przeważają nad plusami, które daje obecność drzew w mieście, zwłaszcza na tej ulicy. Wążąc na szali zalety wynikające z poszerzenia drogi oraz pozytywne związane z zachowaniem istniejącego drzewostanu, w naszej opinii zachowanie drzew oraz uspokojenie ruchu, a nie jego zwiększenie, są wartościami istotniejszymi i ważniejszymi dla mieszkańców. (...) W naszej ocenie rozbudowa infrastruktury komunikacyjnej o kolejny pas ruchu na dłuższą metę nie przyczyni się do zmniejszenia natężenia ruchu oraz poprawy jakości życia w tym rejonie miasta. Przeciwnie – obawiamy się, że takie działanie zachęci większą ilość kierowców do wybierania szybkiej, krótszej drogi przez centrum miasta zamiast przejazdu obwodnicą. Związane z tym rosnące natężenie ruchu samochodowego, przyniesie za sobą koszty środowiskowe i ekologiczne polegające na zwiększeniu emisji zanieczyszczeń i podwyższeniu temperatury otoczenia oraz koszty społeczne związane z utrudnieniem w przekraczaniu drogi przez pieszych, pogorszenie warunków użytkowania ścieżek i tras rowerowych oraz zwiększenie uciążliwości związanej z obciążeniem hałasem dla mieszkańców okolicznych bloków. Biorąc pod uwagę szereg ogólnie znanych i wciąż pojawiających się nowych funkcji, jakie spełnia zieleni w mieście oraz wsłuchując się w głos Mieszkańców Stalowej Woli, których mam zaszczyt reprezentować, bardzo proszę o ponowne poddanie ocenie założeń projektowych w przedłożonej koncepcji oraz podjęcie próby zniwelowania negatywnego wpływu planowanej modernizacji drogi na istniejący drzewostan – napisał w swoim apelu prezydent Lucjusz Nadbereżny.

Starosta podaje powody wycinki i zapewnia o planach nowych nasadzeń

Skontaktowaliśmy się w tej sprawie z adresatem prezydenckie-

go apelu, starostą stalowowolskim Januszem Zarzeczny, który nie krył zaskoczenia zaistniałą sytuacją.

– Cały projekt ulicy był na życzenie pana prezydenta, uzgadniany z panem prezydentem i z jego pracownikami. Wszystkie rozwiązania zostały zaakceptowane. Jesteśmy na takim etapie, że żadnych zmian nie możemy wprowadzać, chyba że nie zrealizujemy tej inwestycji w ogóle. A uważam, że to byłby największy błąd jaki można by poczynić, żeby wycofać się z tej inwestycji. Pewne środki zostały już przeznaczone na dokumentację, wszystkie uzgodnienia praktycznie mamy zrobione, pozwolenie na budowę będzie w marcu i w kwietniu rozpoczynamy rzeczową realizację inwestycji – mówi Janusz Zarzeczny, starosta stalowowolski.

Dodaje, że topole, które zostały przeznaczone do wycinki mają bardzo mocno rozwinięty system korzeniowy, który zostanie lub może zostać uszkodzony przy koniecznych do wykonania robotach ziemnych, w związku z czym i tak by nie przetrwały.

– Mamy robić inwestycję w ziemi, musimy wymienić-przebudować znaczną część sieci uzbrojenia podziemnego więc istnieje duże prawdopodobieństwo uszkodzenia korzeni, jest to nieuniknione. Ta ulica jest bardzo zniszczona, pod tym ciągiem komunikacyjnym jest całe skupisko

sieci różnego typu: instalacja wodociągowa, kanalizacyjna sanitarna i deszczowa, ciepłownicza, gazowa, oświetlenie uliczne, sieci wysokiego i niskiego napięcia, teletechniczna. Jeżeli my tego nie zrobimy, to za jakiś czas coś pęknie i odetnie ludzi od pewnych mediów, na przykład ciepłowniczych w trakcie zimy. Nie możemy sobie pozwolić na to, żeby ta ulica nie była remontowana. Uważam, że trzeba uspokoić atmosferę. Od drogi krajowej w kierunku ulicy Wolności, z jednej i drugiej strony drzewa zostaną, bo one nie kolidują, natomiast te topole, które są dalej w kierunku do przejazdu kolejowego będą musiały być wycięte. Natomiast w projekcie są przewidziane nasadzenia, zrobimy nasadzenia dużymi, ładnymi drzewami i droga będzie funkcjonalna i bezpieczna – podkreśla starosta.

Zaznacza, że badania dendrologiczne tego drzewostanu zostały zlecone. – Z tego co wiem, bo już z dendrologiem rozmawiałem, wszystkie drzewa są u kresu życia, więc jeżeli nawet byśmy je zostawili to za rok, dwa musielibyśmy je wycinać. Uważam, że centralna ulica miasta powinna wyglądać tak jak została zaprojektowana, projekt jest kompleksowy łącznie ze ścieżkami rowerowymi, chodnikami, oświetleniem ledowym po dwóch stronach – zaznacza starosta.

(as)

PROMOCJA





Fundacja Uniwersytecka w Stalowej Woli prowadząca stołówkę uniwersytecką Mensa Qul od 15 grudnia 2020 roku realizuje projekt pn. „POSILEK NA SYGNALE”.

Mając w pamięci początki pandemii COVID-19 oraz społeczną akcję „Posilek dla Medyka”, w ramach której Mensa Qul dostarczyła do stalowowolskiego szpitala prawie 400 posiłków, Fundacja Uniwersytecka ponownie postanowiła wesprzeć Personel Medyczny Powiatowego Szpitala Specjalistycznego w Stalowej Woli. Tym razem środki finansowe na realizację projektu pn. „POSILEK NA SYGNALE” zostały przekazane przez Fundację PZU, dzięki której Mensa Qul przygotuje i dostarczy od grudnia do marca 1220 obiadów dla Zespołu Ratownictwa Medycznego oraz Personelu Medycznego Szpitalnego Oddziału Ratunkowego w Stalowej Woli. Realizacja projektu nie byłaby możliwa także bez wspaniałych Darczyńców:

- ◆ CERKAMED Pan Wojciech Pawłowski
- ◆ ENESTA Sp. z o.o.
- ◆ Miasto Stalowa Wola
- ◆ Mieski Zakład Komunalny Sp. z o.o. w Stalowej Woli
- ◆ SANBank Nadsański Bank Spółdzielczy w Stalowej Woli
- ◆ Superior Industries Production Poland Sp. z o. o.
- ◆ Zakłady Metalowe DEZAMET Nowa Dęba

Poprzez realizację projektu „POSILEK NA SYGNALE”, zarówno Fundacja Uniwersytecka w Stalowej Woli, jak i Partnerzy projektu, pragną okazać solidarność i wsparcie Medykom w tej wyjątkowo trudnej pandemicznej rzeczywistości. Jest to wyraz wdzięczności Ratownikom Medycznym oraz Pracownikom SOR, którzy pracują na pierwszej linii w walce z COVID-19. Niech to nowe doświadczenie, które obecnie zdobywamy, umocni nas we wzajemnej solidarności i odpowiedzialności.

Zarząd Fundacji Uniwersyteckiej w Stalowej Woli serdecznie dziękuje Fundacji PZU oraz wszystkim Darczyńcom za wsparcie realizacji projektu pn. „POSILEK NA SYGNALE”.

Jakie inwestycje gminy zaplanowały na 2021 rok

Niemal wszystkie gminy z terenu powiatu stalowowolskiego uchwaliły już budżety na 2021 rok. Pisaliśmy już o budżecie miasta Stalowa Wola. Poniżej przedstawimy plany finansowe gmin Zaleszany, Bojanów, Zaklików i Pysznica. Gmina Radomyśl nad Sanem jeszcze nie przyjęła budżetu na 2021 rok.

W budżecie gminy Bojanów na 2021 rok dochody ustalono w kwocie nieco ponad 40 mln zł, wydatki oszacowano zaś na poziomie niespełna 48 mln zł.

Wśród inwestycji realizowanych w 2021 roku należy wymienić budowę kanalizacji sanitarnej w miejscowościach Przyszów, Ruda, Burdziej oraz Pietropole. Zadania będą realizowane w ramach trzech podpisanych już umów.

W bieżącym roku swój finał ma mieć inwestycja związana z budową hali sportowej z pływalnią w Stanach. W planach są też remonty dróg gminnych w sołectwach Kozły-Załęże i Kołodziej. Gmina w tym zakresie liczy na wsparcie z Funduszu Dróg Samorządowych.

W budżecie zabezpieczone zostały też środki na dotację do wymiany źródeł ogrzewania oraz montażu instalacji fotowoltaicznych. Ponadto w najbliższym czasie budżet gminy Bojanów na rok 2021 czeka kilka zmian, zostaną wprowadzone nowe zadania.

– Chcemy udzielić pomocy dla powiatu stalowowolskiego na dwa zadania, na budowę chodnika w miejscowości Gwoździec i być może uda się również dokonać budowy chodnika w Bojanowie za Rzeką. Chcemy na ten cel przekazać 150

tys. zł i taką samą kwotę chcemy przekazać w formie pomocy dla powiatu na opracowanie dokumentacji projektowej na przebudowę dróg powiatowych w miejscowościach Laski i Maziarnia, a także na opracowanie dokumentacji projektowej na remont mostu na rzece Łęg w Stanach – mówi Sławomir Serafin, wójt gminy Bojanów.

Do budżetu ma zostać wprowadzone jeszcze jedno zadanie, tj. opracowanie dokumentacji projektowej na budowę kanalizacji sanitarnej w miejscowościach Laski, Korabina, Cisów Las oraz Gwoździec.

W budżecie gminy Zaleszany na 2021 rok dochody ustalono na nieco ponad 49 mln zł, wydatki oszacowano na poziomie blisko 54 mln zł.

– Głównym nurtem, który od paru lat utrzymujemy jest budowa kanalizacji sanitarnej i teraz akurat zaczynamy budowę kanalizacji w miejscowości Skowierzyn – mówi Paweł Gardy, wójt gminy Zaleszany.

W planach na 2021 rok jest budowa i przebudowa dróg oraz współfinansowana z powiatem stalowowolskim przebudowa drogi powiatowej w Kotowej Woli. Gmina zabezpieczyła też środki na adaptację pomieszczeń budynku urzędu

gminy w Zaleszanie czy wykonanie oświetlenia ulicznego.

Ponadto do budżetu wprowadzone zostanie w najbliższym czasie zadanie związane z otrzymaniem przez gminę dotacji z Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych na budowę Centrum Kultury. Nowy budynek stanie w miejscu obecnego ośrodka kultury, dotychczasowy obiekt zostanie rozebrany. Docelowo w planowanym budynku oprócz przestrzeni dla działalności kulturalnej, będzie też biblioteka z czytelnią, centralna kuchnia oraz boksy garażowe dla samochodów Ochotniczej Straży Pożarnej. Obecnie aktualizowany jest projekt zadania, niebawem ma ruszyć przetarg na jego realizację.

W planach jest także termomodernizacja przedszkola w Zbydniowie pod warunkiem uzyskania dofinansowania zewnętrznego na ten cel.

Budżet gminy Zaklików na 2021 rok zakłada dochody w wysokości nieco ponad 43 mln zł, wydatki ustalono w kwocie blisko 49 mln zł.

– Jeżeli chodzi o plany na ten rok, jest to dokończenie budowy obiektów sportowych, tj. płyta stadionu w Zdziechowicach, budowa zaplecza sanitarno-sportowego w Lipie i rozpoczęcie przebudowy płyty stadionu w Zaklikowie. Duże środki wydajemy również na inwestycje drogowe, praktycznie w każdym sołectwie jest zaplanowana jakaś inwestycja drogowa. Z takich zadań dosyć istotnych, to jest również planowana budowa nowej studni w miejscowości Karkówka –

mówi Dariusz Toczyski, burmistrz Zaklikowa.

W tym roku kontynuowana będzie także rozbudowa Gminnego Ośrodka Kultury i budynku OSP w Zaklikowie. Gmina inwestować będzie także w projekty związane z oświetleniem miejscowości i budowę nowych linii. W planach są także remonty szkół oraz modernizacja sali konferencyjnej w urzędzie miejskim.

– Planujemy również rozpoczęcie prac projektowych nad kanalizacją w miejscowościach Gielnia i Irena, chcemy te miejscowości włączyć do sieci kanalizacyjnej i zakończyć kanalizację Zdziechowic – mówi burmistrz Toczyski.

Gmina planuje także ogłoszenie przetargu na przebudowę oczyszczalni ścieków w Zaklikowie. Na ten cel gmina otrzymała 4 mln zł z Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych.

W budżecie gminy Pysznica na 2021 rok dochody ustalono w kwocie blisko 51 mln zł, wydatki zaplanowano w kwocie nieco ponad 59 mln zł.

W planach inwestycyjnych gminy Pysznica na 2021 rok znalazł się kolejny etap budowy kanalizacji sanitarnej w miejscowości Kłyżów.

– Jeżeli nie w obecnym 2021 roku, to w 2022 chcemy zamknąć miejscowość Kłyżów, a następnie zabrać się za kanalizowanie miejscowości Brandwica, która w tym momencie jest projektowana. I w trzecim kwartale tego roku dokumentacja powinna być już prawomocna – mówi Łukasz Bajgierowicz, wójt gminy Pysznica.

Gmina planuje także termomodernizację budynków szkół w miejscowościach Krzaki i Kłyżów. Zadanie ma być realizowane w cyklu dwuletnim 2021-2022. Gmina w tym przypadku liczy na dofinansowanie z Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w ramach funduszy norweskich. W tym roku ma się zakończyć modernizacja Domu Ludowego w Jastkowicach. Gmina planuje zakup średniego wozu dla OSP w Studzieńcu przy wsparciu środków zewnętrznych oraz dobudowę oświetlenia na terenie gminy.

W budżecie zabezpieczone zostały też środki na inwestycje w infrastrukturze drogowej. Drogi będą modernizowane ze środków własnych lub przy wsparciu zewnętrznym z Funduszu Dróg Samorządowych. We wniosku do FDS złożone zostały drogi w Jastkowicach.

– Mamy szansę na remont dróg w sołectwie Jastkowice, a dokładnie chodzi o przysiółki Lipowiec, Dębowiec, Kochany, chcemy tam wyremontować blisko 10-kilometrowy odcinek drogi – mówi Łukasz Bajgierowicz.

Gmina Pysznica zabezpieczyła też środki na pomoc finansową dla powiatu stalowowolskiego i powiatu niżańskiego na wspólne działania w zakresie budowy chodników przy drogach powiatowych.

Gmina planuje także rozpoczęcie rozbudowy oczyszczalni ścieków. Uzyskała na ten cel dotację z Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych. Zadanie dopiero zostanie wprowadzone do budżetu.

Aleksandra Soból

Strażacy ochotnicy z Antoniowa mają nowy samochód

Jednostka Ochotniczej Straży Pożarnej w Antoniowie w gminie Radomyśl nad Sanem wzbogaciła się o nowoczesny samochód ratowniczo-gaśniczy volvo, który zastąpi wysłużonego stara 266. Auto wraz z wyposażeniem kosztowało blisko 850 tys. zł.

Nowy samochód do antoniowskiego gminnego OSP trafił końcem ubiegłego roku. Wóz ma napęd na cztery koła umożliwiające poruszanie się w trudnym terenie. Został wyposażony m.in. w zbiornik wody o pojemności 2,5 tys. litrów, zbiornik środka pianotwórczego o pojemności 300 litrów.

Ponadto posiada kamerę cofania z siedmioosobowym monitorem, działko wodno-pianowe, sześciuosobową kabinę czterodrzwiową, obrotowy maszt oświetleniowy sterowany pneumatycznie czy system szybkiego natarcia.

Wóz strażacki wraz z wyposażeniem kosztował blisko 850 tysięcy złotych, z czego 500 tysięcy złotych to dotacja z Funduszu Sprawiedliwości, a 50 tysięcy złotych to dotacja powiatu stalowowolskiego. Pozostałą część stanowiły środki własne gminy.

(as)



Wóz, dzięki zaawansowaniu technologicznemu oraz bogatemu wyposażeniu, znacznie zwiększył możliwości bojowe strażaków

Powiat planuje modernizację ul. Ogrodowej

Powiat stalowowolski będzie ubiegał się o dofinansowanie z Funduszu Dróg Samorządowych na przebudowę ulicy Ogrodowej w Stalowej Woli.

Wnioski będzie można składać w drugiej połowie roku. Jeżeli środki na ten cel zostaną przyznane, to rzeczowa realizacja inwestycji planowana jest na rok 2022.

W planach jest modernizacja dwukilometrowego odcinka ulicy Ogrodowej. W ramach inwestycji powstanie droga o szerokości 5,5 m z nową nawierzchnią asfaltową.

Na odcinku od ulicy Lipowej do ulicy Jaśminowej będzie wybudowana kanalizacja deszczowa, na odcinku od ulicy Jaśminowej do ulicy Rolnej planowany jest dwustronny chodnik, zaś od ulicy Rolnej do ulicy Lipowej chodnik jednostronny.

(as)

Świąteczne dekoracje chcą mieć też w sołectwach

Przepięknienie rozświetlone świątecznymi iluminacjami centrum Niska wzbudza zachwyt nie tylko małych, ale i dużych mieszkańców regionu. Tak piękne kolorowe dekoracje chcą mieć w swoich miejscowościach także mieszkańcy sołectw gminy Nisko oraz miejskich osiedli. O ich zakup i montaż przed kolejnymi świętami upomnieli się radni z Zarzecza, Raclawic, a także osiedla Malce w Nisku.

Bożonarodzeniowej iluminacji Niska radni Rady Miejskiej rozmawiali na ostatniej w 2020 roku sesji. Podczas posiedzenia, które ponownie odbyło się w trybie on-line, czyli przez Internet, nie kryli podziwu dla rozświetlonego centrum miasta. Niektórzy dopytywali, czy podobne ozdoby staną przez kolejnym Bożym Narodzeniem w innych punktach miasta i gminy.

Bardzo atrakcyjnie wygląda nasze centrum miasta, jeśli chodzi o iluminację świąteczną. Pojawił się napis „Nisko”, ba nawet w Zarzeczu jest napis „Wesołych świąt”. Wszystko super, pięknie, ale chciałbym, aby pan burmistrz wziął przykład z wójta Łukasza Bajgierowicza, który traktuje jednakowo wszystkie miejscowości. Na przykład Zarzecze bardzo skromnie wygląda w porównaniu z Kłyżowem – zwracał uwagę radny Paweł Tofil z Zarzecza i przekonywał biorącego udział w sesji wiceburmistrza Zbigniewa Kotułę do montażu w przyszłości dekoracji także w sołectwach.

Podobnie, o montaż świątecznych dekoracji na przyszłe Boże Naro-

dzenie poza centrum Niska, prosił też radny Józef Sroka z Raclawic. – Od kilku lat obserwujemy, że ciągle się tej iluminacji w centrum dokłada. I fajnie, Nisko pięknie wygląda, ale jesteśmy troszkę zaniepokojeni, że jednych traktuje się tak, a innych inaczej – mówił radny Józef Sroka. – Nasza gmina pośrodku jest przecinana dwoma drogami krajowymi, czy nie należało, już nie będę mówił tu o Raclawicach, żeby mnie ktoś nie posądził, że na tym mi zależy, przy wjeździe do Niska, na przecięciu krajowej „19” i „77” powiesić dekoracje. Przecież można się dogadać z Generalną Dyrekcją Dróg Krajowych i Autostrad, tak jest w wielu miejscowościach. Nie wszyscy przejeżdżają przez centrum miasta, które jest bardzo ładne. Powinniśmy zaznaczyć, że przejeżdża się przez Nisko, tym bardziej w tej chwili, kiedy będzie obwodnica, a za niedługo droga ekspresowa S19. Ten wjazd na takie okoliczności powinien być wizytówką gminy, nie tylko miasta Nisko. Są centra też z Zarzeczu, jak i w Nowosielsku, Raclawicach, gdzie można mieszkańcom dać namiast-



Napis „Nisko” stanął przed Urzędem Gminy i Miasta tuż przed świętami Bożego Narodzenia. Dekoracja kosztowała 44 tysiące złotych i, według zapewnień urzędników, będzie zdobiła centrum Niska przez cały rok

kę tego co w Nisku, żeby czuli, że ten akcent świąteczny też mają.

Na to, że bożonarodzeniowe iluminacje są tylko w centrum Niska uwagę zwracał radny Ryszard Sroka z osiedla Malce. Podczas sesji odcinek ulicy Sandomierskiej od granicy Niska ze Stalową Wolą aż do Garnizonu Nisko nazwał „ciemną dziurą”.

– Jeśli mówimy już o Zarzeczu i Raclawicach, to ja powiem o mieście Nisko, które zaczyna się od granic Stalowej Woli. Wszyscy, którzy przejeżdżają z zewnątrz jadą tylko ulicą Sandomierską. Dla nich Stalowa Wola kończy się na Swo-

łach, gdzie na każdej latarni są piękne niebieskie światełka, a później zaczyna się ciemna dziura. Jest tylko tablica „Nisko” i nic więcej, miasto zaczyna się dopiero od jednostki wojskowej. Mnie się wydaje, że my jesteśmy w Nisku, a nie gdzieś na jakiejś wsi – podkreślał radny z osiedla Malce. – Przy tej głównej drodze powinno być pokazane, że Nisko to nie tylko ten mały kawałek miasta, bo dla przyjeżdżających to wygląda tak, że Nisko zaczyna się na koszarach, a kończy na rondzie przed Raclawicami.

Pod nieobecność burmistrza Waldemara Ślusarczyka, do sug-

stii radnych odniósł się wiceburmistrz Zbigniew Kotuła. – Za te uwagi bardzo dziękuję. Weźmiemy je pod rozwagę. Jak najbardziej zgadzam się z sugestiami państwa radnych. Będziemy się starali w kolejnych latach, wychodząc naprzeciw oczekiwaniom wszystkich radnych, żeby tych dekoracji było jak najwięcej, by one znalazły się w różnych punktach miasta i gminy Nisko. Nie chcemy się tylko koncentrować na centrum, ale też by akcenty bożonarodzeniowe znalazły się w innych rejonach miasta i gminy – zapewniał.

(dag)

„Przędzelskie kaszaki” docenione w ogólnopolskim konkursie

Koło Gospodyń Wiejskich „Przędzelanki” z Przędzela w gminie Rudnik nad Sanem zdobyło trzecią nagrodę w kategorii potrawy jarskie w konkursie „Polska Wieś Smakuje”, organizowanym przez Narodowy Instytut Kultury i Dziedzictwa Wsi. Konkursowe jury doceniło „przędzelskie kaszaki”, czyli pierogi z kaszą jaglaną.

Konkurs „Polska Wieś Smakuje” skierowany jest do rolników, rolników i Kół Gospodyń Wiejskich w całej Polsce. W konkursie może wziąć udział każdy rolnik indywidualny kultuwający zgłaszającą praktykę kulinarną przez okres minimum 3 lat i wszystkie zarejestrowane Kola Gospodyń Wiejskich z całej Polski.

Do ostatniej edycji konkursu zgłoszono aż 330 potraw z całej Polski. Były one oceniane w pięciu kategoriach: kiszonki z warzyw i owoców, zupy, potrawy jarskie, potrawy z drobiu i ryb oraz potrawy świąteczne. Każda ze zgłoszonych potraw była oceniana była według dziewięciu kryteriów merytorycznych. Należały do nich m.in.: charakter opisu zgłaszanej praktyki kulinarnej, jej historia, związek z regionem i społecznością lokalną oraz sposób jej kultywowania w działalności KGW. W ocenie jury były też brane pod uwagę jej walory odżywcze i prozdrowotne.

Ponadto oceniano jak potrawa przyczynia się do integrowania społeczności lokalnej, do zachowania i rozwoju kultury wsi, ochrony dziedzictwa przyrodniczego, jak również do możliwego zwiększenia dochodu rolników lub KGW.

„Przędzelskie kaszaki” oceniane były w kategorii potrawy jarskie. W ocenie komisji konkursowej, nieznacznie lepsze od pierogów z Przędzela były tylko „Grycoki” czyli pierogi z kaszą gryczaną i grzybami zgłoszone przez KGW „Kowalanki” z miejscowości Kowale w gminie Sitkówka-Nowiny i babka drożdżowa z burakami cukrowymi zwana „Burocorz” przygotowana przez KGW z Postronnej w gm. Koprzywnica.

(dag)



„Przędzelskie kaszaki”

Składniki na farsz:

- 1 szklanka kaszy jaglanej
- 2 szklanki mleka
- 8 dag sera białego
- 8 dag masła
- łyżeczka cukru
- łyżka gęstej kwaśnej śmietany.

Składniki na ciasto:

- 1/2 kg maki
- ciepła woda
- 2 łyżki oleju lub oliwy bezsmakowej
- sól

Przyrządzanie farszu:

Kaszę jaglaną gotujemy na mleku z dodatkiem masła. Gdy kasza wchłonie mleko, stawiamy ją nad gotującą się wodą i parujemy do miękkości. Ugotowaną i przestudzoną kaszę wkładamy do miski i ubijamy z serem lub łyżką gęstej kwaśnej śmietany. Solimy do smaku i z tak przygotowanej kaszy lepimy pierogi. Pilnujemy, aby farsz z kaszy nie ostygł, ponieważ wtedy będzie trudniej zlepić pierogi.

Przyrządzanie ciasta:

Zarabiamy ciasto z wymienionych składników i odkładamy na ok. 10 min pod przykryciem, aby nie wyschło. Następnie rozwałkowujemy i wycinamy placuszki, które wypełniamy jaglanym farszem. Pierogi gotujemy i podajemy gorące z leciutko zarumienionym masłem i posoloną gęstą śmietaną.

Zuzia i Kubuś najpopularniejsi

Aż o 206 spadła w zeszłym roku liczba dzieci urodzonych w Nisku. Według informacji, jakie przekazała „Sztafecie” kierownik Urzędu Stanu Cywilnego i Spraw Obywatelskich w Nisku Lucyna Drag, w roku 2020 odnotowano 527 urodzeń. Dla porównania, w roku 2019 na świat przyszło aż 733 maluchów. Mniej było też ślubów.

Jak podaje kierownik USC w Nisku Lucyna Drag, łącznie w 2020 roku urodziło się 236 dziewczynek oraz 281 chłopców. Dla swoich synów rodzice najczęściej wybierali imiona takie jak: Jakub, Franciszek, Szymon, Jan, Wiktor, Mikołaj oraz Nikodem. Imiona, które z kolei rzadko otrzymywali nowo narodzeni chłopcy to: Seweryn, Bruno, Jeremi, Władysław, Dorian, a także Kazimierz i Bogumił.

Dziewczynkom nadawane były natomiast najczęściej imiona: Zuzanna, Julia, Zofia, Aleksandra, Gabriela, Hanna, Oliwia. W 2020 roku rzadko sięgano do dziewczyńskich imion takich jak: Adela, Ida, Kalina, Róża, Bianka, Emma, Danuta, Janina czy Helena.

Ponadto w 2020 roku zwarto 82 małżeństwa, w tym 35 małżeństw konkordatowych. Udzielono również 30 ślubów cywilnych i transkrybowano 17 małżeństw zawartych za granicą. Natomiast w roku poprzedzającym, na złożenie małżeńskiej przysięgi zdecydowało się aż 130 par.

Do wieczności w ubiegłym roku odeszło w gminie Nisko 390 osób, tj. o 32 osoby mniej niż w roku 2019, kiedy zgonów odnotowano 358.

(kb)

W minionym roku dużo działało się w Jeżowie

Rok 2020 obfitował w realizację wielu inwestycji na terenie gminy Jeżowe. Rozbudowano między innymi oczyszczalnię ścieków, przy Publicznej Szkole Podstawowej w Jeżowie Kameralnem powstała sala gimnastyczna oraz dwa boiska wielofunkcyjne przy Zespołach Szkół w Cholewianej Górze i Starym Narcie. Natomiast mieszkańcy trzech sołectw: Jaty, Zalesia i Sójkowej doczekali się upragnionej ścieżki rowerowej z dopuszczeniem ruchu pieszych w miejscowości Jata.

Jak informuje wójt gminy Jeżowe, Marek Stępak, wszystkie podjęte w ubiegłym roku działania służą poprawie warunków życia i bezpieczeństwa, ale mają także wpływ na wszechstronny rozwój gminy. I tak, rozbudowy i przebudowy doczekała się jeżowska oczyszczalnia ścieków, na terenie której zamontowano też instalację OZE. Całkowity koszt tej inwestycji to 12 milionów 651 tysięcy złotych, z czego kwota przeszła 7 milionów

pochodzi z dofinansowania z RPO WP na lata 2014-2020. Ponadto powstała też sieć kanalizacji sanitarnej wraz z przepompownią ścieków w części Jeżowego.

Budowa drogi gminnej Jeżowe – Podgórze, budowa i modernizacja drogi dojazdowej do gruntów rolnych oraz przebudowa drogi gminnej w miejscowości Jeżowe Kameralne to szereg ważnych inwestycji z zakresu infrastruktury drogowej, jakie w minio-

nym roku wykonano na terenie całej gminy Jeżowe.

Sporo zainwestowano także w edukację. Za sumę przeszło 3 milionów 400 tysięcy złotych wybudowano salę gimnastyczną przy Publicznej Szkole Podstawowej w Jeżowie Kameralnem oraz dwa boiska wielofunkcyjne przy Zespołach Szkół w Cholewianej Górze i Starym Narcie, a także zakupiono sprzęt komputerowy w ramach programów Zdalna Szkoła oraz Zdalna Szkoła+ za sumę 185 tysięcy złotych.

Gmina Jeżowe udzieliła też dotacji samorządowi województwa podkarpackiego m.in. na: przebudowę drogi wojewódzkiej nr 861 Bojanów – Jeżowe – Kopki na odcinku od skrzyżowania drogi krajowej 19 w miejscowości Jeżowe do węzła S-19 Podgórze, przebudowę drogi wojewódzkiej nr 861 Bojanów – Kopki polegającą na budowie ścieżki rowerowej z dopuszczeniem ruchu pieszych w miejscowości Jata i przebudowę drogi powiatowej nr 1085R Jata – Zalesie – Sójkowa w miejscowościach Jata i Zalesie.

– Przed nami rok 2021 z planami i założeniami na nowe przedsięwzięcia i realizacje. Będą podejmowane nowe inicjatywy, ale także kontynuowane już rozpoczęte inwestycje, tj. przebudowa i rozbudowa stacji uzdatniania wody w Jeżowie.

Koszt tej inwestycji to 3 miliony 916 tysięcy złotych, z czego prawie dwa miliony złotych to dofinansowanie z RPO WP na lata 2014-2020. Roboty zgodnie z umową mają zostać zakończone do 13 sierpnia. W planach jest również budowa drugiego etapu drogi gminnej Jeżowe – Podgórze. Wartość realizacji tego etapu to prawie 723 tysiące złotych, z czego 433 tysiące 716 złotych to dofinansowanie z budżetu państwa w ramach Funduszu Dróg Samorządowych. Co więcej, pozyskaliśmy 5 milionów złotych z Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych na realizację budowy sieci kanalizacji sanitarnej wraz z przepompowniami do budynków mieszkalnych w miejscowości Krzywdy – wylicza wójt Marek Stępak.

Kamila Brzezińska

W Nisku szczepili personel szpitala

Tuż przed końcem 2020 roku, 30 grudnia, w Szpitalu Powiatowym imienia Polskiego Czerwonego Krzyża w Nisku rozpoczęło się szczepienie personelu medycznego. Pracownicy placówki szczepieni byli szczepionką mRNA COMIRNATY przeciw COVID-19. W sumie na szczepienie zapisało się około 260 osób. Po zaszczepieniu pracowników szpitala w placówce rozpoczną się szczepienia innych osób z tzw. grupy „0”. Jako pierwszy w niżańskim szpitalu zaszczepił się Stanisław Grzybowski, lekarz kierujący Oddziałem Anestezjologii i Intensywnej Terapii.

Jak informuje pełniący obowiązki dyrektora niżańskiego szpitala Roman Ryznar, do 14 stycznia placówka, jako szpital węzłowy, zbiera zgłoszenia priorytetowej grupy „0” do szczepień przeciw COVID-19. Zgłaszać się może: personel medyczny i niemedyczny placówek medycznych, stacji sanitarno-epidemiologicznych, Domów Pomocy Społecznej, Miejskich Ośrodków Pomocy Społecznej, pracownicy aptek i hurtowni farmaceutycznych oraz pracownicy punktów zaopatrzenia w wyroby medyczne. (kb)



FOT. ARCHIWUM SZPITALA POWIATOWEGO W NISKU

Chcą, aby rezonans był bezpłatny

Od kilku miesięcy w Szpitalu Powiatowym w Nisku działa nowoczesny rezonans magnetyczny. Niestety, nie wszyscy pacjenci mogą z niego skorzystać, gdyż badanie jest płatne. O to, dlaczego tak jest, pełniącego obowiązki dyrektora szpitala Romana Rynara pytano na sesji Rady Powiatu Niżańskiego.

Kiedy w marcu ub. r. w szpitalu w Nisku otworzono pracownię rezonansu magnetycznego, mieszkańcy powiatu nie kryli zadowolenia. Wiele osób liczyło, że mając skierowanie od lekarza będzie mogło wykonać niezbędne badania bezpłatnie.

Niestety, urządzenie nie należy do szpitala, a do firmy zewnętrznej, która tylko dzierżawi od placówki powierzchnię, a każde przeprowadzanie na nim badanie jest płatne. Na przykład badanie głowy w tym: przysadki, zatok i oczodołów to koszt 400 złotych, a badanie obciążeniowe stawów w pozycji leżącej lub stojącej to wydatek w wysokości 800 złotych.

O to, czy jest szansa, by badania były bezpłatne pełniącego obowiązki dyrektora szpitala Romana Rynara pytał podczas grudniowej sesji Rady Powiatu, w imieniu nieobecnego na posiedzeniu Andrzeja Tofilskiego, radny Władysław Prać.

– Rezonans magnetyczny jest postawiony przez firmę zewnętrzną, która u nas dzierżawi tylko powierzchnię i do czasu, kiedy będzie ogłoszony konkurs przez Narodowy Fundusz Zdrowia te świadczenia, badanie rezonansem są odpłatne – wyjaśniał Roman Ryznar. – Rezonans został uruchomiony w marcu, w momencie, kie-

dy NFZ zablokował możliwość przeprowadzenia konkursu na świadczenia zdrowotne. W związku z tym nie mogliśmy złożyć aplikacji do konkursu. Pod koniec października otrzymaliśmy informację, że fundusz stopniowo odmraża możliwości konkursów. Złożyliśmy wniosek o rozpisanie konkursu na badanie rezonansem magnetycznym. W tej chwili, po rozmowach z dyrektorem oddziału NFZ, oczekujemy na rozpisanie konkursu. Wówczas wszystkie badania ze zleceń z ambulatoryjnej opieki zdrowotnej będą wykonywane bezpłatnie.

(dag)

Na ulicy Willowej stanie szlaban

4 grudnia na osiedlu Malce w Nisku zakończył się pierwszy etap przebudowy ulicy Willowej. Dawna droga gruntowa pokryta została asfaltem. Jednak jak zauważają mieszkańcy osiedla, drogowcom najwyraźniej zabrakło asfaltu, gdyż tuż przy skrzyżowaniu ulicy Willowej z Sopocką pozostawiono kilkanaście metrów drogi gruntowej. Okazuje się jednak, że to nie błąd drogowców, ale celowe działanie.

Przypomnijmy. Na remont, a właściwie przebudowę ulicy Willowej w Nisku jej mieszkańcy czekali od lat. Gruntowa ulica prowadząca do nowo budowanych domów mocno dawała się we znaki ich mieszkańcom. Unoszącego się latem pyłu, a jesienią i zimą ogromnego błota mieli już dość. Nic więc dziwnego, że poczuli ulgę, kiedy rozpoczęły się prace przy jej przebudowie.

Roboty drogowe trwały do końca listopada, a 4 grudnia ulica, pokryta świeżutkim asfaltem, została oddana do użytku.

– Zadanie objęło swym zakresem m.in. usunięcie warstwy pierwotnej czyli tzw. humusu, regulację studzienek, korytowanie oraz wykonanie podbudowy betonowej i z kruszyw

łamanych. Powstały place manewrowe z płyt asfaltowych, pobocza, zjazdy do posesji z kostki oraz nawierzchnia asfaltowa na drodze – wyliczał wówczas Adrian Starzomski z Urzędu Gminy i Miasta w Nisku i dodawał, że prace prowadzone na odcinku 503 metrów, wykonało przedsiębiorstwo Molter z Rudnej Małej za kwotę 729 tysięcy złotych.

Niestety, nie wszyscy mieszkańcy ulicy Willowej byli zadowoleni z prac. Okazało się bowiem, że drogowcy „zapomnieli” wylać asfalt na skrzyżowaniu ulicy Willowej z ulicą Sopocką tuż przy wiadukcie. Jak zauważają, brakuje kilkunastu metrów asfaltu, za to z niewiadomych dla nich przyczyn w miejscu, gdzie kończy się asfalt, po jednej

stronie drogi ułożono plac manewrowy z płyt asfaltowych.

O to, dlaczego ulica Willowa nie została ukończona, zapytaliśmy burmistrza Niska Waldemara Ślusarczyka.

– To miejsce, w którym znajduje się m.in. ulica Willowa posiada Miejsowy Plan Zagospodarowania Przestrzennego. Ta ulica została wykonana zgodnie z tym planem. Rozumiem, że brakuje tego niewielkiego odcinka drogi tuż przy wiadukcie, ale nie będzie tego odcinka. Nie będzie wjazdu na ulicę Willową z tej strony – wyjaśnia burmistrz Niska. – W tej chwili wprowadzamy tam organizację ruchu. Postawione zostaną bariery uniemożliwiające przejazd. Będzie to ulica ślepa. Parę metrów wcześniej jest wjazd na ulicę



FOT. ADRIAN STARZOMSKI

Już niebawem w miejscu, w którym ulica Willowa łączyła się z ulicą Sopocką stanie szlaban

ę Willową i mieszkańcy będą musieli z niego korzystać. Takie działanie jest podjęte ze względów bezpieczeństwa, bo ulokowanie jednego skrzyżowania przy drugim skrzyżowaniu jest niebezpieczne. Odległość między dwoma skrzyżowaniami

mi w tym miejscu jest bardzo niewielka, wynosi niecałe 100 metrów. Burmistrz zapowiada natomiast, że uruchomione zostały środki przeznaczone na zaprojektowanie dalszej części ulicy Willowej.

(dag)

Solina nie kojarzy mi się z zielonym wzgórzami... (cz. I)

Dramat załogi spycharki ze

Jest grudzień 1978 roku, niedawno rozpoczęliśmy z żoną Grażyną pracę w OBRMZiT na Wydziale Prób i Badań. Z Krakowa do Stalowej Woli ściągnął nas różowy dodatek pt. „Eksport” w tygodniku Polityka, a w nim mapa krajów, do których HSW eksportuje swoje maszyny. Gdy tę mapę zobaczyłem, świat zawirował mi w głowie, bo od dziecka marzyłem o możliwości jego poznania.

Właśnie skończyliśmy studia na Politechnice Krakowskiej, Grażyna – Aparaturę Chemiczną na Wydziale Mechanicznym, ja – Maszyny Robocze Ciężkie na tym samym wydziale. Już wiemy, że razem planujemy życie. W Krakowie, gdzie się urodziłem i wychowałem, nie mamy szans na mieszkanie. Huta natomiast gwarantuje je w ciągu roku od rozpoczęcia pracy. Na tamten i na dzisiejszy czas również, to bardzo ważny atut. Wyjeżdżamy z Krakowa, zima jak w Arktyce. W Sylwestra w telewizji mówią o mobilizacji wojska, pociągi stoją na torach zasypane śniegiem, w energetyce najwyższy stopień zasilania.

Zgłaszam się na ochotnika

W pracy na poligonie więcej niż ciekawie, przychodzi do badań układarka rur SB 85. To prototyp maszyny, która dźwiga sto ton, podtrzymuje wielkie rury do budowy rurociągów i opuszcza je do wykopu. Na poligonie można zbadać tylko niektóre parametry maszyny, ale tych rzeczywistych, np. oporów pracy spycharki, która odspaja grunt lemieszem i przemieszcza go na odległość, zasymulować się nie da. Wiem o tym doskonale, bo to był temat mojej pracy magisterskiej.

Ośrodek Badawczo Rozwojowy, w którym pracujemy, wypożycza maszyny do badań w warunkach rzeczywistych. To słuszna i mądra polityka, bo przesypanie hałdy piasku na poligonie nijak się ma do prawdziwej pracy maszyny w ciężkiej zbitej glinie, poprzerałanej kamieniami. To, co potrafią zrobić maszyny ze znakiem HSW na masce, nie mieści się w głowach ludziom pracującym na budowach. Polska rzeczywistość w tym czasie to ruskie toporne „stalińce”. Wynajmujące firmy nie płacą za wynajem maszyny, ponoszą jedynie koszty paliwa i nadgodzin pracy operatora. Jedną z maszyn, spycharkę TD 25C ze zrywakiem, wypożyczyło Ministerstwo Obrony Narodowej do prac przy budowie Wojskowego Ośrodka Wypoczynkowego na południowym stoku góry Jawor nad Zalewem Solińskim.

Dokładnie 2 lutego 1979 roku na Wydział Prób i Badań przychodzi tragiczna wiadomość. Dwóch operatorów utonęło w Zalewie Solińskim wraz z 42-tonową maszyną. Idę do kierownika wydziału inż. Zbigniewa Orczyńskiego i mówię, że chciałbym pomóc. Mam Książkę Nurka i interesuję się robotami podwodnymi. Zdobyłem te wymagane uprawnienia po kursie praktyczno-teoretycznym, który trwał bite 7 miesięcy. Mam za sobą dziesięć godzin treningu, w czasie których nauczyliśmy się m.in. oddychać w pięciu z jednego aparatu nurkowego leżącego na dnie basenu. Pamiętam, jak z kolegami przekazywaliśmy sobie ustnik z powietrzem z ust do ust, a potem kazano nam przepływać cały basen pod wodą. Na drugim końcu basenu leżał jeszcze jeden aparat nurkowy, przy którym raczyliśmy się

powietrzem, jak dreszcze pod budką z piwem, którzy przekazują sobie butelkę z rąk do rąk. Potem powrót do pierwszego aparatu. Koniec treningu następował, gdy kończyło się powietrze w obu aparatach. Wtedy wolno nam było wyjść spod wody. Posiadam już skromne doświadczenie nurkowe zdobyte na dwóch obozach nurkowych nad Jeziorem Rożnowskim. To dokładnie dwa miesiące nurkowań w naturalnych warunkach. Wtedy, 41 lat temu, kiedy nie śniło się o wyjazdach do Egiptu, moje zainteresowania i uprawnienia były rzadkością. To zdecydowało, że zlecono mi wyjazd nad Solinę. Miałem być przedstawicielem HSW w miejscu akcji.

Dokładnie 15 lutego 1979 r. jedziemy razem z moim szefem nad Solinę, gdy w radiu informują o wybuchu w Rotundzie w Warszawie. Dzisiaj jest łatwo umiejscowić wydarzenia w czasie, wystarczy pamiętać jedynie niektóre fakty, a potem klik i „Wujek Google” bierze resztę na siebie.

To będzie bardzo trudne

Jesteśmy już z szefem nad Jeziorem Solińskim i widzimy zabezpieczone przez milicję i prokuraturę miejsce wypadku oraz ślady gasienic, jakie ciągnik pozostawił na brzegu. Tydzień wcześniej na miejscu wypadku byli płetwonurkowie z Giżycka, ale wrócili do domów. Tego się spodziewałem, to nie robota i warunki dla płetwonurków, a to co zobaczyłem na miejscu, tylko mnie w tym upewniło. Jezioro jest skute grubą pokrywą lodu i śniegu. Widzę, że akcja wydobywania ludzi i ciągnika będzie trudna i kosztowna. Wracamy do Stalowej Woli i mówię, jakie są moje przewidywania, spodziewam się poważnych trudności, by wydobyć maszynę. Dyrekcja Huty wychodzi ze słusznego moim zdaniem założenia: uważają, że skoro maszyna była bezpłatnie wypożyczona wojsku, to wojsko winno bezpłatnie ludzi i maszynę wydobyć. Na najwyższym szczeblu toczą się jakieś rozmowy, o których mnie nie informują. Nic w tym dziwnego, jestem przecież tylko stażystą i pracuję około 3 miesięcy.

Ktoregoś dnia woła mnie szef inż. Orczyński i każe mi zorganizować przywiezienie nurków, którzy mają przylecieć znad morza. To wszystko, co mi powiedziano. Gdzie i kiedy, ile osób, jest podobno tajemnicą wojskową. Być może ci, którzy powinni się dowiedzieć, bali się zapytać. Na wojsku mało się znam, mam kategorię D ze względu na skomplikowane złamanie nogi. Na studiach chodziłem tylko na zajęcia z samobrony. Jedyne, co do tej pory organizowałem, to zabezpieczenie Zakładów Metalowych w Radomiu, gdzie po wybuchu jądrowym uszkodzeniu uległ płot na długości 200 m.

Jak można wywnioskować z powyższego opisu, organizowałem to zabezpieczenie w sposób teoretyczny. W związku z brakiem doświad-

czeń praktycznych dotyczących wojska, musiałem użyć rozumu, i to własnego. Eloquentnie wymyśliłem, że jak nurkowie mają przylecieć samolotem, to jakieś lotniska muszą o tym wiedzieć. Zadzwońnię na lotnisko w Turbi, gdzie stacjonowały samoloty dyspozycyjne Huty. Tamtejsza zawiadowczyni z wieży, pani Maria Niemiec, w ramach łańcucha ludzi dobrej woli podzwoniła po innych wieżach na spodziewanej trasie lotu i powiedziała mi w tajemnicy: „Jutro nurkowie mają przylecieć na lotnisko zakładowe PZL Mielec”. Wyjeżdżamy z Huty dwoma samochodami – gazikiem i samochodem laboratorium IFA.

– Gdzie jedziecie? – pyta strażnik na bramie.

– Do Mielca, po nurków. Przylatują samolotem – odpowiadam grzecznie, aby nie narazić się na godzinne stanie.

– Bierza dwa samoloty, jeden nie uciągnie – strażnik radzi rezolutnie.

Temat wypadku jest medialnie nośny, cała Huta i miasto o tym bębni. Jedziemy do Mielca, gdzie strażnik melduje dowódcy ochrony lotniska: „Obywatelu dowódco, przyjechały płytko nurki”. Nurkowie tego dnia nie przylecieli. Dowiaduję się, nazwijmy to, już swoimi kanałami, że przylecą jutro na lotnisko w Jasionce. Następnego dnia w tym samym składzie wyruszamy na lotnisko koło Rzeszowa. Gdy jedziemy wzdłuż siatki ogrodzającej lotnisko, widzę podchodzącego do lądowania transportowego Il-a 14 z biało-czerwoną szachownicą. Z samolotu wysypują się ludzie w marynarskich mundurach. To nurkowie z Dywizjonu Ratowniczego Marynarki Wojennej na Helu. Są przemarznięci na kość, lecieli nieogrzewanym, transportowym samolotem. Zima stulecia jest dalej ostra jak cholera i ani myśli odpuszczać. Gości w mało spotykanych na Podkarpaciu mundurach jest około dziesięciu. Szybko wsiadają do ogrzanych samochodów. Mam ze sobą gorącą herbatę w termosach, traktuję mnie jak zbawcę. Mamy jechać do Huty, ale proszą, abyśmy się zatrzymali w najbliższej knajpie. Jest takie miejsce w Sokołowie Małopolskim. Wchodzimy do restauracji.

– Panowie co zjecie? – pytam. O przyznanie funduszu reprezentacyjnego też poprosiłem.

– Najpierw wodę mineralną – mówią.

– Może jednak coś gorącego? – dopytuję.

Kelnerka stawia butelki na stolach, a oni pytają o szklanki. Są dobrze wychowani – myślę kategoriami wyniesionymi z domu. Kelnerka zdziwiona przynosi szklanki. Marynarskie ręce idą szybko w ruch. Z kieszeni na udach każdy z nich wyjmując półlitrową butelkę spirytusu. Część płynu z butelki wlewają do wody, fachowo kręcąc szklanką i wypijają.

FOT. MUZEUM TECHNIKI WOJSKOWEJ IM J. TWIDUCHOWSKIEGO W ZABRZU



Zatopiona spycharkę usiłowano wyciągnąć przy pomocy wozu zabezpieczenia technicznego WZT-2

Przyjeżdżamy na Wydział Prób i Badań, gdzie przygotowano w hali taką samą spycharkę, z tym samym osprzętem, co ta zatopiona. Poprosiłem o to szefa. Wiem doskonale, że będą pracować w bardzo złej widoczności pod wodą. Pamiętam, jak w Jeziorze Rożnowskim, po powodzi poszukiwaliśmy z kolegami z obozu płetwonurków zatopionego silnika do łodzi. Do wieczora nurkowie z Marynarki Wojennej zapoznają się z budową ciągnika. Muszą sobie wbić w pamięć jego szczegóły, które mogą być im potrzebne, gdy będą pracować po omacku pod wodą. A że pamięć bywa ulotna, zadbałem też o to, żeby był obecny wydziałowy fotograf Ryszard Doroszewski, który fotografuje nurków przy ciągniku i w jego kabinie. Już nad Zalewem Solińskim, przed zejściem pod wodę, będą mogli odświeżyć pamięć.

Zaczynamy akcję

Wyjeżdżamy nad Solinę. Tam lada dzień ma przyjechać transportem kołowym sprzęt nurkowy. Będą to ciężkie kombinezony z hełmami, sprężarki, węże i komora dekompresyjna Ortolan na samochodzie terenowym Star 66. W miejscu, gdzie góra Jawor południowym stokiem schodzi do wody, jest organizowana duża akcja. Saperzy z Jednostki Wojskowej w Dębicy przywożą kuter i pontony do budowy mostów. Kruszą gruby lód na jeziorze i z pontonów tworzą platformę, pływającą wyspę, na której będą sprężarki i rozdzielnia powietrza. Stamtąd akcją będzie dowodził dowódca nurków komandor podporucznik Bogdan Konieczka. Wkrótce jesteśmy niemal pewni, że znamy przyczynę wypadku. Spycharka TD 25C pracowała na wąskim cyplu, gdzie budowany był amfiteatr nad wodą. Grunt, zbity glinę z kamieniami próbowano urabiać przy użyciu materiałów wybuchowych, które nie sprawdziły się w tym za miękkim dla nich środowisku. Wtedy zdecydowano o sprowadzeniu ciężkiej amerykańskiej spycharki, która miała wykonać te prace. Cypel był wąski i operator wraz z pomocnikiem, któ-

ry przyuczał się w kabinie do pracy, wjechali na lód. Obaj nie zdawali sobie sprawy, że zaraz przy brzegu głębokość wynosi 17 metrów. Życie bywa okrutne, bo za brak tej wiedzy zapłacili najwyższą cenę. W tym miejscu jest stare koryto Sanu i głębokość Zalewu Solińskiego wynosi, bagatela, 72 m.

Akcja rozkręciła się już na dobre i codziennie od rana do zmroku nurkowie schodzą pod wodę. Zima dalej trzyma. Każdy z nich pracuje mniej więcej 45 minut, po czym na stacjach dekompresji spędzają jeszcze około 2 kolejnych godzin w wodzie. Jest to ściśle określony specjalnymi tabelami. Jest on konieczny, aby azot rozpuszczony we krwi nurka mógł się z niej uwolnić bez bąbelków gazowych. Czas na stacjach dekompresyjnych jest dla nich trudny. W czasie pracy pod wodą pocą się mocno. Potem, podczas dekompresji, gdy są nieruchomo zawieszani na linie w wodzie, bardzo marzną, a czas mocno im się dłuży. Nurkowie powinni przechodzić dekompresję w wodzie. Komora dekompresyjna, która jest na brzegu na samochodzie Star 66 winna być używana jedynie w sytuacjach awaryjnych, gdy nurek musi wynurzyć się natychmiast na powierzchnię, np. w sytuacji uszkodzenia kombinezonu. Przez telefon nurkowy opowiadam im kawały i czytam książki. Są mi za to wdzięczni. Twierdzą, że do tej pory w czasie nurkowania w Marynarce Wojennej, nigdy nie odbywali dekompresji z takim umiłowaniem czasu. Żartują ze swoim dowódcą, że muszą zgłosić do dowództwa floty potrzebę przydzielenia oficera rozrywkowego.

Nurkowie pracują na mulistym zboczu i wkrótce na głębokości 42 m odnajdują spycharkę. Niestety, ludzi w kabinie nie ma. Dzień po dniu towarzyszą im od wczesnego rana do końca pracy. Nasłuchujemy nurka, który pracuje pod wodą, każde jego

Stalowej Woli

Marek Pietrzykowski urodził się w Krakowie w 1953 r. Pracował w HSW w latach 1978–2002, kolejno w OBRMZiT/Zb, Dziale Eksportu HSW, Serwisie. Był Szefem Serwisu Wojskowego HSW w Iraku, pełnomocnikiem projektu Pociągu Recyklingu Asfaltu Martec i w Dressta w Dziale Targów i Wystaw. Od 2002 r. mieszka w Katowicach.

– Pisząc to teraz, wspominam 24 lata spędzone w Stalowej Woli. To były dobre, młode lata. Z „Hutą Matką” jeździłem kawał świata. Tu zdobywałem inżynierskie ostrogi. Publikowany tekst jest fragmentem mojej książki pod tytułem „Samo życie i już!”, nad którą jeszcze pracuję. W listopadzie 2020 inny jej fragment zatytułowany „Żar – Góra Ikarów”, ukazał się w „Kwartalniku Literackim Wyspa” nr 3/2020. Stalowa Wola i ludzie, których spotkałem są obecni i ważni w moich wspomnieniach – powiedział „Sztafecie” Marek Pietrzykowski.



FOT. ARCHIWUM M. PIETRZYKOWSKIEGO

i staram się, aby raport, który przekazuję był precyzyjny, rzetelny i nie wzbudził w nikim żadnych wątpliwości. Rozjeżdżamy się, nurkowie do Gdyni, ja wracam do Stalowej Woli. Spotkamy się znowu, kiedy – nikt z nas nie wie.

Uwaga! Tajemnica wojskowa

Druga ofiara i maszyna pozostają ciągle pod wodą. Zimowe warunki utrudniały akcję, która już od samego początku nie była akcją ratunkową. Okoliczności i presja z różnych stron, zadecydowały o jej rozpoczęciu przy silnych mrozach, mimo rekordowo srogiej zimy. Te codzienne wizyty w centrali telefonicznej, która mieści się w drewnianym baraku otoczonym drutem kolczastym na skraju jednostki, wywołują codziennie we mnie dziwne skojarzenia. Zaskakuje mnie, cywila, zabawa w wojsko i w tajemnicę wojskową. Drogi do centrali strzeże uzbrojony wartownik. Groźnie brzmiące napisy, kto ma prawo wejścia i jakie kary grożą za niedostawienie się do rozkazów, rzucają się w oczy. Pełna tajemnica wojskowa zapewne podobnie jak w CIA. Codziennie, gdy czekam na połączenie, w wyznaczonym miejscu, oczywiście daleko od baraku, słyszę telefonistę:

– Tu sosna, tu sosna do buka, tu sosna do buuuuukaaaaa!!! – drze się jak opętany. Słyszalność jest bowiem jak z zaświatów.

– A ty brzoza gdzie się ku... wpie...lasz – żołnierz krzyczy, tym razem cywilnym językiem, bez kryptonomów.

Wracamy do Stalowej Woli, idę do Głównego Dyspozytora Huty, któremu przekazywałem codziennie meldunki z akcji. Dyspozytor chce znać szczegóły. Rozumiem to doskonale i w czasie spotkania opowiadam mu, co jest już za nami, a co jeszcze przed.

I znowu nad Solinę

Wiosna, lody puściły. Nadchodzi kwiecień, wyjeżdżamy znowu nad Solinę, z Gdyni przyjeżdża znana mi ekipa, z którą zdążyłem się już porządnie zaprzyjaźnić. Nurkowie wielokrotnie schodzą pod wodę, aby założyć stropy na ciągnik. Co tłumacząc z języka nurkowego na nasz, oznacza, że mają do niego podciągnąć liny w sposób umożliwiający jego wyciągnięcie. Ta robota to chodzenie w głębokim mule zalegającym na dnie. Pracują w kompletnej ciemności, którą próbują rozświetlić lampą podwodną. Każdy krok nurka po dnie powoduje podderwanie się mułu. Piszę o tym dzisiaj z detalami, aby podkreślić, że to nie nurkowanie w ciepłej wodzie w Egipcie. Wiem, bo mam z obu miejsc porównanie. Obawiam się, że wydobywanie maszyny nie będzie łatwe,

ponieważ według relacji nurków, ciągnik stoi na zboczu, przodem do brzegu i lemiem przyparty do skarpy. Delegowano mnie nad Solinę między innymi dlatego, że wiem więcej o maszynie, która leży na dnie i mogą ze mną konsultować sposób prowadzenia prac. Na brzeg zostaje przywieziony wóz zabezpieczenia technicznego WZT-2. To taki czołg bez wieży, ale z wciągarką, za pomocą której można inne czołgi holować lub wyciągać z bagna.

Załoga wozu przygotowuje się do ciągnięcia i podaje hol, który z pontonowego pomostu jest podłączany przez nurków do ciągnika pod wodą. Z użyciem wielokrążków mogą ciągnąć z siłą 120 ton. Oddaliśmy się wszyscy na bardzo znaczną odległość, stoimy wysoko na tarasie budowanego domu wypoczynkowego. Wiem doskonale, że zrywając się liny mogą przeciąć ciało człowieka jak masło. Silnik wozu technicznego wyje na najwyższych obrotach, wóz zasłania chmura spalin, hol napręża się, wóz mało nie staje dęba i nagle świst tnie powietrze. To zerwany hol. Jak dobrze, że wszyscy, pomimo marudzenia, odeszli. Długo im to trzeba było tłumaczyć. Można się było tego spodziewać. Spycharki przypartej lemiem do zbocza w ten sposób wyciągnąć się nie da.

Jeszcze jedna próba

Kolejna narada, na której zapada decyzja, że trzeba przywieźć nad Zalew Soliński dodatkowe pontony mostowe i wciągarki. Z pontonów należy zmontować zestaw w kształcie prostokąta, na którego równoległych bokach będą zamontowane wciągarki mechaniczne. Podwieszony do lin ciągnik należy unosić na wciągarkach ku powierzchni wody. Aby potem taki zestaw: ciągnik + podtrzymujące go w wodzie pontony holować wozem technicznym do brzegu. Taka technologia prac wydaje się bezpieczna i powinna zapobiec stoczeniu się ciągnika na większą głębokość, gdyby któraś z lin mocujących się zerwała. Nowe uzgodnienia muszą być zaakceptowane przez wojsko na wyższych szczeblach dowodzenia. Oznacza to, że znowu rozjeżdżamy się do domów. I bardzo dobrze, mnie to pasuje, bo mam inne ważniejsze sprawy na głowie. Ma się wkrótce urodzić nasze dziecko.

Jest 24 maja 1979 roku, w tym dniu rodzi się nasza córka Agnieszka. Telefon budzi mnie w nocy, jakaś pani mówi mi: „Ma pan córkę”, a ja jak idiota odkładałem słuchawkę. Nawet nie zapytałem, czy jest zdrowa, ile waży, ani jak się czuje mama. Rano zostałem przeprowadzony lekarskim przejściem i zobaczyłem Grażynę i naszą śliczną córeczkę.

Marek Pietrzykowski

Uczcili zamordowanych w Kołaczni

22 grudnia minęła 76. rocznica egzekucji 10 członków Korpusu Zachodniego działającego na terenie Stalowej Woli, której Niemcy dokonali w przysiółku Kołacznia w Woli Zarczyckiej. Przy pomniku upamiętniającym zbrodnię wieńce złożyli m.in. przedstawiciele Światowego Związku Żołnierzy Armii Krajowej Koła Obwodu Nisko – Stalowa Wola. Przy okazji uroczystości odsłonięto też nową, poprawioną tablicę zawierającą nazwiska zamordowanych ufundowaną przez władze gminy Nowa Sarzyna.



FOT. JANUSZ MOTYWA

Uczestnicy rocznicowych uroczystości w przysiółku Kołacznia

Przysiółek Kołacznia w Woli Zarczyckiej w gm. Nowa Sarzyna to miejsce znane nie tylko miłośnikom flory, tu bowiem mieści się rezerwat azalii pontyjskiej, ale też pasjonatom historii regionu. W lasach Kołaczni znajduje się pomnik upamiętniający 10 mieszkańców regionu, których Niemcy zastrzelili w grudniu 1943 roku w odwecie za zamordowanie gestapowskiego konfidenta.

Na umieszczonym obok krzyża obelisku przed laty umieszczono tablicę z nazwiskami zamordowanych: Kazimierza Fijałkowskiego, Edwarda Galante, Czesława Gallota, Józefa Gorgona, Edwarda Grzyba, Kazimierza Jakubka, Zdzisława Kuźniara, Stanisława Paczyńskiego, Edwarda Walaska i Edwarda Żabusia.

W swojej książce „Przechodniu pochyl czoła” znany stalowowski regionalista Dionizy Garbacz wyjaśnia, że w grudniu 1943 roku z wyroku sądu Polski Podziemnej w Woli Zarczyckiej bojówka akowska zlikwidowała gajowego Jana Millera, „który był niemieckim konfidentem szczególnie mocno dającym się we znaki Polakom. Zwłoki zastrzelonego Millera zakopano niezbyt głęboko i odnalazły je psy. W tym samym miejscu Niemcy dokonali egzekucji dziesięciu Polaków przywiezionych z więzienia w Jarosławiu. Byli to członkowie stalowowskiego Korpusu Zachodniego”. Garbacz wymienia, że 22 grudnia 1943 roku w lesie w pobliżu Woli Zarczyckiej zostali zabici: Edward Galant, Edward Grzyb, Józef Gorgoń, Czesław Gallot, Kazimierz Jakubek, Zdzisław Kuzior, Edward Łabuś, Stanisław Paczyński, Stefan Walasek i prawdopodobnie Kazimierz Fijałkowski. Te same nazwiska 10 zamordowanych w Kołaczni umieszczono wśród 144 ofiar na tablicy w mauzoleum w Stalowej Woli.

Część z nazwiska wymienionych przez Garbacz nie pokrywała się z nazwiskami umieszczonymi na tablicy w miejscu egzekucji.

Na wniosek burmistrza gminy i miasta Nowa Sarzyna Andrzeja Rychla, jednoznacznym wyjaśnieniem wątpliwości zajęła się Komisja Ścigania Zbrodni Przeciwko Narodowi Polskiemu Instytutu Pamięci Narodowej. Po przeanalizowaniu kserokopii dokumentów m.in. Polskiego Czerwonego Krzyża oraz odpisu protokołu komisji sądowo-lekarskiej spisanej 27 kwietnia 1946 roku w Woli Zarczyckiej, który zawiera informacje o przeprowadzonej ekshumacji w przysiółku Kołacznia, IPN wydało opinię.

– Oddziałowe Biuro Upamiętnienia Walk i Męczeństwa w Rzeszowie po dokonaniu szczegółowej kwerendy przychyliła się do stwierdzenia, że osoby zamordowane w Woli Zarczyckiej to: Edward Galant, Czesław Gallot, Edward Grzyb, Stefan Walasek, Edward Łabuś, Kazimierz Fijałkowski, Józef Gorgoń, Kazimierz Jakubek, Zdzisław Kuzior, Stanisław Paczyński – pisze w piśmie do burmistrza Nowej Sarzyny, naczelnik Dariusz Byszuk.

Po otrzymaniu pisma z IPN, władze gminy Nowa Sarzyna zdecydowały o zmianie tablicy na pomniku w Kołaczni. Nową tablicę z poprawionymi nazwiskami odsłonięto 22 grudnia.

Oprócz przedstawicieli Koła Obwodu Nisko – Stalowa Wola ŚZZAK, w uroczystościach uczestniczyli: dyrektor biura burmistrza gminy i miasta Nowa Sarzyna Adam Madej oraz reprezentująca posła Jerzego Paula, dyrektorka jego biura poselskiego Natalia Sztaba.

(dag)

Konkursy „Tak piszę o muzyce” oraz „Tak widzę muzykę”

Fundacja Wspierania Kultury „Amadeusz” w Stalowej Woli przy współudziale Miejskiej Biblioteki Publicznej im. M. Wańkowicza organizuje konkurs „Tak piszę o muzyce”. Na najlepszych czekają atrakcyjne nagrody.

Konkurs odbywa się w dwóch kategoriach wiekowych: uczniowie klas IV-VI szkół podstawowych oraz uczniowie klas VII-VIII szkół podstawowych. Uczestnik konkursu wysyła zestaw składający się z dwóch wierszy o tematyce muzycznej bądź innej, ale inspirowanej muzyką Janiny Garści, Fryderyka Chopina, Ignacego Jana Paderewskiego, Henryka Wieniawskiego (w tym przypadku należy podać autora i tytuł utworu muzycznego, stanowiącego inspirację do wiersza).

Można przesłać tylko te utwory, które nie zostały nagrodzone czy wyróżnione w innych konkursach i nie były publikowane w prasie, wydawnictwach książkowych ani w Internecie.

Termin nadsyłania prac upływa 31 marca 2021 r. Wiersze należy przesłać na adres: Miejska Biblioteka Publiczna im. M. Wańkowicza, 37-450 Stalowa Wola, ul. ks. J. Popiełuszki 10 z dopiskiem „Tak piszę o muzyce”.

Każdy uczestnik przesyła dwa wiersze w czterech egzemplarzach (wydrukach) opatrzone godłem słownym (inaczej: pseudonimem).

Do przesyłki wysłanej pocztą należy dołączyć oddzielną, zaklejoną kopertę, oznaczoną tym samym godłem, zawierającą dane autora: imię i nazwisko, klasa, nazwa i adres szkoły, telefon kontaktowy lub adres e-mail oraz podpisane oświadczenie o wyrażeniu zgody na wykorzystanie wizerunku i danych osobowych na potrzeby promocji konkursu.

Szczegóły oraz regulamin dostępne są na stronie MBP w zakładce „konkursy”.

Utwory na wszystkich egzemplarzach (wydrukach) muszą być opatrzone godłem identycznym jak na kopercie, w której zostaną przesłane (nie wolno ujawniać na kopercie ani przy tekstach właściwych imion i nazwisk).

Podsumowanie konkursu odbędzie się w trakcie trwania IV Fe-

stiwalu im. Janiny Garści w Stalowej Woli (czerwiec 2021 r.). Laureaci zostaną poinformowani o dokładnym terminie ogłoszenia wyników i podsumowaniu konkursu.

Równocześnie Fundacja „Amadeusz” proponuje przedszkolakom oraz uczniom szkół podstawowych wzięcie udziału w konkursie plastycznym inspirowanym muzyką wspomnianych wcześniej kompozytorów. Kategorie i podstawowe założenia regulaminu są podobne – z tym, że na adres biblioteki należy nadesłać prace plastyczne. Technika prac: rysunek, malarstwo, grafika, collage (możliwe do wyeksponowania za szkłem w ramach). Dzieci przedszkolne – format A4, dzieci klas I – VIII – format A3. Termin nadsyłania prac plastycznych to 15 maja 2021 r. Szczegółowy regulamin tego konkursu również znajduje się na stronie internetowej MBP w Stalowej Woli.

(kag)

Jubileuszowa edycja Podkarpackiej Nagrody Gospodarczej

pod patronatem
SZTAFETY

W tym roku już po raz dwudziesty odbędzie się konkurs „Podkarpacka Nagroda Gospodarcza”. Znaleźnienie się w gronie jego laureatów to dla każdej firmy potwierdzenie wysokiej jakości świadczonych usług i oferowanych towarów.

Organizatorem tego prestiżowego konkursu jest Centrum Promocji Biznesu w Rzeszowie przy współpracy z Marszałkiem Województwa Podkarpackiego i Wojewodą Podkarpackim. Konkurs ma na celu szeroko rozumianą promocję rozwoju i potencjału gospodarczego Podkarpacia. Stanowi również doskonałą platformę do zaprezentowania najdynamiczniejszych podmiotów gospodarczych naszego województwa i wyłonienie grupy najlepszych firm regionu, które dzięki osiąganym wynikom mogą stać się wzorem dla innych. To również promocja Podkarpacia poprzez prezentację firm o najbardziej pożądanym wizerunku gospodarczym.

Konkurs trwa prawie rok. Rozpoczyna się w styczniu i pierwszy jego etap, tj. zgłaszanie firm trwa do lipca. Następnie odbywają się audyty, po których Kapituła Konkursu omawia i ocenia zgłoszone przedsiębiorstwa. Finał konkursu, czyli uroczysta Gala „Podkarpackiej Nagrody Gospodarczej” został zaplanowany na przełom października i listopada br. Co roku organizatorzy konkursu dbają aby gala była nie tylko uroczystym podsumowaniem i zamknięciem kolejnej edycji, ale też stwarzają warunki do promocji firm biorących udział w „Podkarpackiej Nagrodzie Gospodarczej”.

Więcej informacji można znaleźć na stronie www.cpb.rze.pl.

(it)

Przegląd kołęd w Internecie

„Śpiewajmy kołędy i pastorałki” – to tytuł XXV edycji przeglądu kołęd i pastorałek organizowanego przez Gminne Centrum Kultury w Jeżowie. Tegoroczna edycja, jak większość tego typu wydarzeń, odbędzie się w formie on-line. Chęć udziału zgłaszać można do 18 stycznia do godziny 15.

Patronat nad przeglądem objął wójt gminy Jeżowe Marek Stępak. Celem tego wydarzenia jest przede wszystkim kultywowanie polskiej chrześcijańskiej tradycji śpiewu kołęd i pastorałek, promocja młodych twórców i wykonawców, a także zainteresowanie muzyką wokalną i instrumentalną jako formą artystycznej wypowiedzi. Przegląd skierowany jest do młodych solistów z terenu gminy Jeżowe oraz gmin powiatu niżańskiego i gmin sąsiadujących, takich jak: Kamień, Nowa Sarzyna, Bojanów, Dzikowiec, Ranizów i Sokołów Małopolski.

Udział w konkursie odbywa się on-line, poprzez nagranie filmu z wykonaniem kołędy przez uczestnika lub uczestników, w układzie poziomym,

bez stosowania filtrów i korekcji wokal. Wokal i akompaniament musi być dobrze słyszalny. Film należy umieścić na portalu YouTube. Powinien być podpisany imieniem i nazwiskiem uczestnika, tytułem i kategorią wiekową. Film można także wysłać za pomocą messenger na Facebook GCK <https://www.facebook.com/gckjezowe> lub na adres mailowy: gckjezowe@gmail.com. Oprócz filmu należy odesłać również w formie skanu lub pocztą tradycyjną kartę uczestnika oraz zgodę RODO, które wraz ze szczegółowym regulaminem przeglądu dostępne są na stronie internetowej GOK Jeżowe.

Nagrania będą oceniane w czterech kategoriach. I kategoria – przedszkole, II kategoria – klasy 1-3 szkoły podstawowej, III kategoria

– klasy 4-6 szkoły podstawowej oraz IV kategoria skierowana do uczniów klas 7-8 oraz szkół średnich.

Wszystkie filmy zostaną umieszczone w specjalnym wydarzeniu na Facebooku GCK Jeżowe. Filmy w każdej kategorii z największą liczbą polubień zostaną nagrodzone statuetką.

Organizatorzy przygotowali dla wszystkich uczestników dyplomy. Zwycięzcy otrzymają pamiątkowe statuetki. Ich odbiór odbędzie się w GCK Jeżowe, natomiast dyplomy zostaną wysłane pocztą. O liczbie miejsc nagrodzonych w poszczególnych kategoriach decyduje organizator.

Głosowanie on-line na Facebooku potrwa do 22 stycznia, do godziny 15.

(kb)

Ferie z muzeum online

Chociaż podczas tegorocznych ferii nie można organizować stacjonarnych półkolonii, to i tak Muzeum Regionalne w Stalowej Woli znalazło rozwiązanie, by spotkać się z najmłodszymi. Wszystko odbywa się w sieci.

Pracownicy muzeum przygotowali serię propozycji, które tematycznie nawiązują do wystaw czasowych znajdujących się w placówce jak: „Megaloty w Polsce” oraz „Dzieje wędrującej kolekcji”.

Materiały – filmy i instrukcje – są zamieszczane w mediach społecznościowych. Pierwsza emisja była 8-10 stycznia, a kolejna zaplanowana jest na najbliższy weekend, tj. 15-17.

Działania plastyczne, gimnastyczne i kulinarne pozwolą wesoło spędzić czas i bez dużego wysiłku nauczyć się czegoś nowego.

Zainteresowani wszystko znajdą na Facebooku muzeum.

(kag)



ODESZLI DO WIECZNOŚCI



Krzysztof Sęk, żył 58 lat, zm. 19.11, p. 11.01 w Stalowej Woli
Maria Żmuda, żyła 58 lat, zm. 30.12, p. 2.01 w Zaklikowie
Henryk Rębisz, żył 65 lat, zm. 31.12, p. 4.01 w Rozwadowie
Zofia Urbańska, żyła 94 lata, zm. 1.01, p. 3.01 w Zaklikowie
Ryszard Czwartkowski, żył 66 lat, zm. 2.01, p. 8.01 w Stalowej Woli
Kacper Trójniak, żył 19 lat, zm. 3.01, p. 7.01 w Pysznicy
Leokadia Golec, żyła 79 lat, zm. 3.01, p. 8.01 w Jastkowicach
Stanisława Górską, żyła 75 lat, zm. 5.01, p. 8.01 w Stalowej Woli
Rozalia Krawiec, żył 82 lata, zm. 5.01, p. 8.01 w Woli Rzeszyckiej
Kazimiera Zaręba, żyła 85 lat, zm. 5.01, p. 8.01 w Nisku
Stefan Hammer, żył 90 lat, zm. 5.01, p. 16.01 w Stalowej Woli
Marek Banach, żył 58 lat, zm. 6.01, p. 9.01 w Stalowej Woli
Janina Kochan, żyła 74 lata, zm. 6.01, p. 9.01 w Rzeszycy Długiej
Aleksandra Czernecka, żyła 54 lat, zm. 6.01, p. 12.01 w Kotowej Woli
Jadwiga Lauterbach, żyła 100 lat, zm. 6.01, p. 15.01 w Stalowej Woli
Halina Kędzia, żyła 91 lat, zm. 7.01, p. 9.01 w Turbi
Wiesław Milczarek, żył 77 lat, zm. 7.01, p. 9.01 w Rozwadowie
Genowefa Perlich, żyła 84 lata, zm. 7.01, p. 10.01 w Nisku
Bronisława Wojciechowska, żyła 89 lat, zm. 8.01, p. 13.01 w Stalowej Woli
Eugeniusz Michalczyk, żył 70 lat, zm. 8.01, p. 16.01 w Stalowej Woli
Salomea Szewzyk, żyła 81 lat, zm. 9.01, p. 13.01 w Stalowej Woli
Mieczysław Pęziół, żył 87 lat, zm. 10.01, p. 14.01 w Zaklikowie
Tadeusz Tyksiński, żył 71 lat, zm. 10.01, p. 15.01 w Stalowej Woli
Marian Burdzy, żył 86 lat, zm. 10.01, p. 22.01 w Stalowej Woli
Tadeusz Drozd, żył 89 lat, zm. 11.01, p. 13.01 w Stalowej Woli
Tadeusz Jarema, żył 83 lata, zm. 11.01, p. 15.01 w Stalowej Woli

Dane z zakładów pogrzebowych **Memento, Pro Morte i Olimp** w Stalowej Woli oraz z tablic ogłoszeniowych na terenie Niska

Zamordowany burmistrz

Witold Kwiecień, dyrektor Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Katowicach, zwrócił się do Rady Miasta Katowice o uhonorowanie Augustyna Pajaka, śląskiego nauczyciela, który zginął za Polskę w czasie niemieckiej okupacji. Wniosekował o nadanie jednemu z katowickich skwerów jego imienia. Radni Katowic uchwalili, że skwerowi w Katowicach u zbiegu ulic Wiejskiej i Dębowej będzie patronować Augustyn Pajak. Ten katowicki skwer nosi imię bohaterskiego nauczyciela od 3 lutego 2012 roku.

Augustyn Pajak urodził się 8 lutego 1905 roku w Porębie w powiecie pszczyńskim jako syn Pawła i Anny z d. Nowak. Ojciec był kowalem i Augustyn po ukończeniu szkoły powszechnej przysposabiał się do zawodu kowala. Ale w końcu nie poszedł w ślady ojca, swoją przyszłość widział gdzie indziej. W 1922 roku podjął naukę w Państwowym Seminarium Nauczycielskim Męskim w Pszczynie. Naukę ukończył w 1926 roku i został skierowany do pracy nauczycielskiej w niewielkiej szkole w Kobiórze. Wkrótce jednak został powołany do służby wojskowej jako podchorąży, którą odbył w Szkole Podchorążych Rezerwy Piechoty. Do pracy w poprzedniej miejscowości już nie wrócił, został skierowany do pracy w szkole powszechnej w Katowicach Hańdzie, jednak tu nie zagrażał długo miejsca, został przerzucony do szkoły katolickiej w Dębie.

W nowym miejscu angażował się do prac w organizacjach społecznych m.in. w Towarzystwie Czytelni Ludowych, Lidze Obrony Powietrznej i Przeciwgazowej, stał się członkiem Narodowo-Chrześcijańskiego Zjednoczenia Pracy, Oddziału Przyسوبienia Wojskowego.

Zastępca komendanta obrony

Na początku lat 30. był jednym z organizatorów Związku Oficerów Rezerwy. Prowadził również w Dębie świetlice dla bezrobotnych. W 1936 roku zwrócił się do Wydziału Oświecenia Publicznego Śląskiego Urzędu Wojewódzkiego w sprawie przeniesienia go na wakujące stanowisko kierownika szkoły w Brzozowicach-Kamieniu. Był w tej szkole najpierw nauczycielem, a potem kierownikiem.

Trzeba dodać, że Pajak po seminarium nauczycielskim ukończył potem dwuletnie studia pedagogiczne i w 1934 roku Instytut Pedagogiczny w Katowicach. Wtedy też organizował na Śląsku drużyny Związku Strzeleckiego. Pod koniec lat 30. wyjechał ze Śląska do Stalowej Woli, tej największej inwestycji Centralnego Okręgu Przemysłowego. 1 lipca 1938 roku podjął pracę kierownika działu gospodarczego w administracji osiedla przy Zakładach Południowych. Będąc podporucznikiem rezerwy w Zakładach Południowych organizował Związek Strzelecki.

Gdy wybuchła wojna Pajak był zastępcą komendanta obrony Stalowej Woli. Przede wszystkim chodziło o zabezpieczenie ludności w czasie nalotu bombowego i ewentualnego ataku gazowego. Ponadto komenda pomagała ludności w zapobieganiu w żywność. Do zbrojnego starcia z niemieckim wojskiem w rejonie Stalowej Woli ani w samym osiedlu nie doszło. Miasto w czasie wejścia niemieckiego Wehrmachtu było opustoszałe. Ale trzeba dodać, że jakichś znaczących strat ludnościowych nie poniosło. Pajak we wrześniu 1939 roku Stalowej Woli nie opuścił. Wehrmacht do niej wszedł po południu 14 września 1939 r. Zaczęła się okupacja.



Juliusz Tomaszewski

Pierwszy burmistrz miasta

W połowie października 1939 r. do Stalowej Woli przybyła pierwsza ekipa niemieckich fachowców, która miała za zadanie jak najrychlejsze uruchomienie ocalałych Zakładów. Niemiecka administracja Zakładów Południowych zwróciła się do byłych pracowników, aby zgłaszali się do pracy. W wypadku ignorowania wezwania mieli być z rodzinami wyrzuceni z zakładowych mieszkań. Przed wojną wszystkie mieszkania w Stalowej Woli były własnością Zakładów Południowych. Niemcy, przystępując do prac uruchomieniowych, zwykle zostawiali dawnych pracowników na stanowiskach jakie zajmowali przed wojną. Augustyn Pajak znalazł się z powrotem w administracji osiedla zarządzanego już przez władze okupacyjne. Jego szefa, pułkownika Juliusza Tomaszewskiego, w Stalowej Woli nie było, jak się potem okazało, został ujęty przez Ukraińców we Lwowie i przekazany sowieckiemu NKWD. Tomaszewski został w maju 1940 roku zamordowany przez NKWD w Kijowie, jego grób znajduje się w Bykowni koło Kijowa.

Niemcy Stalową Wolę traktowali i uważali za miasto, dlatego też na czele Siedlungsverwaltung, czyli Zarządu Osiedla, stał burmistrz. Burmistrzem Niemcy uczynili Pajaka. Trzeba dodać, że Augustyn Pajak znakomicie posługiwał się językiem niemieckim. Niemieckie władze okupacyjne mianując Augustyna Pajaka burmistrzem Stalowej Woli brali to pod uwagę i że przed wojną był zastępcą kierownika administracji osiedla. Tak więc po prawdzie był to pierwszy burmistrz miasta, ale z uwagi na to, że funkcjonował w czasach okupacji, późniejsze polskie władze tego nie uznawały.

Augustyn Pajak już na samym początku niemieckiej okupacji związał się z konspiracją antyniemiecką. Miał kontakt z emisariuszem Służby Zwycięstwu Polski inż. Marianem Szolcem. Zapewne współdziałał z założycielem konspiracji w Stalowej Woli Dionizym Komanem, a także innymi ze stalowowskiej antyniemieckiej konspiracji.

Zastraszanie inteligencji

Dzień 18 maja 1940 roku był pochmurny. Rano mżył deszcz. Sta-

lową Wolę, pobliski Rozwadow i Nisko otoczyło niemieckie wojsko, żandarmeria i policja. Zabierano głównie mężczyzn, kierując się sporządzonymi wcześniej listami. Aresztowania zmierzały głównie do zastraszenia inteligencji polskiej, odbywały się jako część akcji „Ausserordentliche Befriedigungs”. Chodziło Niemcom o to, aby jak najprędzej zlikwidować osoby politycznie niebezpieczne, które mogą organizować opór i skutecznie nim kierować.

Pamiętnego 18 maja w Stalowej Woli aresztowano około czterdziestu osób. Nie wszystkich jednakowoż wywieziono do więzienia w Tarnowie, niektórych po krótkim zatrzymaniu zwolniono. Takie przypadki zdarzały się w pobliskich miastach: Nisku i Rozwadowie. Oto pracownicy Zakładów i mieszkańcy Stalowej Woli, których uwięziono: Irena Gawdzikowa, Roman Juszkiewicz, Kazimierz Wajnberger, Alojzy Holeksa, Adam Kasprzyk, Franciszek Rupala, Jan Kajzer (ojciec dwóch synów, żołnierzy Armii Krajowej – przyp. autora), Dionizy Koman, Marian Bialecki, Władysław Majewski, Marian Boguszewski, Karol Dyzyng, Jan Haberliński, Stanisław Krauss, Bogumił Wolski, Stefan Ciszewski, Augustyn Pajak, Bolesław Olszewski, Roman Jaśkiewicz, Jerzy Pich, Stanisław Przewoźny, Marian Szolc, Jan Zatopiański, Kazimierz Zahorecki, Witold Szczepkowski, Bolesław Bąk, Jerzy Filip, Władysław Szurek.

Aresztowania w Stalowej Woli nie miały jednoznacznego charakteru, ponieważ oprócz inteligencji, głównie technicznej, zaaresztowano także osoby związane z konspiracją antyniemiecką lub ją tworzące.

Maria Gajdzińska, wspominając majowe aresztowania, powiedziała: „...Dionizy Koman został po kilku miesiącach swojej pracy konspiracyjnej aresztowany razem z grupą kilkuset młodych inżynierów i techników pracujących wówczas z nim i ze mną w biurze Zakładów w Stalowej Woli. W czasie okupacji D. Koman miał w swojej piwnicy (w bloku) ukryte radio i maszynę do pisania. Codziennie nasłuchiwał radia zagranicznego i następnie przynosił co parę dni gazetkę (...) Otóż taką gazetkę zgubił jeden z inżynierów, a znaleźli ją Ukraińcy z Werk-schutzu i potem wysłędzili zbierających się przy radiu młodych ludzi. A że pracowali w jednym biurze, więc łatwo pochwycili ich więcej. Pamiętam dziś niektóre nazwiska: inż. Zahorecki, technolog Bialecki, technolog Zatopiański... Wszyscy oni zostali zamordowani w czasie śledztwa w więzieniu w Tarnowie, a Koman, który wszystkiemu do końca zaprzeczał, zmarł kilka miesięcy później w obozie w Oświęcimiu.

Gdy stalowowska grupa znalazła się w tarnowskim więzieniu, rodziny zatrzymanych podjęły starania u niemieckiego dyrektora Zakładów w celu zwolnienia wszystkich więzionych ze Stalowej Woli. Wtedy Zakłady Południowe już rozpoczęły produkcję i wciąż potrzebowały wykwalifikowanej załogi, która przez działania wojenne została przetrzebiona. Niemiecki dyrektor Zakładów, dr Franz Jansen, wystąpił do niemieckich władz okupacyjnych w sprawie



Augustyn Pajak

zwolnienia uwięzionych pracowników, zapewne motywując potrzebą ich wykorzystania w funkcjonowaniu kadrowo przetrzebionych Zakładów.

W tarnowskim więzieniu

Otóż po prawie miesięcznym pobycie w więzieniu tarnowskim, aresztantów ze Stalowej Woli wysłano pierwszym transportem 14 czerwca 1940 roku do obozu w Oświęcimiu transportem. Już w obozie w Oświęcimiu okazało się, że osób ze stalowowskiej grupy nie ujęto na liście. Zabrano ich z powrotem do Tarnowa i jak wspomina J. Filip: *po powrocie do tarnowskiego więzienia posadzono nas do pojedynczych cel, dla tzw. niebezpiecznych więźniów politycznych. Był to oddział IV E, znajdował się na czwartym piętrze, w jakimś bocznym skrzydle.*

W tarnowskim więzieniu wszystkich wycofanych z Oświęcimia głodzono i poddano przesłuchaniom, w czasie których więźniów maltretowano. Wspomina J. Filip: *Na pierwszy ogień wzięli inżyniera Zahoreckiego. Na drugi dzień dowiedzieliśmy się, że się powiesił w celi i rano wyniesiono trupa, a na jego miejsce posadzono adwokata z Tarnowa – Rozwadowskiego. Następny poszedł na przesłuchanie technik Zatopiański. Tego też znaleziono nad ranem, powieszono na kaloryferze. Obok niego była karteczka, na której napisał, że przeprasza swoich kolegów ze Stalowej Woli, których wyspał, ale nie mógł już wytrzymać bicia. (...) Później przesłuchiowano nas kolejno po kilka razy. Najdotkliwsze dla mnie było drugie przesłuchanie. Przesłuchiwał gestapowiec, który miał tłumacza, podobno Ukrainca bijącego na każde skinienie. A robił to z uprząż zawodowego oprawcy. Mimo że nie korzystałem z jego usług jako tłumacza. Dobrze znałem język niemiecki, nie wymigałem się od jego tych drugich usług. Każda moja odpowiedź „Nein” czy „Ich weiss nicht” kwitowana była biciem. Dwa razy przy tym straciłem przytomność – kiedy na wół przytomny upadłem na podłogę, czułem jeszcze, że kopał mnie po głowie, rękach i brzuchu. Po tym przesłucha-*

niu odprowadzono mnie do celi, gdyż nie mogłem dojść o własnych siłach i rzucono na prycze.

Władze okupacyjne zdecydowały zwolnić więźniów ze Stalowej Woli. Uwzględniły wniosek niemieckiego dyrektora, że aresztowanych pracowników, zamiast trzymać w obozie, lepiej będzie wykorzystać w produkcji zbrojeniowej. Po ostrych przesłuchaniach, gdy Niemcy uznali, że część z ujętych nie konspirowała, zdecydowali się ich uwolnić, nakazując meldować się w placówce gestapo w Stalowej Woli. Wcześniej, jeszcze przed wyjściem, wszyscy zwalniani musieli podpisać zobowiązanie lojalności, a więc, że nie będą działać na szkodę Niemców i o każdym zaważonym przypadku niesubordynacji i oporu przeciw nowemu porządkowi zameldują gestapo.

Stalowowska grupa z tarnowskiego więzienia wróciła na początku września 1940 roku, ale już w niepełnym składzie. W tarnowskim więzieniu zginęli: Jan Zatopiański, Kazimierz Zahorecki, Marian Szolc; w Oświęcimiu natomiast: Wiktor Czarniecki (aresztowany w Sanoku), Dionizy Koman, Marian Bialecki, Władysław Majewski, Marian Boguszewski, Karol Dyzyng, Jan Haberliński, Augustyn Pajak, Witold Szczepkowski.

Na miejsce aresztowanego i zamordowanego Augustyna Pajaka, Niemcy postawili Franciszka Giemzę, którego do pracy właśnie w administracji osiedla w lutym 1940 roku przyjmował Augustyn Pajak. Giemza był szwagrem Pajaka. Podejrzewano go, że to on przyczynił się do aresztowania Pajaka. Giemza przyjął listę volksdojców, podpisywał się nie Giemza lecz Giems. Miejsca szefa administracji osiedla długo nie zagrażał, wyjechał w listopadzie tego roku ze Stalowej Woli. Po wojnie był karany przez sąd za współpracę z Niemcami.

Augustyn Pajak zginął w Oświęcimiu w styczniu 1941 r. Był żonaty, miał jedną córkę Danutę, mieszkał w Stalowej Woli. Jego nazwisko zostało upamiętnione na stalowowskim mauzoleum.

Dionizy Garbacz

Trzej Królowie przeszli ulicami miasta

6 stycznia obchodziliśmy święto Trzech Króli. W Rudniku nad Sanem tego dnia ulicami miasta od lat przechodził barwny orszak. W tym roku orszaku w dotychczasowej formule co prawda nie było, ale trzej królowie do Rudnika przybyli, aby tradycji stało się zadość.

Pojawienie się w rudnickim kościele pięciu postaci w barwnych szatach było zaskoczeniem dla wielu parafian biorących udział w sumie.

Oprócz Trzech Króli – Kacpra (w tej roli Ryszard Maj), Melchiora (Zbigniew Kowalczyk) i Baltazara (Ryszard Machowski) – pojawili się

również Herod (Adam Mach) oraz Pasterz (Tadeusz Ruchaj).

– Trzej Królowie przybyli, no bo jakże mogło być inaczej – mówi „Sztatecie” Ryszard Maj. – Ze względu na pandemię mamy duże ograniczenia, dlatego kontynuacja tej rudnickiej tradycji jest w skromniejszej formie.



Trzej Królowie wraz z mieszkańcami kroczą ulicą Mickiewicza



Wspólne zdjęcie przy rudnickich wiklinowych aniołach

– Chcemy podtrzymać tę tradycję, którą kultywowaliśmy przez bodajże 10 lat. Do tej pory orszaki były w bardzo licznej obsadzie. Dziś, ze względu na pandemię, jest ona bardzo okrojona, ale chcieliśmy spotkać się nawet w takim gronie, aby mieszkańcy zobaczyli, że ta tradycja jest kultywowana – dodaje Tadeusz Ruchaj.

Inscenizatorom dziękował podczas mszy świętej ks. Stanisław Czachor, proboszcz parafii pod wezwaniem Trójcy Przenajświętszej w Rudniku nad Sanem. – Możemy na nowo zapatrzeć się na tajemnicę obecności Trzech Króli przy betlejemskiej szopie – mówił ks. Stanisław Czachor.

Inscenizatorzy aktywnie uczestniczyli w mszy świętej, a po nabożeństwie wyruszyli na ulice Rudnika. Powoli kroczyli w stronę rynku, obeszli go wkoło i zatrzymali się przy wiklinowych aniołach – świątecznej ozdobie w centrum miasta. Tam, wspólnie z kilkunastoma towarzyszącymi im osobami, śpiewali kolędy.

– Tradycją Rudnika stał się przemarsz na rynek. Oczywiście to zapoczątkowane było kilkanaście lat temu przez Mariana Pędłowskiego. Epidemia COVID-19 zmusiła nas do ograniczonej uroczystości – podsumował Adam Mach. – Nie wiemy w jakiej wersji uda się zorganizować orszak za rok, niemniej jednak zapraszamy wszystkich.

Konrad Sinica

sztateta.sinica@gmail.com
tel. 796-806-816



Sielskie impresje

W Miejskim Ośrodku Kultury w Rudniku nad Sanem trwa wystawa prac Doroty Miącz. Absolwentka Uniwersytetu Przyrodniczego w Lublinie zaprasza widzów w sielską podróż po malowniczych krajobrazach.

Urokliwe krajobrazy pól i łąk, drewniane domki kryte strzechą, łódki kołyszące się nad brzegami rzek. Gdy za oknem króluje zima, w Miejskim Ośrodku Kultury w Rudniku nad Sanem można oglądać wystawę „Sielskie impresje” Doroty Miącz.

Artystka jest absolwentką Uniwersytetu Przyrodniczego w Lublinie na kierunku architektura krajobrazu. W roku 2017 ukończyła studia podyplomowe na kierunku malarstwo na UMCS w Lublinie.

Pasjonuje ją impresjonizm, jest wielbicelką twórczości Voki. Dorota Miącz to malarka wciąż szukająca swojej artystycznej ścieżki. – Każdy obraz jest jak nowa karta – zaczynasz wszystko od zera. Ta niepewność powodzenia powoduje pełne zaangażowanie i uczy pokory – mówi o swojej twórczości.

Nie mając nauczyciela, analizowała dzieła malarskie starając się wychwycić najważniejsze szczegóły. Najczęściej wybierała prace impresjonistów, tworzone w sposób dynamiczny, pokazujące ulotność chwili. Zachwycają ją portrety Augusta Renoira, tak pięknie potrafiące oddać najbardziej subtelne emocje. Bliski jej sercu jest również Claude Monet, posiadający te same dwie życiowe pasje – malarstwo i ogrody.

Jej nową ścieżkę artystyczną ukierunkowała Paulina Hortyńska. Będąc aktywnym członkiem Studenckiego Koła Malarskiego, Miącz najchętniej zamykała się w podziemiach uniwersytetu, aby tam w ciszy i skupieniu oddawać się swojej pasji. Jak sama twierdzi, rzadko jest w stu procentach zadowolona z efektów swojej pracy. Wciąż czeka na stworzenie czegoś wyjątkowego, co będzie w pełni ją satysfakcjonowało.

Wystawę prac Doroty Miącz można oglądać do końca marca w Miejskim Ośrodku Kultury w Rudniku nad Sanem przy ulicy Grunwaldzkiej. (dag)

PRACA

Zatrudnimy jako ekspedientki, panie na emeryturze w sklepach piekarniczych, kontakt; 604-411-579

**PUP STALOWA
WOLA, 12.01.2021 r.**

Tel. 15 643-37-50

* Kierowca wózka widłowego * Kierownik działu produkcyjnego * Młod-

szy magazynier * Operator linii produkcyjnej * Operator maszyn CNC * Operator maszyn odlewniczych * Pracownik budowlany * Pracownik ds. polerowania kół * Pracownik lakierni * Pracownik obróbki wykończeniowej * Ślusarz kokilowy * Wybijacz odlewów * Wytapiacz * Elektromonter instalacji słaboprądowej * Inżynier budownictwa * Inżynier budowy * Pracownik ogólnobudowlany * Stolarz * Ślusarz

* Stolarz meblowy * Kierowca kat. C + E * Kierownik robót * Operator obrabiarek CNC * Sprzątaczką * Asystent/rejestratorka medyczna * Krawiec/sprzedawca * Oczyszczacz * Pracownik fizyczny/odlakiernik * Pracownik ochrony * Pracownik sprząający * Samodzielna księgowa

PUP NISKO, 12.01.2021 r.

Tel. 15 841-23-13, wew. 15

* Operator maszyn do obróbki drewna * Kierowca ciągnika siodłowego * Kierowca samochodu dostawczego/bus * Specjalista ds. kadr * Pomocnik mleczarski * Brukarz * Instruktor ćwiczeń grupowych na sali * Mechanik pojazdów samochodowych * Robotnik gospodarczy * Pracownik obróbki drewna * Kucharz * Elektromonter * Formierz/oczyszczacz * Kasjer/sprzedawca * Operator oczyszczalni ścieków * Pomocnik stolarza * Operator wózków jezdniowych * Krawcowa * Fryzjer * Kierowca samochodu ciężarowego * Sprzedawca * Operator koparki * Magazynier/pracownik techniczny * Specjalista ds. agrotechniki i hodowli roślin

Oferta dla osób niepełnosprawnych:
Palacz c.o. * Konfeksjoner kosmetyków

**PUP TARNOBRZEG,
12.01.2021 r.**

Tel. 15 823-00-30

* Operator maszyn i urządzeń * Operator maszyn sterowanych numerycznie * Zastępca głównego księgowego * Murarz * Elektryk * Pracownik biurowy * Mechanik w dziale utrzymania ruchu * Operator prasy krawędziowej * Pracownik fizyczny/monter sieci zewnętrznych * Ślusarz/monter * Fizjoterapeuta * Księgowy * Laborant * Malarz * Pakowacz * Kierowca * Magazynier/kierowca * Specjalista ds. sprzedaży internetowej * Zbrojarz/cieśla * Operator/pomocnik operatora urządzeń do obróbki szkła * Odlewacz gąsek * Operator koparek jednonaczyniowych klasy min. I oraz koparko-ładowarek klasy III * Tech-

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY



ogłoszenia 17

nik w sekcji infrastruktury * Pracownik budowlany * Technolog * Operator HDS/kierowca * Pracownik biurowy

Oferty dla osób niepełnosprawnych:
Pracownik ochrony niekwalifikowany

**PUP SANDOMIERZ,
11.01.2021 r.**

Tel. 15 644-14-46

* Sprzedawca w branży spożywczej * Sprzedawca na stoisku mięsnym * Kie-

ownik stoiska mięsnego * Kasjer-sprzedawca * Psycholog * Elektromechanik * Kierowca/kurier * Kierowca kat. D * Nauczyciel języka niemieckiego * Magazynier * Fizjoterapeuta * Opiekun medyczny/opiekun osób starszych * Mechanik samochodów osobowych

Oferty dla osób niepełnosprawnych:
Sprzątaczką

OGŁOSZENIE

WÓJTA GMINY HARASIUKI

z dnia 14 stycznia 2021 r.

o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego terenu zabudowy produkcyjnej, usługowej oraz urządzeń wytwarzających energię z odnawialnych źródeł energii (panele fotowoltaiczne) w obrębie miejscowości Huta Nowa wraz z prognozą oddziaływania na środowisko.

Na podstawie art. 17 pkt. 9 i 11 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2020 r., poz. 293 z późn. zm.) oraz w związku z UCHWAŁĄ nr XXX/141/2017 RADY GMINY HARASIUKI z dnia 14 lipca 2017 r. sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego terenu zabudowy produkcyjnej, usługowej oraz urządzeń wytwarzających energię z odnawialnych źródeł energii (panele fotowoltaiczne) w obrębie miejscowości Huta Nowa, gmina Harasiuki

zawiadamiam

o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego terenu zabudowy produkcyjnej, usługowej oraz urządzeń wytwarzających energię z odnawialnych źródeł energii (panele fotowoltaiczne) w obrębie miejscowości Huta Nowa gmina Harasiuki wraz z prognozą oddziaływania na środowisko w dniach **od 21 stycznia do 12 lutego 2021 r.** w siedzibie Urzędu Gminy w Harasiukach, ul. Długa 11, w godzinach pracy urzędu oraz na stronie bip.harasiuki.pl

1. Dyskusja publiczna nad przyjętymi w projekcie rozwiązaniami odbędzie się w Sali Gminnego Ośrodka Kultury w Harasiukach ul. Długa 11 w dniu **11 lutego 2021 r. od godz. 12⁰⁰ do godz. 15⁰⁰**. W związku z rygorami sanitarnymi określonymi przepisami ustawy z dnia 2 marca 2020 r. o szczególnych rozwiązaniach związanych z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19, innych chorób zakaźnych oraz wywołanych nimi sytuacji kryzysowych (Dz. U. z 2020 r., poz. 1842 z późn. zm.) dyskusja publiczna odbywać będzie się w grupach nie przekraczającej liczby osób uwzględnionej w ustawie jak również dyskusja odbędzie w formie on-line. Link do transmisji udostępniony zostanie na stronie internetowej urzędu www.harasiuki.pl w kategorii: aktualności oraz na stronie BIP pod adresem bip.harasiuki.pl w zakładce ogłoszenia pt. „Publiczna dyskusja – Miejscowy Plan Zagospodarowania Przestrzennego”.
2. Zgodnie z art. 18 ust. 1 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym każdy, kto kwestionuje ustalenia przyjęte w projekcie planu, może wnieść uwagi. Uwagi należy składać na piśmie na adres: Urząd Gminy Harasiuki, ul. Długa 11, 37-413 Harasiuki lub w urzędzie z podaniem imienia i nazwiska lub nazwy jednostki organizacyjnej i adresu, oznaczenia nieruchomości, której uwaga dotyczy, w nieprzekraczalnym terminie do dnia **1 marca 2021 r.**
3. Jednocześnie, na podstawie art. 39 ust. 1 oraz art. 54 ust. 2 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2020 r., poz. 283 z późn. zm.), zawiadamiam o wyłożeniu do publicznego wglądu **prognozy oddziaływania na środowisko w dniach od 21 stycznia do 12 lutego 2021 r.** Przedmiotem prognozy jest projekt planu, o której mowa wyżej.
4. Zainteresowani mogą zapoznać się z niezbędną dokumentacją sprawy w siedzibie Urzędu Gminy Harasiuki, ul. Długa 11, 37-413 Harasiuki w godzinach pracy urzędu. Mogą też składać uwagi i wnioski do wyżej wymienionej prognozy w terminie określonym w pkt. 3. Zgodnie z art. 40 ustawy o której mowa w pkt. 3 uwagi i wnioski mogą być wnoszone: na piśmie, na adres 37-413 Harasiuki, ul. Długa 11, lub za pomocą środków komunikacji elektronicznej bez konieczności opatrywania ich bezpiecznym podpisem elektronicznym, na adres sekretariat@harasiuki.pl, z nadanym tematem „wniosek do miejscowego planu” w nieprzekraczalnym terminie do dnia **1 marca 2021 r.**, z podaniem imienia i nazwiska lub nazwy jednostki organizacyjnej, adresu, oznaczenia nieruchomości, której uwaga dotyczy oraz przedmiot uwagi lub wniosku.
5. Przedłożone uwagi i wnioski podlegają rozpatrzeniu przez Wójta Gminy Harasiuki, złożone po upływie terminu pozostawia się bez rozpatrzenia.

**Wójt Gminy
Krzysztof Kiszka**

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY

Wójt Gminy Pysznica

ogłasza przetarg na sprzedaż nieruchomości stanowiących własność gminy Pysznica

Położenie nieruchomości	Nr działki	Nr Kw	Pow. działki w ha	Przeznaczenie w mpzp lub decyzja o wz	Cena w zł	Kwota wadium w zł	Termin zagospodarowania	Uwagi
Pysznica, ul. Podborek/Zadole	256	TB1S/00021022/3	0,03	W MPZP oznaczona symbolem Kx – teren ciągu pieszego	18 500,00 zł + należny podatek VAT	1 850,00 zł	Do końca 2022 r.	Przetarg nieograniczony

Przetarg ustny odbędzie się w dniu **10.02.2021 r. o godz. 10⁰⁰ sala nr 6** w budynku Urzędu Gminy w Pysznicy, ul. Wolności 322.

Warunkiem uczestnictwa w przetargu jest wpłacenie wadium w terminie do **4.02.2021 r.** na konto Urzędu Gminy w Pysznicy **Nr 36 9434 1025 2006 1695 1311 0002 BS** Tarnobrzeg o/Nisko w wysokości wymienionej w tabeli, z adnotacją w tytule przelewu: „wpłata wadium na nieruchomość nr.”.

Uczestnik, który kupuje więcej niż jedną działkę winien wpłacić wielokrotność kwoty wadium.

Wadium wpłacone przez osobę, która wygra przetarg zostanie zaliczone na poczet ceny nabycia działki, pozostałym uczestnikom wadium zostanie niezwłocznie zwrócone po zakończeniu przetargu.

W przypadku, gdy osoba, która wygra przetarg, uchyli się od zawarcia umowy wadium przepada na rzecz Gminy Pysznica.

Uczestnik przetargu powinien posiadać dowód osobisty, oraz potwierdzenie wpłaty wadium.

W przypadku wpłaty wadium przez Internet konieczne jest przedłożenie zaświadczenia z banku o potwierdzeniu wpłaty. Osoba reprezentująca w przetargu inną osobę fizyczną lub prawną powinna posiadać pisemne pełnomocnictwo lub upoważnienie do reprezentowania.

Blizszych informacji na temat działek przeznaczonych do sprzedaży można uzyskać w UG Pysznica, ul. Wolności 322, pok. Nr 4 lub tel. 15 841-09-34 w godzinach pracy urzędu.

KUPIĘ STAROCIA

- zdjęcia • znaczki • pocztówki • korespondencje
- dokumenty • legitymacje • odznaki • odznaczenia
- książki • gazety • butelki • porcelanę • militaria
- szkło użytkowe • meble.

tel. **506 137 342**
Zanim wyrzucisz do kosza, **ZADZWOŃ!**

NIERUCHOMOŚCI

Sprzedam halę produkcyjno-magazy-nową 155 m² w Nisku. Działka 35 a. Cena 390000 zł, tel. 601-890-949

www.posesja.info.pl

USŁUGI

BUDOWLANE

Kompleksowe wykończenia wnętrz: płytki, szpachlowanie, malowanie, karton-gips, tapetowanie, panele, biały montaż, itp. Fachowo, faktury; 500-323-869

Kompleksowe wykończenia wnętrz, tapety natryskowe; 600-555-633

Kostka brukowa, bloczki betonowe, produkcja, układanie, płyty jumbo, 10 lat gwarancji; 15 842-05-29, 603-691-564

Generalne remonty. Fachowo! Tanio! 504-233-235

Wycinki drzew; 512-389-666

Ogrodzenia, balustrady; 507-846-827

Układanie PŁYTEK. Szybko, tanio, profesjonalnie; 662-335-590

Cyklinowanie bezpyłowe – schody i parkiety profesjonalnie; 509-613-441

Cyklinowanie. Parkieciarstwo; 605-133-409

Drewniane altany, zadaszenia, garaże, architektura ogro-dowa. Wolne ter-miny, tel. 663-687-500



KOMPUTEROWE

Pogotowie komputerowe; 698-679-686

TRANSPORTOWE

Transport – przeprowadzki komplek-sowo; 605-333-665

USŁUGI INNE

Odpluskwanie, odkaraluszanie, ozono-wanie, sprzątanie, pomieszczeń; 605-333-665

KUPNO-SPRZEDAŻ

Skupujemy motocykle, antyki-staro-cie, oraz pamiątki z PRL-u; 698-693-846

**OGŁOSZENIE
PREZYDENTA MIASTA STAŁOWEJ WOLI**

o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu VI zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego terenów Specjalnej Strefy Ekonomicznej w Stalowej Woli i prognozy oddziaływania na środowisko

Na podstawie art. 17 pkt 9 i pkt 11, art. 17a oraz art. 27 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2020 r. poz. 293 z późn. zm.), art. 39 ust. 1, art. 46 ust. 1 pkt 1 i art. 54 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2020 r. poz. 283 z późn. zm.) oraz Uchwały Nr XIII/150/2019 Rady Miejskiej w Stalowej Woli z dnia 2 sierpnia 2019 r.

zawiadamiam o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu VI zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego terenów Specjalnej Strefy Ekonomicznej w Stalowej Woli, obejmującego tereny ul. Ignacego Mościckiego i część terenów przyległych wraz z prognozą oddziaływania na środowisko, w dniach **od 21 stycznia 2021 r. do 19 lutego 2021 r.** w siedzibie Urzędu Miasta w Stalowej Woli, w Wydziale Planowania, Przygotowania Inwestycji i Ochrony Środowiska, ul. Wolności 9 (I – sze piętro, pokój nr 21, telefon 15 643 34 75) w godzinach pracy Urzędu Miasta od 7.30 do 15.30, od poniedziałku do piątku.

Projekt zmiany planu ww. terminie udostępniony jest także na stronie internetowej Urzędu Miasta w Biuletynie Informacji Publicznej pod adresem:

https://bip.stalowawola.pl – zakładka: zagospodarowanie przestrzenne.

Dyskusja publiczna nad przyjętymi w projekcie planu miejscowego rozwiązaniami odbędzie się w dniu **18 lutego 2021 r.** w siedzibie Urzędu Miasta w Stalowej Woli przy ul. Wolności 9 (I-sze piętro, pokój nr 21) o godzinie 15.30.

Zgodnie z art. 18 ust. 1 ustawy każdy, kto kwestionuje ustalenia przyjęte w projekcie planu miejscowego, może wnieść uwagi.

Uwagi należy składać na piśmie w formie papierowej do Prezydenta Miasta Stalowej Woli na adres: Prezydent Miasta Stalowej Woli ul. Wolności 7, 37-450 Stalowa Wola lub w formie elektronicznej na adres: um@stalowawola.pl albo za pomocą elektronicznej skrzynki podawczej Urzędu Miasta Stalowej Woli na platformie ePUAP, z podaniem imienia i nazwiska lub nazwy jednostki organizacyjnej i adresu, oznaczenia nieruchomości, której uwaga dotyczy, w nieprzekraczalnym terminie **do dnia 9 marca 2021 r.**

Jednocześnie informuję, że w związku z prowadzonym postępowaniem w sprawie strategicznej oceny oddziaływania na środowisko, można składać uwagi do prognozy oddziaływania na środowisko.

z up. *Prezydenta Miasta*
dr inż. Renata Knap
Z-ca Prezydenta Miasta

STELLA Dostęp do Internetu w sieci **StellaNET** w Promocji 2021

30 Mb/s za 29 zł	80 Mb/s za 39 zł	160 Mb/s za 59 zł	240 Mb/s za 79 zł
----------------------------	----------------------------	-----------------------------	-----------------------------

Aktywacja usługi tylko 1 zł

Zadzwoń, zapytaj, zamów. Skorzystaj z Promocji!
Biuro Obsługi Klienta, ul. Orzeszkowej 3
telefon: **15 810 81 00, 502 317 697**
e-mail: **bok@stella.net.pl** strona: **www.stella.net.pl**

Program Lokalny **STELLA** TELEWIZJA KABLOWA

godz. 8:00, 10:00, 14:00, 16:00, 20:00, 22:00
"z archiwum Stelli" poniedziałek - sobota godz. 12:00, 18:00

premiera piątek 15.01 godz. 20:00	premiera wtorek 19.12 godz. 20:00
■ Serwis Informacyjny ■ Pogoda ■ Strefa gry - droga Sylwestra Flisa reportaż o niepełnosprawnym zawodniku i trenerze hokeja na ślęczach ■ Kalendarium	■ Serwis Informacyjny ■ Pogoda ■ Motopasje Lancia Kappa ■ Rozkochar w swej ziemi cierkiw w Jurawcach ■ Kalendarium

redakcja tel.: **15 810 81 11** e-mail: **telewizja@stella.net.pl**
strona: **www.tvkstella.pl**

**AGENCJA OBROTU I WYCENY
NIERUCHOMOŚCI POSESJA**

Stalowa Wola, ul. Okulickiego 16a (obok notariusza)
tel./fax 15 844 22 27, 501 63 82 82
pon. – pt. 10.00 – 18.00 (praca w terenie 13.00 – 14.00), **sobota 9.00 – 12.00**

ZAPewniam

- Największy zasięg medialny
- Pomoc kredytową dla naszych klientów
- Profesjonalną obsługę prawną
- Wycenę nieruchomości
- Doradztwo w zakresie rynku nieruchomości
- Ekspresową finalizację transakcji

POŚREDNIK Z PAŃSTWOWYMI UPRAWNIENIAMI

MIESZKANIA DO SPRZEDANIA:
www.posesja.info.pl

- 48,4m², Poniatowskiego, 3 piętro, 2 pok., balkon – **Rezerwacja**,
- 51,4m², Energetyków, parter, cegła, 2 pok. – **210 tys. zł**,
- 61,73m², Siedlanowskiego, 4 piętro, 4 pok., po remoncie, balkon – **Rezerwacja**,
- 90,56m², Al. JPll, mieszkanie (68,48m²) plus lokal użytkowy (22,08m²), lp., osobne wejścia – 294 tys. zł,
- 94m², Poniatowskiego, 4 pok., parter, nowe bud., dwa wejścia – 395 tys. zł

MIESZKANIA I DOMY DO WYNAJĘCIA:
www.posesja.info.pl

- 47m², Os. Magnolia, 2 pok., IVp., nowe bud., winda, parking, wys. standard – 1600 zł/m-c

DOMY DO SPRZEDANIA:

- 70m², Charzewice, domek drewniany, duża działka do podziału, przy drodze – 194 tys. zł,
- ok.100m², St.Wola, 11 ar, bud.gosp. – **REZERWACJA**,
- 107m², PYSZNICA, stan sur. zamknięty, do wykończenia, plus b. gosp., 15 ar – **REZERWACJA**
- 156,71m², PYSZNICA-JASNA POLANA, nowy domek, wykończony, 6ar – 656 tys. zł,

BUDYNKI I LOKALE UŻYTKOWE DO SPRZEDANIA:
www.posesja.info.pl

- Centrum St. Woli – nieruchomość komercyjna, 600m², 3 kondygnacje – 1,8 miliona zł;
- St. Wola – przy obwodnicy – 18,34a, ok. 400m² – 980 tys. zł;

BUDYNKI I LOKALE UŻYTKOWE DO WYNAJĘCIA:

- 40m², Okulickiego, parter, witrna – 1650 zł/m-c plus opłaty,
- 40m², Okulickiego, parter, witrna, przy chodniku, obok Hali Targ. – 2600 zł/m-c plus opłaty,
- 53m², Poniatowskiego – parter, witrna, przy chodniku, bdb lokalizacja – 2700 zł/m-c plus opłaty,
- 70m², Okulickiego, suterena, witrna, przy chodniku, w ciągu punkt. handlowych – 700 zł/m-c plus opłaty,

pełna oferta w siedzibie agencji, Internet: WWW.POSESJA.INFO.PL

ZDECYDOWANIE KUPIĘ MAŁE MIESZKANIE, PŁATNOŚĆ GOTÓWKĄ, tel. 502 209 939

Kopalnia Piasku 509 910 650

- ✓ **PIASEK** do murowania • tynkowania
- **wylówek • PRZESIANY**
- ✓ **WYNAJEM SPRZĘTU BUDOWLANEGO**
- ✓ **Wykopy koparką z wysięgiem 18,5 m**
- ✓ **TRANSPORT WYWROTKI**

ZAKŁAD POGRZEBOWY

PRO MORTE

Tel. 602 126 637
STAŁOWA WOLA i okolice

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY

• WAŻNIEJSZE TELEFONY • WAŻNIEJSZE TELEFONY • WAŻNIEJSZE TELEFONY • WAŻNIEJSZE TELEFONY

TELEFON ALARMOWY	112
Pogotowie ratunkowe	999
Straż pożarna	998
Policja	997
Pogotowie energetyczne	991
Pogotowie gazowe	992

STAŁOWA WOLA	
ALARMOWE Izba przyjęć szpitala:	
stary Pawilon	15 843-32-85
nowy Pawilon	15 843-33-56

dziecięcia	15 843-33-57
Pogotowie ciepłe: ul. Handlowa, dni robocze 23 ⁰⁰ – 7 ⁰⁰ , soboty, niedziele i święta – całą dobę	
	15 844-31-64
Pogotowie techn. SM po 22 ⁰⁰ i w dni wolne od pracy	
	15 842-54-11
ZAUFANIA	
Punkt Konsultacyjny MONAR	15 842-79-60
Policijny	15 877-33-70
Młodzieżowy: wt., godz. 10-14 i 16-19, śr., godz. 10-15, czw., godz. 14-19, pt., godz. 10-13	15 842-79-60

Dla krzywdzonych w rodzinie „Tarcza”	15 842-09-40,
.....	512-939-994
Fundacji Obrońców Dzieci Nienarodzonych 15 843-21-36	
Informacja i konsultacja dla osób i rodzin z problemem alkoholowym, ul. Hutnicza 8; śr., pt., godz. 17-19	
	15 844-75-73
Stalowowski Ośrodek Wsparcia i Interwencji Kryzysowej z hotelem dla ofiar przemocy	15 642-52-93
Grupa AA przy Stowarzyszeniu Szansa	783 278 141
Grupa Rodzinna Al-Anon „Metamorfiza”, ul. Poniatowskiego	

41, poniedziałek godz. 17	518-925-592
Powiatowy Rzecznik Konsumentów – ul. Podleśna 15, od poniedziałku do piątku 7 ³⁰ – 14 ³⁰	
	15 643-36-60

NISKO	
ALARMOWE	
Izba przyjęć szpitala	15 8416-732
Pogotowie ratunkowe	15 8416-781
Pogotowie energetyczne	15 8412-027
Pogotowie techn. SM	602-481-927
Pogotowie wod.-kan. MZK Nisko (24h)	

.....	15 8415-290,
.....	15 8415-570, 500-062-595, 500-062-596
Policijny telefon zaufania	15 8416-056

TARNOBRZEG	
ALARMOWE	
Straż miejska	15 822-75-43
Izba przyjęć szpitala	15 812-34-56
Pogotowie energetyczne (całodobowe) ...	15 851-40-00
Pogotowie gazowe (całodobowe)	15 822-11-87
Pogotowie wodociągowe (7-15)	15 823-23-29

BIURO NIERUCHOMOŚCI
DOMINO
Marta Świątek Justyna Dziągiew-Czerwinski
SPRZEDAJ z nami swoją NIERUCHOMOŚĆ
 www.nieruchomosci-stw.pl 37-450 Stalowa Wola, 509 026 303
 domino@nieruchomosci-stw.pl Al. Jana Pawła II 25/2 535 026 333
 (budynek TKB – parter) 535 026 303

Biuro posiada licencje pośredników nr: 18354, 22254, Licencje zarządców nieruchomości nr: 27662, 23643

**■ Zadzwoń już dziś i zapytaj o warunki współpracy z nami.
 ZAPRASZAMY FIRMY I OSOBY PRYWATNE**

MIESZKANIA – SPRZEDAŻ

- 34,6m, ul. Poniatowskiego, 2 pokojowe, dobra lokalizacja, 165.000 zł
- 43m, ul. Żwirki i Wigury, 2 pok., III piętro, 185.000 zł
- 44,4m, ul. Poniatowskiego, 2 pokojowe, wyremontowane, parter z loggią, 289.000 zł
- 49,6m, osiedle Kalina, stan deweloperski, klucze do odbioru w maju 2022r. Cena 278.000 zł
- 50m, ul. Narutowicza, komfortowe, po remoncie generalnym, II piętro z windą, 279.000 zł
- 55m, ul. Metalowców, 3 pokojowe mieszkanie do własnej aranżacji, IV piętro, 230.000 zł
- 53m, Os. Kalina, stan deweloperski, 2 pokoje plus salon z aneksem kuch., klucze do odbioru w maju 2022r. Cena 302.000 zł
- 59,7m ul. Poniatowskiego, 3 pokojowe, do zamieszkania, umeblowane, z loggią, II piętro, 325.000 zł
- 60m, Poniatowskiego, komfortowe, po generalnym remoncie 3 pokojowe z balkonem, IV p.
- 66,63m, Al. JP II, 3 pokoje, 2 duże balkony, 275.000 zł
- 70m, Os. Kalina, 3 sypialnie plus salon z aneksem kuch., stan deweloperski, piękny taras 87m, klucze do odbioru w maju 2022r. Cena 400.000 zł
- 68m, Al. Jana Pawła II, 3 pokojowe z dużą loggią, nowa cena – 279.000 zł
- **Osiedle Kalina – Stalowa Wola ul. Hutnicza, mieszkania w stanie deweloperskim, dostępne powierzchnie: od 46m do 125m**

DOMY SPRZEDAŻ

- 129m, Ruda, nowy, komfortowy dom, działka 10 ar, 750.000 zł
- 136m, Goliszowice, dom w stanie surowym, zamkniętym, działka 7,50 ar, 355.000 zł
- **140m, Ruda, 3 sypialnie + salon, dom na dużej działce 21 arów, 420.000 zł**



- 145m, dom na osiedlu Piaski, 3 sypialnie + salon, działka 5,84 ar, 595.000 zł
- 152m, Goliszowice, dom w stanie surowym, zamkniętym, 4 pokoje + salon, działka 10 ar, 380.000 zł
- 137m, Stalowa Wola, wyremontowana, parterowa kamienica, 3 sypialnie + salon, 385.000 zł
- **150m, Agatówka, klimatyczny, przestronny dom, do własnej aranżacji z 19 ar działką, 450.000 zł**
- 170m, Stalowa Wola, dom pod działalność lub do zamieszkania w centrum, działka ok. 4 ar, 580.000 zł
- 174m, Stalowa Wola – Charzewice, przestronny dom, do zamieszkania, działka 4 ar, 650.000 zł
- 200m, Stalowa Wola – Piaski, piękny dom, gotowy do zamieszkania, działka 14 ar, 560.000 zł

MIESZKANIA – WYNAJEM

- 25m, ul. Poniatowskiego, komfortowa kawalerka, umeblowana, 1000 zł + czynsz + media
- 25m, pokój do wynajęcia dla osoby pracującej, 600 zł + media
- 35m, ul. Mickiewicza, umeblowana kawalerka, 1000 zł + czynsz + media
- 42m, ul. Żwirki i Wigury, 2 pokojowe, umeblowane, 1000 zł + czynsz + media
- 45m, ul. Okulickiego, 2 pokojowe, umeblowane, z balkonem, 1000 zł + czynsz + media
- 48m, ul. Skocznińskiego, 2 pokoje, umeblowane, 1000 zł + czynsz + media
- 55m, ul. Klasztorna, 1 pokojowe, umeblowane mieszkanie, 1000 zł + czynsz + media
- 57m, ul. Poniatowskiego, 3 pokojowe, umeblowane, 1000 zł + czynsz + media
- 57m, ul. Dmowskiego, 2 pokojowe, umeblowane mieszkanie, 900 zł + czynsz + media
- 62m, ul. Wojska Polskiego, 4 pokoje, umeblowane dla firmy, z balkonem, 1250 zł + czynsz + media

**WSZYSTKIE INFORMACJE, ZDJĘCIA, OPISY DOSTĘPNE NA:
 www.nieruchomosci-stw.pl**

W NASZYM BIURZE KUPISZ MIESZKANIE W STANIE DEWELOPERSKIM

Powierzchnie od 45 m² do 126 m² z balkonem, tarasem lub ogrodem zimowym.
OSIEDLE KALINA PRZY UL. HUTNICZEJ



- 64,5m, ul. KEN, 3 pokojowe, umeblowane z balkonami, 800 zł + czynsz + media

**PRZYJMUJEMY OFERTY SPRZEDAŻY DOMÓW
 I MIESZKAŃ NA TERENIE MIASTA I GMINY:
 STALOWA WOLA, NISKO, GRĘBÓW, ZALESZANY**

DOMY – WYNAJEM

- 100m, Nisko, kwatery dla pracowników, do 10 osób, 350 zł/os. + media
- 115m, kwatery pracownicze w centrum miasta, 400 zł/osoby
- 120m, Jastkowice, umeblowany, 10 osób, 300 zł/os. + media
- 110m, ul. Energetyków, umeblowane piętro domu dla firm, 3 pokoje, 400zł/os
- 280m, komfortowy dom do wynajęcia w Sandomierzu, 4000 zł + opłaty

LOKALE – SPRZEDAŻ

- 87m, Charzewice, budynek gospodarczy, stan surowy otwarty, działka 30 ar, 180.000 zł
- 119m, centrum Stalowej Woli, warsztat, myjnia, plus wiatła 60m, działka 273m, 290.000 zł
- 120m, Al. Jana Pawła II, lokal na parterze w bardzo dobrym stanie, usługi kosmetyczne, fryzjerskie, i in. 510.000 zł
- 155m, Nisko, budynek pod warsztat, produkcję, usługi, handel, działka 35ar, 390.000 zł
- 900m ul. Przemysłowa – biuro-produkcja-usługi-magazyn (parter 450m² + piętro 450m, plus podpiwniczenie 100m) dodatkowo garaże wolnostojące 190m. Działka 1575m. Cena 1200.000 zł

LOKALE – WYNAJEM

- 42m, ul. Staszica, lokal pod biuro, gabinet lub studio urody, 1200 zł + media
- 50m, ul. Poniatowskiego, lokal pod salon, gabinet, biuro rachunkowe, 900 zł netto + media
- 288,7m, ul. Przemysłowa, pomieszczenia biurowe pod działalność handlową, biurową, szkoleniową, 5774zł netto/mc, (20zł/m² + 23% podatku VAT) + media
- 300m, Nisko, lokal handlowy do wynajęcia na 1 piętrze, 4000zł

DZIAŁKI – SPRZEDAŻ

- 14ar, Jastkowice, działka budowlana z WZ, cena 100.000 zł do negocjacji
- 13ar, Brandwica, działka budowlana, 70.000 zł
- 14,99ar, Agatówka, działka budowlana, 135.000 zł
- 16,25 ar, Stalowa Wola, działka uzbrojona na osiedlu Energetyków, cena 90.000 zł
- 27ar, Stalowa Wola, działka inwestycyjna na Energetyków, cena 190.000 zł
- 50ar, Chwałowice gmina Radomyśl nad Sanem, działka przy głównej ulicy, cena 60.000 zł
- 80ar, Pilchów, grunty orne, III klasa ziemi, cena 50.000 zł

GARAŻE Blaszane
BRAMY Garażowe
KOJCE dla Psów
 Najniższe **CENY**
 Automatyka do bram
 Dogodne **RATY**
 Transport i montaż **GRATIS**
 15-649-82-21 18-33-44-504
 14-696-06-01 17-770-72-95
 81-440-51-08 84-539-81-91
 604-397-105 781-088-977
 www.konstal-garaze.pl

GARAŻE BLASZANE,
BRAMY GARAŻOWE,
KOJCE DLA PSÓW
 ✓ **RATY**
 ✓ **DOWÓZ, MONTAŻ**
GRATIS – CAŁY KRAJ
 Producent
 696 75 35 88,
 15 816 42 06 www.fobstal.pl

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY

Projekty graficzne!
Grafika do internetu!
BIURO REKLAMY I OGŁOSZEŃ
 Stalowa Wola, ul. Ofiar Katynia 30
 15 810-94-01; 513-013-198, 530-530-577
 sztafeta.ogloszenia@gmail.com
 sztafeta.reklama@gmail.com
SZTAFETA

radio leliwa
 Stalowa Wola 93,5 FM
 Al. Jana Pawła II 25 a
 piętro III
 tel. 15 843 25 25

Tvoja reklama, która dociera do tysięcy ludzi przebywających codziennie w okolicach Hali Targowej
RADIO WĘZEŁ
 radiowezel.stw@gmail.com
 tel. +48 695 198 028

PROFESJONALNA STACJA DEMONTAŻU POJAZDÓW
 Stalowa Wola, ul. Grabskiego 12 www.sdp-wtorsteel.pl
ZAŚWIADCZENIE O KASACJI
SPRZEDAŻ CZĘŚCI
Zadzwoń 516 281 867, 15 813 59 19 – POMOŻEMY!
PRZYJEDZIEMY po każdy samochód CAŁKOWICIE GRATIS!
NAJLEPSZE CENY NA RYNKU! OD 550 zł WZWYŻ!

WtórStal
KASACJA POJAZDÓW
 ✓ odbiór autolawetą, transport gratis
 ✓ zaświadczenie do wyrejestrowania
 ✓ najwyższe ceny, płatność gotówką
SKUP ZŁOMU STALOWEGO I METALI KOLOROWYCH oraz UTYLIZACJA ODPADÓW
hurtownia art. papirniczych ♦ hurtownia zniczy ♦ skup makulatury
 Stalowa Wola, ul. Przemysłowa 19 ☎ 15 842 62 87, 607 562 564
 email: kasacja@wtorstal.pl www.wtorstal.pl

SKŁAD KRUSZYW
 • **WĘGIEL Z KOPALNI PIAST**
 • **usługi koparko-ladowarką**
 • **KLINIEC • TŁUCZEŃ • GRYSY**
 • **ŻWIRY • PIASEK RZECZNY**
 • **PIASEK PRZESIANY**
 • **ZIEMIA OGRODOWA**
KRUSZYWA-OZDOBNE I DROGOWO-BUDOWLANE
 Dąbrowa Rzeczycka, tel. 505 567 999

MOTORYZACJA
 Kasacja pojazdów; 697-926-718
 Skup samochodów niekoniecznie przeznaczonych do kasacji; 796-871-694
 Złomowanie pojazdów. Zaświadczenia! Odbiór własnym transportem! Płatność gotówką! 509-101-101
 Kasacja pojazdów – stan obojętny! Odbiór własnym transportem. Zaświadczenia! Płatność gotówką! 887-105-105

INFORMATOR MEDYCZNY

Medyczne tłumaczenia przysięgłe – angielski. A. Linek; 15 844-12-06, 603-175-406

SKRÓCONY SPIS NUMERÓW TELEFONÓW SPZOZ (ambulatorium przy Hucie)
 ul. Kwiatkowskiego 2, 37-450 Stalowa Wola
 www.e-spzoz.eu
 DYREKTOR/SEKRETARIAT TEL./FAX 15 842 10 17, 15 813 44 65
 REJESTRACJA PORADNI SPECJALISTYCZNYCH 15 813 54 65
 REJESTRACJA PORADNI PODSTAWOWEJ OPIEKI ZDROWOTNEJ 15 842 21 41, 15 813 54 75
 REJESTRACJA PORADNI ZDROWIA PSYCHICZNEGO 15 813 50 07
 REJESTRACJA PORADNI DLA KOBIET 15 813 58 33
 REJESTRACJA MEDYCZNY PRACY 15 813 54 95
 REJESTRACJA RTG i USG ... 15 813 40 31
 REJESTRACJA PRACOWNI ANALITYCZNEJ 15 813 55 51
 PIEŁĘGNIARKI ŚRODOWISKOWE .. 15 813 44 55
 GABINET ZABIEGOWY 15 813 54 55
 REJESTRACJA FIZJOTERAPII . 15 813 55 73
 ODDZIAŁ REHABILITACJI:
 GABINET ORDYNATORA 15 813 60 66
 GABINET LEKARSKI – SEKRETARIAT 15 813 60 77
 DYŻURKA PIEŁĘGNIAREK 15 813 56 40

Specjalistyczny Gabinet Stomatologiczny
Lek. stom. Jolanta Potasz
BEZPŁATNE PROTEZY w ramach umowy z NFZ
 Stalowa Wola, Al. Jana Pawła II 13a/1
 tel. gab. 15 843-22-83, 602-727-550
Leczenie, profilaktyka, korony, mosty porcelanowe, wybielanie, chirurgia, piaskowanie zębów

GABINET NEUROLOGICZNY i LECZENIE CHOROBY KRĘGOSŁUPA
dr ANDRZEJ NOWAKOWSKI
SPECJALISTA CHOROBY UKŁADU NERWOWEGO I TERAPII MANUALNEJ KRĘGOSŁUPA
 Gabinet specjalizuje się w leczeniu nietypowych zespołów bólowych narządu ruchu, bólów i zawrotów głowy, zaburzeń równowagi, bólów barku i pleców.
JANÓW LUBELSKI, ul. ZAMOYSKIEGO 149
PRZYJMUJE W ŚRODY OD GODZ. 9.00
 Informacje i zapisy tel. 606 611 150

NFZ ZAPISY NA BEZPŁATNE PROTEZY NA ROK 2021
lek. stom. ZBIGNIEW DOLIŃSKI
 ✓bezpłatne leczenie stomatologiczne
 Godziny przyjęć: cały tydzień
 + SOBOTA – POGOTOWIE 10⁰⁰-12⁰⁰
 Stalowa Wola, ul. Wojska Polskiego 16 A
 tel. 15 843-86-81, 503-15-22-27

DYŻURY APTEK
STALOWA WOLA
 15-21.01, ul. Wojska Polskiego 5, tel. 500 624 121
NISKO
 15-21.01, ul. Wolności 54 A, tel. 15 841 43 68
LEŻAJSK
 15-21.01, ul. Mickiewicza 22, tel. 17 242 00 60
TARNOBRZEG
 15-16.01, ul. Targowa 6B, tel. 15 822 95 95
 16-17.01, ul. Wyspiańskiego 25, tel. 15 822 51 10
 17-18.01, ul. Zwierzyniecka 18, tel. 15 823 61 80
 18-19.01, ul. Moniuszki 1, tel. 15 823 34 95
 19-20.01, ul. Warszawska 5, tel. 573 350 666
 20-21.01, ul. Mickiewicza 40, tel. 15 822 04 25
 21-22.01, ul. 1 Maja 1, tel. 15 822 35 75

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY

Punkty przyjmowania OGŁOSZEŃ do tygodnika SZTAFETA oraz na www.sztafeta.pl
 • **Redakcja tygodnika „Sztafeta”,** Stalowa Wola, ul. Ofiar Katynia 30 w godz.: 8.00–16.00, tel. 15 810-94-01, 513-013-198, 530-530-577 sztafeta.ogloszenia@gmail.com, sztafeta.reklama@gmail.com
 • **Nista. Biuro Podróży,** Nisko, Pl. Wolności 1 w godz.: 8.00–17.00, tel. 15 841-20-85
 • **Rotrans. Ośrodek szkolenia kierowców,** Nisko, ul. Rzeszowska 3, w godz.: 8.00–17.00, tel. 15 841-20-66
 Kontakt: 15 810-94-01, 513-013-198, sztafeta.ogloszenia@gmail.com

Akumulator – jak o niego zadbać zimą?

Kłopot z akumulatorem polega na tym, że bardzo łatwo zapomnieć, że pełni on kluczową funkcję w samochodzie i że wymaga on uwagi, a w zimie, w okresie szczególnie dla niego ciężkim, lepszego traktowania. Łatwo zapomnieć, bo przecież skoro samochód odpala za każdym razem, to nie spodziewamy się, że przy następnej próbie tego nie zrobi...

Szacuje się, że akumulator wytrzymuje średnio od 3 do 5 lat. Na jego żywotność wpływ ma oczywiście jakość zastosowanych do jego budowy komponentów, ale i sposób w jaki użytkujemy auto. Jeśli jeździmy głównie w mieście, na krótkich dystansach, często stoimy w korku, a do tego często korzystamy z odbiorników prądu, które mocno obciążają akumulator (np. klimatyzacja, podgrzewanie foteli, ogrzewanie szyby, radio) – kłopoty z porannym rozruchem mogą pojawić się znacznie szybciej. Również system start-stop bardzo mocno obciąża akumulator – i choć posiada on odpowiednie zabezpieczenie – które dezaktywuje go, kie-

dy akumulator jest zbyt słaby, być może w niektórych sytuacjach lepiej go po prostu wyłączyć samemu.

Aby przedłużyć żywotność akumulatora, warto zaplanować dłuższą trasę minimum raz w tygodniu. Przy czym dłuższa trasa powinna obejmować minimum 30-40 km ciągłej jazdy, tak by alternator miał czas podładować akumulator. Jeśli w domu dysponujemy dwoma samochodami – jednym eksploatowanym regularnie na trasie, a drugim traktowanym głównie na krótkich dystansach – dobrym pomysłem będzie na jeden dzień w tygodniu zamienić pojazdy rolami. Unikajmy też rozruchu samochodu z włączonymi odbiornika-

mi prądu. Zanim odpalimy auto – wyłączmy radio, ogrzewanie szyb, podgrzewanie foteli itp.

Zaglądamy regularnie pod maskę – nie tylko pod kątem sprawdzenia czy nie zasiedziało się tam jakieś dzikie zwierzę lub czy nie ma wycieków, ale także by sprawdzić czy klemy na akumulatorze są przytwierdzone nieruchomo oraz czy nie są brudne; jeśli są – wyczyścimy je suchą ściereczką.

Zanim akumulator ostatecznie się podda, może dawać wcześniej pewne sygnały sugerujące jego słabszą kondycję – przy przekręceniu kluczyka w stacyjce może się okazać, że kontrolki będą przygasać, wskazówka prędkościomierza drgać,

a samochodu nie uruchomimy za pierwszym przekręceniem kluczyka. Akumulator możemy przetestować u mechanika, podłączając go do specjalnej aparatury, która pozwoli określić jego realną pojemność, która spada z wiekiem, i sprawdzić jaką dawkę prądu jest w stanie podać. Jeśli wartości te są dalekie od fabrycznych – czas na wymianę!

Wymiana akumulatora może być banalnie prosta, ale może też wymagać specjalistycznych narzędzi, dłuższej chwili spokoju i dobrego oświetlenia. Wszystko zależy od modelu auta. W wielu, szczególnie nowszych pojazdach, miejsca pod maską jest tak niewiele, że demontaż akumulatora może wiązać się z koniecznym demontażem także innych elementów i lepiej takie zadanie powierzyć mechanikowi.

Bądźmy przygotowani, że po wyjęciu akumulatora, naładowaniu go (bądź zastąpieniu nowym), może

się okazać, że będzie wymagane odkodowanie fabrycznego radia lub systemu nawigacji. Kod ten znajdziemy w instrukcji obsługi. Jeśli z samochodu przez dłuższy czas nie planujemy korzystać – najlepszym rozwiązaniem będzie demontaż akumulatora i przechowywanie go w suchym i ciepłym miejscu. Unikniemy tym samym ryzyka jego całkowitego wyładowania.

Wybierając nowy akumulator pamiętajmy, że musi on mieć parametry zgodne z fabrycznymi oraz musi mieć bieguny umieszczone po odpowiedniej stronie – w przeciwnym razie montaż będzie niemożliwy. Najlepiej, wybierając się do sklepu po nowy akumulator zabrać ze sobą dla porównania stary, który po zakupie zostawimy do utylizacji – dzięki czemu będziemy mieć pewność, że zostanie on zneutralizowany w odpowiedni dla środowiska sposób.

Kamil Mucha



W Nowy Rok w moim domu na obiad miał się pojawić indyk, doskonale przyrządzony i odświeżnie podany. Miał być, ale... Choć pandemia zmusza do siedzenia w domu, więc czasu na gotowanie nie brakuje, ale do tego trzeba jednak nie tylko inwencji, ale i chęci. Miał być indyk. I rzeczywiście był, ale...

Z udźca indyka usuwamy kość. Mięso kroimy na mniejsze kawałki. Posypujemy majerankiem, pieprzem i solą. Smarujemy oliwą i odstawiamy do lodówki na noc. Następnego dnia porcje indyka podsmażamy na tłuszczu, potem przekładamy do brytfanny. Po między kawałki mięsa wkładamy wcześniej namoczone śliwki i pokrojone winne jabłka. Zapiiekamy przez godzinę. Taki był zamiar, skończyło się jednak nie na udźcu indyka, a filecie, z którym postąpiłem podobnie jak z mięsem z udźca, tylko indyjskie filety nie trzymałem przez noc w lodówce, tylko bodajże dwie godziny. Było, minęło, nikt nie narzekał, że niesmaczne danie, tylko po prawdzie w mojej głowie pozostał niesmak, bo takie ambitne były zamiary...

Nie mogłem odpuścić przyrządzenia perspektywicznego dania, czyli takiego, które będzie można spożywać jeszcze następnego i następnego dnia. Był więc gulasz z... kapustą czerwoną. Wołowinę zrazową kroimy na kawałki, dodajemy ziele angielskie, liść laurowy, kilka ziaren jałowca i odstawiamy na parę godzin w chłodne miejsce. Cebulę kroimy w półtalarki, rozdrabniamy czosnek i mieszamy. W garnku rozgrzewamy tłuszcz, do którego wrzucamy mięso z przyprawami, posypujemy mąką i lekko zasmażamy. Dolewamy wody, przykrywając mięso. Dusimy do miękkości. Pod koniec duszenia solimy, dodajemy przecier pomidorowy, nieco cukru i

**KUCHARZ
PROponuje**

To jest to!

ewentualnie śmietaną. Posatkowaną czerwoną kapustę zalewamy w osobnym garnku niewielką ilością wody, dodajemy sól, pieprz i trochę soku z cytryny. Dusimy do miękkości. Kaszę gryczaną zalewamy zimną wodą, doprowadzamy do wrzenia, a potem na najmniejszym ogniu trzymamy pod przykryciem przez dwadzieścia minut. Solimy. Jemy z gulaszem i czerwoną kapustą. Czerwoną kapustę możemy jeszcze wykorzystać następnego dnia albo przygotować z niej i podać surówkę z kiszzonej kapusty.

Uznałem, że po Nowym Roku musi być na stole coś nowego. Tylko co? Przypomniały mi się pierogi kartoflane, które jadłem ostatni raz bodajże dziesięć lat temu, a może jeszcze dawniej. Prawdę powiedziawszy jest to potrawa raczej mało spotykana, ale warta polecenia, bo nietrudna w przyrządzaniu. Farsz przygotowujemy z namoczonej i wyciśniętej bułki obranej i pokrojonej na ćwiartki cebuli oraz z gotowanej wieprzowiny. Wszystko to przepuszczamy przez maszynkę, dodajemy żółtko, masło, doprawiamy solą i pieprzem. Mieszmamy. Obrane kartofle gotujemy w osolonym wrzątku, odciedzamy i ucieramy na jednolitą masę, dodając jajka, masło oraz sól i trochę mąki. Krótko wyrabiamy ciasto, potem rozwałkowujemy na cienki placek i wykrawamy krążki. Na środku każdego krążka kładziemy trochę farszu i zlepiamy pierogi. Gdy z tą pracą się uporamy, zlepione pierogi kładziemy na blasze wyłożonej papierem do pieczenia, smarujemy rozmaconym jajkiem i pieczemy przez dwadzieścia minut. Takie pierogi jedliśmy już po Nowym Roku. Polane śmietaną i roztopionym masłem. I to jest to! – stwierdził młodszy syn. Smacznego.

Piotr Góreczny

W moim ogrodzie

Miętę można uprawiać zarówno w gruncie, jak i w doniczce. Sadzenie mięty powinno się rozpocząć wiosną lub jesienią w czasie, kiedy nie występują przymrozki.

Często spotykaną metodą uprawy mięty jest posadzenie jej w doniczce. Dzięki temu można przenieść miętę do miejsca, gdzie przygotowuje się posiłki i korzystać z ciągłych dostaw świeżego zioła. Należy upewnić się, że gleba w doniczce pozostaje wilgotna oraz należy pamiętać o nawożeniu.

W ogrodzie należy dla niej wybrać stanowisko wilgotne, słoneczne lub częściowo zacienione. Mięta preferuje wilgotną glebę o pH wahającym się od 6.0 do 7.0.

Roślina rośnie dość energicznie sama, aczkolwiek z pewnością nawożenie jej raz na kilka tygodni nie zaszkodzi, szczególnie przy częstych zbiorach. Nie należy używać nawozu bogatego w sód, bo może spowodować brązowienie liści. Glebę należy utrzymywać wilgotną wokół rośliny w celu utrzymania wilgotności korzeni. W suchej glebie mięta umrze.

Roślinę utrzymujemy w ryzach przez zbiór jej czubków w regularnych odstępach czasu i wrywając te łodygi, które rosną w niepożądanym przez nas kierunku. Mięta kwitnie, wydając małe kwiaty w okresie od czerwca do sierpnia. Należy je przyciąć zanim kwiaty rozkwitną w celu utrzymania mięty w zwartej kępce. Roślinę należy przesadzać co 3-4 lata, by utrzymać intensywny,

miętowy smak i zapach.

Mimo że mięta posiada chropowate liście, w okresie młodości jest podatna na mączliki, przędziorki i ślimaki. Należy uważać na te szkodniki. Zbiór mięty można przeprowadzać w dowolnym czasie poprzez odcinanie łodyg. By dokonać większego zbioru należy poczekać, tak jak w przypadku innych ziół do momentu tuż przed pojawieniem się kwiatów. Wtedy należy przyciąć roślinę nad poziomem pierwszej bądź drugiej warstwy liści. Powoduje to usunięcie starszych, pożytkowych już liści i promowanie nowych, świeżych oraz ogólnego, szybszego wzrostu rośliny.

W sezonie dokonujemy 3-krotnych zbiorów. Liście świeżej mięty znakomicie komponują się z jagnięciną, rybami, drobiem czy warzywami takimi jak groch, ziemniaki i marchew. Mięta również dobrze łączy się z zielonymi bądź owocowymi sałatkami czy napojami w rodzaju ponczu i herbaty. Miętę w celu podawania można też zamrozić w kostkach lodu. Roślinę można również przechowywać w formie zasuszonej czy zakonserwowanej w occie.

Stanisław Kowalczyk



Stanisław Kowalczyk
autor książki o tematyce ogrodniczej oraz o profilaktyce zdrowotnej





Dobrze znać swoją wartość i nie poddawać się



Z KACPREM ŚPIEWAKIEM, wychowankiem Stali Stalowa Wola, obecnie napastnikiem lidera Fortuna I liga, Bruk-Bet Termalica Nieciecza rozmawia Mariusz Biel.

– Ubiegły rok był dla wszystkich szalony, a dla ciebie chyba szczególnie. Na wiosnę przebojem wdarłeś się do pierwszego zespołu Stali. Wywalczyłeś sobie miejsce w wyjściowej jedenastce i stałeś się najlepszym strzelcem. Później przeżyłeś spadek, a po dwóch meczach w III lidze, wyładowałeś w klubie, który aspiruje do gry w ekstraklasie.

– Mało tego! Dodałbym jeszcze do tego maturę (*śmiech*). Tak. Bardzo dużo się działo w tamtym roku i w dodatku w tak ekspresowym tempie, że dopiero teraz, kiedy miałem przerwę świąteczno-noworoczną i chwilę wolnego czasu, zaczęło to do mnie docierać, i zacząłem na to patrzeć z trochę innej perspektywy.

– Zdrowia, szczęścia przyszłości i czego jeszcze na „Sylwestra” życzyli ci przyjaciele, znajomi, rodzina?

– Jak najwięcej grania, zwycięstw i wywalczenia awansu do ekstraklasy.

– A rok wcześniej...?

– Myślę, że podobnie, z tą jednak różnicą, że wtedy byłem jeszcze zawodnikiem Stali, więc życzylibyśmy sobie wszyscy utrzymania się w drugiej lidze.

– No właśnie. Założę się, że wtedy nawet przez ułamek sekundy nie pomyślałeś, że za rok będziesz piłkarzem klubu, który dzisiaj zajmuje pierwsze miejsce w I lidze.

– No nie. Nie myślałem. Wtedy liczyła się tylko Stal i to, żeby w końcu zacząć grać na swoim stadionie i na wiosnę odrobić straty punktowe z jesieni, i utrzymać się w II lidze. Nie udało się i do dzisiaj trudno mi znaleźć odpowiedź, dlaczego? Przecież ta rewanżowa runda była dla nas naprawdę bardzo udana. Do szczęścia zabrakło nam tylko jednego punktu.

– Na wiosnę byłeś najlepszym strzelcem „Stalówki” i to zadecydowało o tym, że już pod koniec sezonu, kilka klubów zaczęło się interesować tobą, ale powiedz, co byłoby, gdyby w tamtym czasie zdrowy był Tomek Płonka...? Na pewno sam też to słyszałeś, że gdyby mógł grać „Płona”, to trawy byś nawet nie powąchał...

– Być może. Nie wiem, co byłoby, ale wiem, że to tylko gdybanie, bo liczy się tylko, co faktycznie było i co jest obecnie. Gdyby zdrowy był Tomek, to na pewno on byłby pierwszym wyborem dla trenera Szydełko, ale nie oznaczałoby to wcale, że zostałbym pozbawiony szansy grania, w efekcie zrobienia tego, co udało mi się zrobić. Ja nigdy nie przestawałem wierzyć w siebie samego i w to co robię, i w to, że kie-

dys zaczął być brany pod uwagę w większym stopniu, niż to bywało wcześniej.

– Czy po tych meczach z Olimpią Elbląg i Górnikiem Łęczna, w których ratowałeś Stali jeden punkt, a później po kolejnych udanych występach, nie miałeś ochoty krzyknąć: to ja, Kacper Śpiewak. Jestem w Stali już osiem lat i pytam się dlaczego tak długo nikt nie widział, co potrafisz?!

– Nie, nie miałem (*śmiech*). Do wszystkiego trzeba mieć odpowiedni dystans. To dobrze znać swoją wartość, nie dać się ponieść, ale jeszcze ważniejsze jest to, żeby nie tracić nadziei, żeby nie poddawać się, nie złościć na cały świat, tylko robić swoje i konsekwentnie dążyć do celu.

– Naprawdę? Przecież, jak sobie przypominę, to odkąd przestałeś być juniorem, to praktycznie co pół roku zastanawiano się w Stali, co z tobą zrobić. Nikt nie miał pomysłu, jak cię „zagospodarować”. Szykowany byłos do gry na środku obrony, a tam miejsce zawsze było zajęte.

– Za długo w drużynach młodzieżowych grałem na obronie, więc kiedy dorosłem, nikt nie widział mnie w innym miejscu, a wydaje mi się, że w wielu meczach, tych juniorskich, udawałem swoją przydatność w grze z przodu. Zdobywałem masę bramek. Zawsze lubiłem atakować. Podłączyć się do akcji. Kiwnąć gościu, pójść jeden na jeden, odegrać piłkę klepką, uderzyć zza pola karnego, a do tego umiałem się znaleźć w pobliżu bramki. Sam się nieraz zastanawiałem, dlaczego przyklejono mi łatkę stopera, który może być przydatny w grze z przodu, tylko wtedy, kiedy wykonuje się rzuty różne, czy wolne, i nic więcej. Pewnie dlatego, że za zawsze wyróżniałem się wzrostem...

– Dlaczego właśnie Bruk-Bet Termalica? Miałeś kilka innych ofert, a wybrałeś... wiejski klub, bo przecież Nieciecza to wieś, którą zamieszkuje niecały tysiąc ludzi.

– Wybrałem klub, który w latach 2015-18 występował w ekstraklasie, klub o mocnej stabilizacji finansowej, posiadający znakomitą bazę treningową, stadion, klub, który przedstawił mi najbardziej konkretną ofertę. A tak na marginesie, to nie wyprowadziłem się na wieś, bo – jak większość zawodników Bruk Betu – mieszkam w Tarnowie.

– A czy osoba trenera Mariusza Lewandowskiego miała jakiś wpływ na twój wybór?

– Kiedy podejmowałem decyzję, to powiem szczerze, że nie myślałem o tym, ale o innych rzeczach. Oczywiście, wiedziałem, kto to jest



Kacper Śpiewak może być znakomitą przykładem dla wielu młodych zawodników Stali, którzy czasami zbyt szybko poddają się w walce o swoją lepszą przyszłość

Mariusz Lewandowski, oglądałem go w meczach polskiej reprezentacji i w pucharach, ale nie więcej.

– Ale teraz już wiesz i co możesz powiedzieć o trenerze Mariuszu Lewandowskim?

– To duża osobowość. Pod każdym względem. Mnie najbardziej imponuje jego sposób prowadzenia drużyny od kuchni. Szatnia. To co się w niej dzieje, jak funkcjonuje na co dzień. Ma to dla niego ogromne znaczenie. Może bierze się to stąd, że sam doświadczył, jak ważna jest atmosfera w drużynie, będąc piłkarzem kilku markowych klubów. Przeszło 10 lat grał w Szachtarze Donieck!

Jest znakomitą psychologią, motywatorem i analitykiem. Potrafi dotrzeć do każdego zawodnika. Mówi niewiele, jest można nawet powiedzieć oszczędny w słowa, ale używa takiego przekazu, że wystarczy czasami jedno zdanie i człowiek wie, o co mu chodzi. Powiem szczerze, że imponuje mi tym i cieszę się, że trafiłem na takiego trenera, i tak wcześniej, bo wiem, że bardzo wiele może mnie nauczyć.

– Czy kiedy wchodziłeś po raz pierwszy do szatni swojej nowej drużyny, to obleciał cię strach?

– Czy ja wiem? Chyba nie. Na pewno lekki stres był, na pewno większy niż wtedy, kiedy wychodziłem na pierwszy trening. Nie należało do lękliwych ludzi, ale po prostu ciekaw byłem, jak zostaną przyjęty przez starszą drużynę, przez trenera, ale zostałem bardzo mile zaakceptowany. Wszystko było super.

– A pierwszy trening? Nie pomyślałeś sobie: kurczę, co będzie jak się okaże, że odstaje?

– Ani przez chwilę. Już powiedziałem, że nie mam żadnych kompleksów piłkarskich. Oczywiście, wiedziałem o jakimś klubie przychodząc, jak wielu gra tu piłkarzy z nazwiskami, ale nie byłem tym wystraszony. Przecież nie wziąłem się znikąd.

– Od początku głośno mówiłeś, że nie przychodzisz do Bruk Betu, żeby siedzieć tylko na

ławce i że masz nadzieję na to, że trener będzie na ciebie stawiał. No i stawiał, jak pokazują statystyki. Już w debiucie, w pucharowym meczu w Bytowie, cztery minuty po wejściu na boisko, strzeliłeś gola!

– Zagrałem jesienią w szesnastu meczach. Zdobyłem pięć bramek. Pewnie mogłem więcej, ale myślę, że jak na debiutanta, to całkiem niezły dorobek.

– Nie bądź taki skromny. Obserwuję twoje poczynania w Bruk Becie i chcę powiedzieć, że w kilku meczach naprawdę pokazałeś się z bardzo dobrej strony. W meczu z Odrą Opole, w przedostatniej kolejce jesiennej rundy, uratowałeś „słonikoma” punkt, strzelając gola w 96. minucie!

– Tak się złożyło. Lubię zdobywać bramki w końcówkach spotkań (*śmiech*). Odra na początku meczu wyprowadziła kontrę, objęła prowadzenie i zamurowała się na swojej połowie. Było ciężko, ale nawet, kiedy na zegarze wybiła 90. minuta gry, nie przestaliśmy wierzyć w wyrównanie. W końcu, po dobrze rozegranej, zespołowej akcji, Patrik Misiak dośrodkował piłkę z lewej strony pola karnego wprost na moją głowę i nie pozostało mi nic innego, jak skierować ją do bramki. Żadna to sztuka (*śmiech*). Zrobiłem to, co miałem zrobić.

– W zwycięskim meczu w Głogowie z Chrobrym też maczałeś palce...

– Tak, to był chyba mój najlepszy mecz. Zdobyłem bramkę i dorzuciłem asystę.

– Były spotkania, że grałeś od pierwszych minut, a w innych, byłeś zmiennikiem. Z czego to wynikało?

– To zależało od taktyki. Od rywala. Przed każdym wyjściem na boisko, dokładnie byłem przygotowany do gry, bo wiedziałem, czego ode mnie oczekuje trener. W tej pierwszej rundzie najczęściej graliśmy w ustawieniu z wysuniętą dziewiątką. Inaczej niż w Stali, kiedy tworzyliśmy duet napastników

Zawsze lubiłem atakować, podłączyć się do akcji, kiwnąć, pójść jeden na jeden, odegrać piłkę klepką, uderzyć zza pola karnego

razem z Michałem Fidziukiewiczem, ale na szerokości boiska.

– Najlepszym strzelcem Termaliki i całej I ligi jest Słowak, Roman Gergel. Co o nim wiesz?

– Że to przyjemność i duża sprawa móc podpatrywać go na treningach i występować w jednej drużynie. To doświadczony, świetny napastnik. Nie przypadkiem, grając w •linie, zdobył mistrzostwo i puchar Słowacji.

– Jak generalnie scharakteryzowałbyś swoją drużynę? Co jest jej największą siłą?

– Na pewno trener, na pewno indywidualności w zespole, chociaż myślę, że jeszcze większą wartością jest szeroka, wyrównana kadra, no i na pewno też właściciele klubu pp. Witkowsy. Jednym słowem, Bruk Bet Termalica to taka dobrze naoliwiona maszyna i cieszę się, że mogę być jednym z jej trybów.

– Co po tych pierwszych kilku miesiącach gry w I lidze, możesz o niej powiedzieć? Czy różni się bardzo, jeżeli tak, to czym najbardziej, od drugiej ligi?

– Myślę, że pod względem fizycznym nie ma wielkiej różnicy. Zarówno w I jak i w II lidze większość drużyn opiera swoją grę na sile, na wybieganiu i kondycji, a walory techniczne schodzą na dalszy plan.

– Po pierwszej rundzie macie dziesięć punktów przewagi na ŁKS-em i Górnikiem Łęczna i jesteście pewniakiem do awansu, a mimo to trener Lewandowski powiedział ostatnio w jednym z wywiadów, żeby zachować spokój i poczekać ze schładzaniem szampanów. Cytuję: piłka jest przewrotna i trzeba mieć pokorę. Samouwielbienie jest złudne. Spokojnie powtarzam zawodnikom, że musimy być cały czas skoncentrowani, bo tylko wtedy będziemy mogli iść do przodu...

– Dokładnie tak! Dlaczego Bruk Bet tak dobrze spisywał się jesienią? Bo byliśmy konsekwentni i skoncentrowani. W każdym spotkaniu robiliśmy swoje, bez względu na to, jak ono się układało. Czy prowadzimy, czy musimy gonić wynik, zawsze gramy to, co nakreślił nam wcześniej trener. Nic nie modyfikujemy i jak widać po miejscu, jakie zajmujemy w tabeli, dobrze nam tym wychodzi. I tak samo będzie na wiosnę. A że będzie ona trudniejsza, bo tak jest zawsze, to też zdajemy sobie sprawę, ale na pewno będziemy dobrze przygotowani i wierzę, że na koniec sezonu będziemy świętować awans.

– A czy wierzysz w awans... „Stalówki”?

– Bardzo jej tego życzę. Wisła Puławy ma dużą przewagę, ale runda jest długa, a piłka, jak wiadomo, to przewrotna gra, w której nie da się wszystkiego przewidzieć. Dopóki będzie szansa, trzeba walczyć. Nie wiem, jak będzie wyglądała kadra Stali. Po prostu trzeba wierzyć i walczyć o zwycięstwo w każdym kolejnym meczu.

Bez Zmorzyńskiego i Surmiaka

„Stalówka” rozpoczęła przygotowania do rundy wiosennej



We wtorek, 12 stycznia, odbył się pierwszy w tym roku trening drużyny Stali Stalowa Wola. W pierwszych zajęciach uczestniczyło 23 piłkarzy.

Z zawodników, którzy wystawieni zostali w grudniu na listę transferową, brakowało na pierwszym treningu trzech: Rafała Surmiaka, Piotra Zmorzyńskiego i Piotra Witasika.

Pierwszy znalazł zatrudnienie w Podhalu Nowy Targ, a więc u ligowego rywala Stali. Zmorzyński rozwiązał umowę i kilka dni temu związał się kontraktem ważnym do końca czerwca 2021 z Hutnikiem Kraków, którego trenerem jest od 23 grudnia 2020, były opiekun Stali, Szymon Szydełko.

– Otrzymaliśmy pismo z Olimpii z prośbą o to, by mogli testować Piotra Witasika od 11 do 16 stycznia – mówi prezes Stali PSA, Michał Czuba. – Zapewniali nas, że zawodnik będzie w tym czasie ubezpieczony, ale nie wyraziliśmy zgody. Odpisaliśmy, że owszem, mogą zawodnikowi zrobić badania medyczne i negocjować warunki umowy, ale nie pozwalamy na to, żeby trenował z drużyną Olimpii, ponie-

waż związany jest cały czas kontraktem ze Stalą.

Czy kapitan „Stalówki” trenował z Olimpią Grudziądz, z której trafił przed 1,5 roku do Stali, nie wiemy.

Pozostali zawodnicy wystawieni na listę transferową – Szymon Jarosz, Michał Fidziukiewicz, Michał Płonka i Tomasz Płonka (przed kilkoma dniami pojawiła się informacja, że jego pozyskaniem zainteresowany jest nowy trener Hutnika Kraków, Szymon Szydełko, ale oficjalnie nikt tego nie potwierdza) – byli obecni na pierwszych, wtorkowych zajęciach Stali, które prowadzili trenerzy Jaromir Wieprzęć i Damian Skakuj.

Z innych piłkarzy, którzy występowali jesienią, zabrakło we wtorek Wołodymira Khorolskiego i Bartosza Wiktoruka, którzy jeszcze przez tydzień odbywać muszą kwarantannę.

Wśród trenujących we wtorek na sztucznej płycie stalowowolskiego PCPN można było dostrzec kilku nowych, młodych zawodników, m.in. Aleksandra Drobota i Szymona Kochowskiego.

Drobot to lewy pomocnik, ma 21 lat i przez ostatnie dwa lata repre-



Piotr Mroziński przymierzany był do gry w Puszczy, ale nic nie wskazuje na to, że przeprowadzi się do Niepołomic. Z lewej trener Jaromir Wieprzęć

zentował czwartoligowy Igloopol Dębica, a wcześniej był zawodnikiem m.in. Resovii, Siarki i Puszczy Niepołomice.

Również 21 lat ma Szymon Kochowski, który jest wychowankiem Stali. Był kapitanem i jednym z najlepszych zawodników zespołu juniorów. Nie udało mu się przebić do kadry pierwszej „Stalówki” i przeniósł się do Unii Nowa Sarzyna, później był

zawodnikiem LZS Zdziary, a jesienią grał w czwartej lidze małopolskiej w Węgrzance Węgrze Wielkie. W tej samej drużynie występuje były napastnik Stali, Grzegorz Kmiecik.

– Znam Szymka, bo go prowadziłem, ale to wcale nie znaczy, że już jest przygotowana umowa dla niego – mówi trener Jaromir Wieprzęć. – Myślę, że na dniach pojawić się będą kolejni zawodnicy



Kilka tygodni temu Michała Fidziukiewicza chciał Ruch Chorzów

aspirujący do gry w Stali, ale to nic jeszcze nie znaczy. Ja się cieszę, że odeszło tylko dwóch piłkarzy z listy transferowej. Dla mnie sprawa jest prosta, jeżeli trenowali dzisiaj, to znaczy, że zostają w Stali.

W okresie przygotowawczym Stal rozegra dziesięć sparingów. Pierwszy odbędzie się 20 stycznia w Stalowej Woli, a rywalem będzie czwartoligowa Pogoń Staszów.

Pierwsze zwycięstwo młodzików Stali



Kadeci Stali pewnie pokonali Sokola Łańcut. Od lewej: Mikołaj Różański, Jakub Kawalec, Kacper Kędra



Z nami kolejne mecze w koszykarskich ligach młodzieżowych. Nieudany początek roku zanotowała drużyna Kuźni Stalowa Wola w rozgrywkach młodzików. Najpierw przegrała w Przemyślu z tamtejszym Basketem 15, a w ostatniej kolejce doznała drugą porażkę w Rzeszowie i wciąż pozostaje w lidze z tylko jednym zwycięstwem na swoim koncie.

Zwycięstwo odniosła druga nasza drużyna, walcząca o mistrzostwo Podkarpacia w tej kategorii wiekowej, Stal Stalowa Wola. Zespół trenera Roberta Grzyba pokonał w swojej hali Dzikie Baskety Mieć i zanotował pierwszą wygraną w sezonie.

W tabeli na pierwszym miejscu MOSiR Krosno, ale tylko dlatego, że ma rozegranych więcej meczów niż drużyna z Przemyśla, która nie przegrała jeszcze ani jednego spotkania.

Stal świetnie sobie radzi w rozgrywkach ligi kadetów. Podopieczni trenera Rafała Partyki pewnie pokonali Sokola Łańcut w zaległym spotkaniu 3. kolejki i zajmują obecnie drugie miejsce w tabeli, tracąc do Hensfortu Przemyśl jeden punkt, ale tylko dlatego, że rozegrali jeden mecz mniej.

W lidze juniorów po raz drugi wyższość drużyny AZS Politechniki Rzeszowskiej MOS musieli uznać koszykarze Kuźni. W ostatnim spotkaniu

„akademicy” pokonali u siebie „kowali” 73:56. Pierwszy mecz, rozegrany w Stalowej Woli w hali przy ul. Wojska Polskiego, zakończył się wygraną rzeszowian 65:51.

Kuźnia triumfowała za to w meczu juniorów starszych w lidze podkarpacko-lubelskiej. Nasz zespół pokonał w domu Hooplifę Lublin. Team trenera Prawicy bardzo dobrze zagrał w pierwszych dwóch kwartach, po których prowadził ponaddwudziestopunktową różnicą 47:26. Po przerwie mecz wyrównał się, ale podopieczni trenera Romana Prawicy cały czas posiadali kontrolę nad tym, co dzieje się na boisku i zanotowali trzecie zwycięstwo.

U-13

BASKET 15 PRZEMYŚL – CSM KUZNIA 88:32 (23:4, 26:6, 22:8, 17:14)

KUZNIA: Proń 14, Turek 6, Pawlusiak 4, Karwas 4, Sitarz 2, Wyka 2, Rogala, Drzewi, Allegapen, Otto.

Dla **Basketu 15** najwięcej: Kuszczak 27, Mak 20, Szumilewicz 19.

AZS POLITECHNIKA RZESZOWSKA – KUZNIA 92:19 (32:4, 24:3, 17:6, 19:6)

KUZNIA: Turek 14, Drzewi 4, Allegapen 1, Pawlusiak, Rogala, Moskał, Wyka, Boror, Karwas, Otto.

Najwięcej dla AZS: Rajchert 31, Mager 11, Kubiak 9, Kolano 8.

STAL – BASKET DZIKI MIELEC 80:44 (14:9, 26:8, 21:13, 19:14)

STAL: Zajac 17, Mucha 14, Frankiewicz 12, Kędra 11, Malecki 8, Wołoszyn 8, Zakrzewski 2, Błyskał 2, Janusz 2, Dudzic 2, Rakoczy 2, Bednarz

Dla **Basketu** najwięcej: Basztura 25, Pezda 4, Soboń 4.

U-15

STAL – RAWLPLUG SOKÓŁ ŁAŃCUT 87:44 (18:12, 30:12, 21:6, 18:14)

STAL: Marcin Paterek 20, Baran 19, Maciej Paterek 15, Krzek 12, Kędra 10, Czajka 7, Dacia 2, Różański 2, Giemza, Kawalec, Bożek. Dla **Sokoła** najwięcej: Jaźwa 22, Firlit 8, Nycz 6.

U-17

AZS POLITECHNIKA RZESZOWSKA MOS – CSM KUZNIA 73:65 (15:19, 20:12, 22:16, 16:18)

KUZNIA: Strojewski 22 (5x3), Łopatka 15, Ryś 12 (3x3), Ziarno 7, Gósz 6, Beck 2, Szafranek 1, Bar, Glowacki, Matejkowski. Dla **AZS** najwięcej: Leś 20 (1x3), Janczura 18 (3x3).

U-19

CSM KUZNIA – HOOLIFE LUBLIN 77:59 (27:9, 21:17, 18:20, 11:13)

KUZNIA: Ziolkowski 17, Barnus 13 (1x3), Magdziak 8, Barciński 7, Godawski 7, Kopyto 6 (2x3), Bulec 3 (1x3), Łopatka 3 (1x3), Turosz 2, Serwacki 2, Bednarz. Dla **Hooplifę** najwięcej: Twardowski 18 (4x3), Snitko 8 (2x3).

Michał Wołoszyn katem naszej drużyny



III liga zwycięstwo bardzo dobrze dysponowani tego dnia, najbardziej doświadczeni i najwyżsi zawodnicy na parkiecie, wychowanek „Stalówki”, Michał Wołoszyn i były zawodnik tarnobrzkiej Siarki, Andrzej Peciak.

– Michał grał na 80-procentowej skuteczności rzutowej – mówi trener Pamula, który dziesięć lat temu pracował ze skrzydłowym Elektretu w ekstraklasie. – Był nie do zatrzymania. Robił co chciał pod koszem, a jak nie, to częstował nas z obwodu „trójkami”.

Stal przystąpiła do tego meczu bez dwóch wysokich graczy, zawodników Kuźni, Miłosza Ziolkowskiego i Kamila Barnusia, więc z góry skazana była na pożarcie w grze pod obydwojma tablicami. Peciak z Wołoszynem mogli na stojąco zbierać piłki i ponawiać akcje.

Mimo ogromnej przewagi centymetrowo-kilogramowej, Stal przez dwie pierwsze kwarty była równorzędnym rywalem. Po dwudziestu minutach nasza drużyna przegrywała zaledwie dwoma punktami (41:43).

Od połowy trzeciej kwarty gospodarze zaczęli w większym stopniu wykorzystywać swój potencjał fizyczny. Po in-

dywidualnej akcji Zajaca, odskoczyli Stali na 10 punktów (62:52), a po pół godzinie gry było 67:59.

W połowie ostatniej „kwartki” Stal straciła Aleksandra Jadasia, a więc swojego najwyższego gracza i przewaga miejscowych pod koszami stała się jeszcze większa.

Następnym przeciwnikiem naszego zespołu będzie Unia. Spotkanie zostanie rozegrane w Tarnowie.

ELEKTRET – STAL 99:84 (18:19, 25:22, 24:18, 32:25)

ELEKTRET: Wołoszyn 36, Peciak 22, Zajac 14, Twaróg 8, Patryk Kwadrans 8, Kindlik 4, Piotr Kwadrans 4, Olczyk 2, Hasior 1, Prędko, Pachowicz.

STAL: Tabor 21, Łabuda 18, Jadaś 17, Buczek 15, Godawski 7, Pietras 3, Tarczyński 3, Wyka 2, Chamera.

W pozostałych meczach 11. kolejki: Jura Basket – AZS Politechnika Rzeszowska 115:79, Skawa – Wikar 66:63, Unia – Cracovia 86:73, MKS Gorlice – AGH Korona 84:90, pauzował Regis.

1. Elektret	10	19	9	1	954-775
2. AGH Korona	10	19	9	1	970-842
3. Unia	10	18	8	2	846-725
4. STAL	10	17	7	3	754-692
5. Skawa	10	16	6	4	779-697
6. Jura Basket	10	15	5	5	797-753
7. Wikar	10	14	4	6	744-765
8. Regis	10	13	3	7	732-804
9. Cracovia	10	12	2	8	660-806
10. AZS Politech.	10	11	1	9	656-810
11. MKS Gorlice	10	11	1	9	638-861



Prezydent Stalowej Woli
Lucjusz Nadberezny



Starostwo Powiatowe i Rada
Powiatu Stalowowolskiego



Huta
Stalowa
Wola SA



Marszałek Województwa
Podkarpackiego
Władysław Ortyl



Posel na Sejm RP
Wiceminister Infrastruktury
Rafał Weber

49. Plebiscyt „Sztafety” na Najpopularniejszego Sportowca Stalowej Woli

Bez reprezentantów dyscyplin zespołowych

Powoli zbliżamy się do zakończenia plebiscytu. Przypominamy, że ostatni kupon wydrukujemy w ostatnim styczniowym numerze „Sztafety”, natomiast 1 lutego będzie ostatnim dniem, w którym będziemy przyjmować Państwa głosy.

W tym tygodniu do publikacji wylosowaliśmy kupon pana Krzysztofa z Niska. W „złotej dziesiątce” głównej kategorii, czyli Najpopularniejszy Sportowiec Stalowej Woli w roku 2020, nie ma u niego ani jednego przedstawiciela gier zespołowych! Pierwsze miejsce na kuponie zajmuje wicemistrzyni Europy i wicemistrzyni Polski w bikini fitness, Katarzyna Oleśkiewicz-Szuba. Drugie, Weronika Filip – akrobatka sportowa Piramidy Rzeszów, wicemistrzyni Polski juniorów w dwójce mieszanej wspólnie z Konradem Bilykiem, a „podium” uzupełnił kolarz Voster ATS, Patryk Stosz, najlepszy „góral” ubiegłorocznego Tour de Pologne.

Kolejne miejsca: 4. Małgorzata Cetnarska z Victorii, srebrna medalistka młodzieżowych mistrzostw Polski w chodzie, 5. Judyta Zwolińska – także Victoria – wicemistrzyni Polski juniorek do lat 20 w biegu na 200 i czwarta w biegu na 100 m, 6. Paweł Franczak (Voster ATS) – brązowy medalista szosowych mistrzostw Polski, 7. Arsen Naslyan (Kaito) – medalista mistrzostw Polski juniorów w brazylijskim jiu-jitsu, 8. Roksana Lechoszcz (Stal Boxing Team) – brązowa medalistka mistrzostw Polski juniorek w bok-

sie, 9. Patryk Tylus (Victoria) – brązowy medalista mistrzostw Polski do lat 18 w rzucie oszczepem, 10. Alan Witas (Sparta) – piąty zawodnik mistrzostw Polski do lat 18 w rzucie młotem.

Talentem Roku 2020, wybrał pan Krzysztof, Michała Sołowiewa (Kaito, brazylijskie jiu-jitsu), a Trenerem Roku 2020, Pawła Kunysza – także Kaito. Założyciel stalowowolskiego klubu sztuk walki otwiera także ostatnią plebiscytową kategorię: Najlepszy Master 2020. Na drugiej pozycji jest Małgorzata Siembida, a na trzeciej Bogdan Dziuba – obydwójce ze Stalowowolskiego Klubu Biegacza.

Kupony należy składać w siedzibie redakcji w budynku dyrekcji PKS w Stalowej Woli przy ul. Ofiar Katynia 30 (parter) lub wysłać pocztą na adres redakcji: Wydawnictwo „Sztafeta” Sp. z o.o., ul. Ofiar Katynia 30, 37-450 Stalowa Wola (o ważności kupony decyduje data stempla pocztowego). **Uwaga!!!** Kupony są ważne tylko przez 5 kolejnych dni i gdy są wypełnione w całości, czyli należy wskazać 10 Najpopularniejszych Sportowców, 3 Mastersów i po 1 Talencie i Trenerze. Plebiscyt trwać będzie do 1 lutego (poniedziałek) 2021 r. To będzie ostatni dzień, w którym będziemy przyjmować kupony.

49. PLEBISCYT

na Najpopularniejszego
Sportowca Stalowej Woli
w roku 2020

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Najlepszy Master 2020:

1.
2.
3.

Talent Roku 2020:

Trener Roku 2020:

Imię i nazwisko

Adres

Wiek

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych dla celów związanych z organizacją plebiscytu.

Podpis

Kupon ważny do 18 stycznia 2021 r.

NASI KANDYDACI

Najpopularniejszy Sportowiec Roku 2020

Kamil Barnuś (koszykówka, CSM Kuźnia), **Jacek Buczek** (koszykówka, Stal), **Małgorzata Cetnarska** (lekkoatletyka Victoria), **Wojciech Drzymała** (modelarstwo samolotowe, Aeroklub Stalowowolski), **Krzysztof Faraś** (wyścigi samochodowe), **Weronika Filip** (akrobatyka sportowa, Piramida Rzeszów), **Paweł Franczak** (kolarstwo, Voster ATS), **Roksana Lechoszcz** (boks, Stal Boxing Team), **Piotr Mroziński** (piłka nożna, Stal), **Arsen Naslyan** (BBJ, Kaito), **Katarzyna Oleśkiewicz-Szuba** (bikini-fitness, Michale Warszawa), **Radosław Proc** (piłka nożna, San), **Patryk Stosz** (kolarstwo, Voster ATS), **Filip Szifer** (piłka nożna, Stal), **Kacper Śpiwak** (piłka nożna, Stal), **Damian Tabor** (koszykówka, Stal), **Patryk Tylus** (lekkoatletyka, Victoria), **Alan Witas** (lekkoatletyka, Sparta), **Judyta Zwolińska** (lekkoatletyka, Victoria), **Miłosz Ziółkowski** (koszykówka, CSM Kuźnia).

Najlepszy Master 2020

Bogdan Dziuba (biegi, SKB), **Jerzy Gancarczyk** (siatkówka, BHP Mazur/Stella), **Jacek Garbaci** (triathlon, SKB), **Ireneusz Kowalski** (koszykówka, Met-Bud), **Paweł Kunysz** (Brazylijskie Jiu-Jitsu, Kaito), **Jacek Lipiarz** (siatkówka, Konzbud), **Mirosław Małek** (koszykówka, Met-Bud), **Wiktor Olejarsz** (koszykówka, Met-Bud), **Krzysztof Parma** (kolarz, Voster ATS), **Paweł Rogala** (koszykówka, Met-Bud), **Janusz Rutkowski** (siatkówka, WP-Transfer), **Małgorzata Siembida** (biegi, SKB), **Adam Szymański** (biegi, SKB), **Marek Ślepecki** (koszykówka, Met-Bud), **Grzegorz Tokarski** (siatkówka, Konzbud).

Talent Roku 2020

Kacper Błaszczyk (boks, Ring Sikorski), **Szymon Chamot** (lekkoatletyka, Sparta), **Natalia Cygan** (lekkoatletyka, Victoria), **Barbara Dziura** (siatkówka, Vega MOSiR), **Oliwia Gut** (lekkoatletyka, Victoria), **Gabriela Iżewska** (pływanie, Motyl MOSiR), **Adrianna Kramek** (tenis stołowy, Gim-Tim 5), **Jakub Krasowski** (lek-

koatletyka, Sparta), **Kacper Mierzwa** (piłka nożna, Stal), **Dawid Mordka/Iga Bober** (tańce standardowe i latynoamerykańskie, Just Dance), **Aleksandra Parityka** (siatkówka, Vega MOSiR), **Wiktor Pioterczak** (piłka nożna, Stal), **Michał Sołowiej** (Brazylijskie Jiu-Jitsu, Kaito), **Tobiasz Zarzeczny** (boks, Stal Boxing Team), **Wojciech Ziarno** (koszykówka, CSM Kuźnia).

Trener Roku 2020

Stanisław Anioł (lekkoatletyka, Stal), **Mirosław Barszcz** (lekkoatletyka, Stal), **Michał Czubał** (piłka nożna, Stal), **Paweł Drapała** (lekkoatletyka, Sparta), **Wojciech Drzymała** (modelarstwo samolotowe, Aeroklub Stalowowolski), **Jadwiga Jankiewicz** (tenis stołowy, Gim-Tim 5), **Artur Karlik** (koszykówka, Stal), **Paweł Kosior** (piłka nożna, San), **Paweł Kunysz** (BBJ, Kaito), **Jacek Łyp** (lekkoatletyka, Stal), **Bogdan Pamula** (koszykówka, Stal), **Roman Prawica** (koszykówka, CSM Kuźnia), **Andrzej Siwek** (lekkoatletyka, Sparta), **Rafał Toporowski** (boks, Stal Stalowa Wola Boxing Team), **Jaromir Wiepręć** (piłka nożna, Stal).

Inauguracja sezonu w Mielcu



Podkarpacki Związek Lekkiej Atletyki przedstawił kalendarz imprez w pierwszym kwartale 2021 roku. 23 stycznia odbędą się w Mielcu halowe mistrzostwa Podkarpacia juniorów do lat 20 (będą mogli w nich brać udział tylko zawodnicy z roczników 2002-2005), a 30 stycznia – także w Mielcu – mistrzostwa Podkarpacia juniorów młodszych do lat 18 połączone z mityngiem POZLA (U-20).

20 lutego najlepsi juniorzy i juniorzy młodzi klubów województwa podkarpackiego wystartują w Halowych Mistrzostwach Polski U-20 i U-18 w Toruniu. Tydzień później o prymat na Rzeszowszczyźnie walczyć będą w halowych mistrzostwach Podkarpacia młodzicy (roczniki 2006/07). W tym samym dniu rozpoczną się Halowe Mistrzostwa Polski seniorów (Arena Toruń).

13 marca w wojewódzkim czempionacie zmierzą się Dzieci Starsze (roczniki 2008 i młodszy). Gospodarzem mistrzostw będzie ponownie Mielec. Ostatnią imprezą lekkoatletyczną na Podkarpaciu będą mistrzostwa województw w biegach Przelajowych połączone z I Grand Prix w biegach Przelajowych w Kolbuszowej.

Trzecia Skrzatka Polski

Oliwia Sybicka z MKT Stalowa Wola zajmuje początkiem nowego roku 2021 w rankingu Polskiego Związku Tenisa trzecie miejsce w kategorii Skrzatek (roczniki 2008 i młodsze).

Podopieczna trenera Włodzimierza Pikulskiego zgromadziła w ubiegłym roku 603 pkt. Wyprzedzają ją tylko dwie zawodniczki starsze od niej o jeden rok: Oliwia Kuszel z Towarzystwa Tenisa w Toruniu – 610 pkt i Emilia Michta z KT Błonia Kraków – 604 pkt. W pierwszej dziesiątce, oprócz Oliwii Sybickiej, jest jeszcze tylko jedna zawodniczka z rocznika 2009 – Barbara Kostecka z Winner Kraków.

Wśród zawodniczek z rocznika 2009, Oliwia Sybicka zajmuje aktualnie pierwsze miejsce w rankingu PZT



FOT. MARIUSZ BIEL

Trójka „stalówek” w kadrze Podkarpacia



kadetek

Pod koniec ubiegłego roku w Leżajsku odbyła się konsultacja szkoleniowa kadry województwa podkarpackiego w koszykówce dziewcząt z rocznika 2008 i młodszych. W zgrupowaniu uczestniczyły trzy zawodniczki Stali Stalowa Wola: Agnieszka Tabor, Weronika Urban i Maja Małek.

Trenerami kadry wojewódzkiej, składającej się z 26 zawodniczek z podkarpackich klubów są: Artur Karlik ze Stali i Mirosław Gosztyła z MLKS-u Rzeszów.

Kiedy dwunastolatki ze Stali przebywały z kadrą, ich starsze koleżanki z drużyny kadetek, przygotowywały się do ostatniego w rundzie zasadniczej występu w lidze, w swojej hali przeciwko MLKS-owi MOS Rzeszów. Obydwie drużyny mają taką samą liczbę punktów, a to oznacza, że zwycięzca tego spotkania zajmie pierwsze miejsce. W pierwszym meczu górą były rzeszowianki, które wygrały 55:44.



FOT. MARIUSZ BIEL

Stoją od lewej: Agnieszka Tabor, Weronika Urban i Maja Małek oraz trener Artur Karlik

SZTAFETA

e-mail: sztafeta.stalowawola@gmail.com

37-450 Stalowa Wola
ul. Ofiar Katynia 30

www.sztafeta.pl

www.facebook.com/tygodniksztafeta



WYDAWCA: Wydawnictwo SZTAFETA Sp. z o.o.

SEKRETARIAT:

Agata Wysocka (asystent zarządu)
tel./fax 15 810 94 00, sztafeta.wysocka@gmail.com

PREZES ZARZĄDU – DYREKTOR:

Lilla Witkowska
tel. 15 810 94 00, sztafeta.witkowska@gmail.com

Współpraca wydawnicza: Dionizy Garbacz, dionizygarbacz@wp.pl

BIURO REKLAMY I OGŁOSZEŃ:

tel. 15 810 94 01
sztafeta.ogloszenia@gmail.com; sztafeta.reklama@gmail.com
Anna Dryka, tel. 513-013-198
Elżbieta Domańska-Holody, tel. 530-530-577

REDAKTOR NACZELNY TYGODNIKA SZTAFETA:

Konrad Sinica, tel. 796-806-816, sztafeta.sinica@gmail.com
Z-ca red. nac. Agnieszka Kopacz, tel. 509-387-009; sztafeta.kopacz@gmail.com

ZESPÓŁ REDAKCYJNY – 15 810 94 00:

Mariusz Biel (sekretarz red. sportowej) tel. 509-387-011, mariuszbiel@gmail.com
Stanisław Chudy, tel. 509-387-013, chudy.sztafeta@gmail.com
Karolina Gryń-Kusińska, tel. 509-513-016; sztafeta.gryn@gmail.com
Aleksandra Soból, tel. 509-387-005, sztafeta.sobol@gmail.com
Kamila Brzezińska, tel. 510-462-288

SKŁAD I ŁAMANE:

Anna Jakobsche-Wiącek (kierownik pracowni komputerowej – główny grafik),
Gabriela Wiącek – grafik;

Korekta: Stanisław Chudy

PORTAL www.sztafeta.pl: Karolina Gryń-Kusińska, tel. 509-513-016

sztafeta.gryn@gmail.com

DRUK: Polska Press Sp. z o.o. Oddział Poligrafia, Drukarnia w Sosnowcu

REDAKCJA W NISKU: tel./fax 15 810 94 00, sztafeta.kopacz@gmail.com

REDAKCJA W TARNOBRZEGU: 39-400 Tarnobrzeg, ul. Sandomierska 2
tel./fax 15 810 94 00, sztafeta.stalowawola@gmail.com

REDAKCJA W LEŻAJSKU: sztafeta.stalowawola@gmail.com

Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo opracowywania tekstów i zmiany tytułów. Rozpowszechnianie redakcyjnych materiałów publicystycznych bez zgody wydawcy jest zabronione. Poglądy prezentowane w publikowanych materiałach nie zawsze są zgodne z poglądami redakcji. Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń. Prenumeratę „Sztafety” przyjmują wszystkie oddziały RUCH. Nakład: 6000 egz.

HOROSKOP TYGODNIOWY



Baran (21.03-20.04)

Otrzymasz dobre wiadomości a dwuznaczna sytuacja wyjaśni się, a nawet obróci się na Twoją korzyść. We wszystkim pomogą Ci przyjaciele, a ich dobre rady zachęcą Cię do działania. Szykuje się udana impreza i nowe, sympatyczne znajomości.



Byk (21.04-20.05)

Zadbaj o swoje zawodowe sprawy, bo w tym tygodniu pieniądze same do Ciebie nie przyjdą. Zrób rachunki, pilnuj umów i przelewów. W pracy słuchaj szefa i rób, co Ci każe, bo buntowanie się nic Ci teraz nie przyniesie. Sprzyjający czas dla studentów, osiągniecie dobre wyniki na sprawdzianach.



Bliźnięta (21.05-21.06)

Będziesz się cieszyć życiem, nie odmawiaj sobie rozrywek i zabawy. W tym tygodniu masz szansę uwolnić się od pewnych złych przyzwyczajeń i nałogów. Okazuj silną wolę. Dasz radę spłacić stary dług, ale nie popadaj od razu w nowe zobowiązania.



Rak (22.06-22.07)

Nie reaguj nerwowo i zasięgaj porady ludzi, którzy są dla Ciebie autorytetem. Pamiętaj też o odpoczynku. Trochę rozrywki i beztroskiej zabawy dobrze Ci zrobi. Nie podejmuj decyzji pod wpływem zasłyszanych plotek. Dąż do wyjaśnienia prawdy, a unikniesz towarzyskich nieporozumień.



Lew (23.07-22.08)

Spodziewaj się dobrych wiadomości od osoby, którą znałeś w dzieciństwie. Powrócą stare, dobre wspomnienia lub zapragniesz wybrać się w podróż do miejsc, które znasz z dzieciństwa. W miłości będziesz pewny siebie i odważny. Samotni nawiążą znajomość z intrygującą osobą.



Panna (23.08-22.09)

Poczujesz, że sprawy zmierzają we właściwym kierunku, a Twoje obawy były przesadzone. W miłości karta wróży szczęśliwe chwile we dwoje. Samotni mają szansę na zawarcie znajomości, która rozwinie się w pełen uczuć związek. Zacznesz spełniać swoje marzenia.



Waga (23.09-22.10)

W tym tygodniu efekty Twojej pracy będą warte wyrzeczeń. Ktoś zaproponuje Ci udział w ważnym projekcie. Ta propozycja wymagać będzie od Ciebie dodatkowej nauki. Twoje sukcesy wzbudzą obawy u ludzi, którzy Ci zazdroszczą. Nie pozwól im działać i odważnie broń swoich spraw.



Skorpion (23.10-21.11)

Twoje opinie i decyzje będą jasne, sprawiedliwe i konkretne. To dobry tydzień, aby rozpocząć coś trwałego, dokonać ważnego zakupu lub podjąć decyzję dotyczącą kierunku Twojej nauki lub kariery. Uda Ci się coś zmienić i mieć więcej wolnych chwil na zabawę i odpoczynek.



Strzelec (22.11-21.12)

To dobry czas, aby rozmawiać o podwyżce lub ubiegać się o lepsze stanowisko. Spotkasz się z życzliwością i sympatią ze strony osób na wyższych stanowiskach. Czekają Cię udane zakupy oraz dobra zabawa w gronie zaufanych przyjaciół.



Koziorożec (22.12-19.01)

To sprzyjający moment, aby cieszyć się życiem i jego darami. Wykorzystaj zaproszenia, poznawaj nowych ludzi. W pracy będzie mniej trudnych spraw, a więcej okazji do wymiany doświadczeń. Konflikty i spory wyjaśnią się na Twoją korzyść.



Wodnik (20.01-18.02)

Zapowiadają się radosne, szczęśliwe wydarzenia. Otrzymasz dobrą wiadomość lub zaproszenie na miłą uroczystość. Weź w niej udział i nie stroń od towarzysztwa. Możesz nawiązać sympatyczne znajomości, zdobyć nowe umiejętności lub uczestniczyć w wesołej podróży.



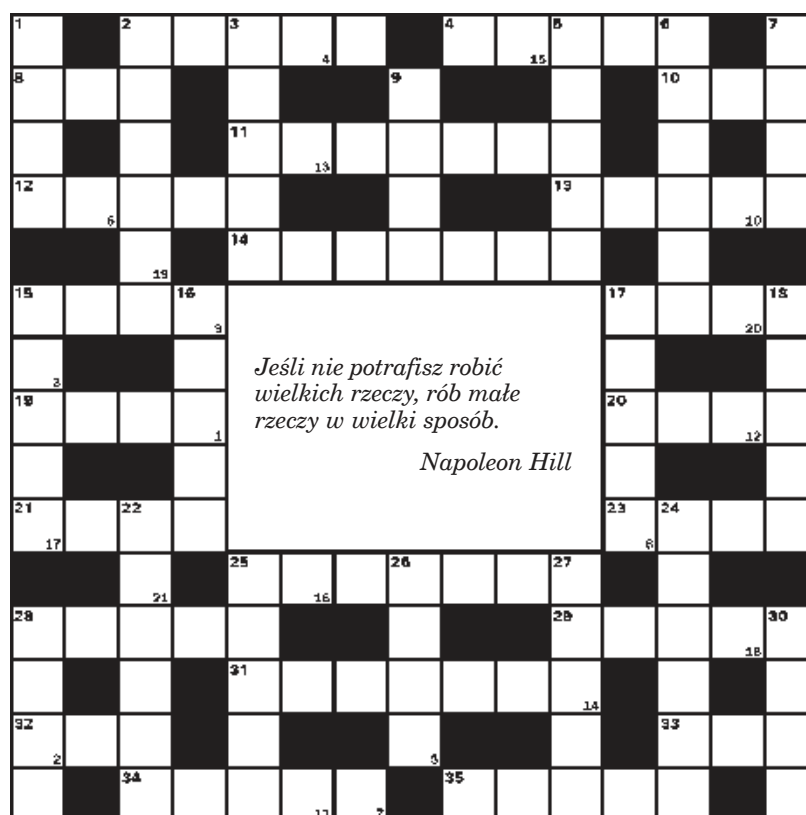
Ryby (19.02-20.03)

Powinieneś zadbaj o swoje sprawy finansowe. Nie ulegaj zachciankom i nie ufaj osobom, które proponują Ci szybki, ale podejrzany interes. W miłości czekają Cię szczęśliwe dni. Spędź więcej czasu z ukochaną osobą, zadbaj o wspólne rozrywki.

RYŚNIKI: GRZEGORZ PEPAŚ

Z powodu sytuacji epidemicznej,
do odwołania zawieszamy
przyznawanie nagród
za rozwiązanie krzyżówek

Krzyżówka rodzinna



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 21 utworzą hasło.

Poziomo: 2 – marka elektronarzędzi, 4 – żywi się pędami eukaliptusa, 8 – angielska jednostka powierzchni, 10 – polski zespół rockowy, 11 – niezdrowy na dachu, 12 – dawna srebrna moneta, 13 – imię Orzeszkowej, 14 – gimnastyka przy muzyce, 15 – prawy prosty na ringu, 17 – przesada w zachowaniu, 19 – dawna nazwa jamnika, 20 – cieszy handlowca, 21 – postawiona np. na Warcie, 23 – John, angielski pisarz, autor powieści „Rywal”, 25 – silny napar z liści herbacianych, 28 – purpurowoliliowy kwiat w zbożu, 29 – potocznie rupiecarnia, 31 – wyreżyserował „Noce i dnie” w 1975 roku, 32 – dalszy plan obrazu, 33 – stopień w judo, 34 – deser na mleku, 35 – kiosk z lodami.

Pionowo: 1 – celtyski pieśniarz wędrowny, 2 – filmowy ojciec chrzestny, 3 – niebieska na niebie, 5 – strugał wiatraki w noweli Prusa, 6 – japońska sztuka samoobrony, 7 – z łasiczką na obrazie, 9 – okręt płynący po złote runo, 15 – przytoczenie fragmentu jakiegoś tekstu, 16 – jest nią limba, 17 – pismo z powództwem, 18 – sznur do chwytania zwierząt, 22 – zarazek dawniej, 24 – hiszpańska flota wojenna, 25 – największa z antylop, 26 – Kazimierz, arcybiskup, metropolita warszawski od 2007, poprzednio ordynariusz koszalińsko-kołobrzeski, 27 – burmistrz w Ameryce Łacińskiej, 28 – puszysty ogon, 30 – logiczność wypowiedzi.

Podchodzi facet do stoiska z warzywami i pyta sprzedawczynię:

– Czy te warzywa są modyfikowane genetycznie?

Sprzedawczyni mówi:

– A właściwie to dlaczego pan się pyta?

A marchewka:

– No właśnie, dlaczego?

* * *

– Kochanie jest, w lodówce był serniczek. Gdzie jest?

– Zjadłem jeden kawałeczek.

– Ok. A gdzie reszta?

– Nie kroilem...

* * *

Sądzony jest gość podejrzany o morderstwo. Są poszlaki, ale nie ma trupa. Adwokat rozpoczyna przemowę:

– Szanowni przysięgli! Mam dla was niespodziankę – w ciągu jednej minuty drzwi do tej sali przekroczy człowiek, którego uważa się za zamordowanego przez mojego klienta.

I popatrzył na drzwi. Przysięgli, zdziwieni, także się wpatrywali.



Minęła minuta i druga, ale nic się nie stało. W końcu adwokat mówi:

– Istotnie, nie byłem szczery. Ale patrzyliście z oczekiwaniem na drzwi.

To oznacza, że macie wątpliwości co do winy mojego klienta.

Dlatego wnioskuję o rozstrzygnięcie tych wątpliwości na jego korzyść, czyli o uniewinnienie.

Przysięgli udali się na naradę. Po jakimś czasie wracają i ogłaszają werdykt – winny!

Zaskoczony adwokat pyta:

– Ale dlaczego? Przecież wszyscy widzieliśmy, jak wpatrywaliście się w drzwi!

Przewodniczący rady odpowiedział:

– Myśmy się wpatrywali, ale pański klient nie.

* * *

Zjadł wilk babcię, przebrał się w jej odzież, położył się do jej łóżka i zaczął czekać na Czerwonego Kapurka.

Niestety nie zdawał sobie sprawy z tego, że z dziadka jest jeszcze taki kogut...



RYŚ: JADELUSZ KROCIOS

Fraszki

Marian Karaś

Dla świętego spokoju

Żeby wszyscy byli kwita
– Niech zaszczepi się „Elita”

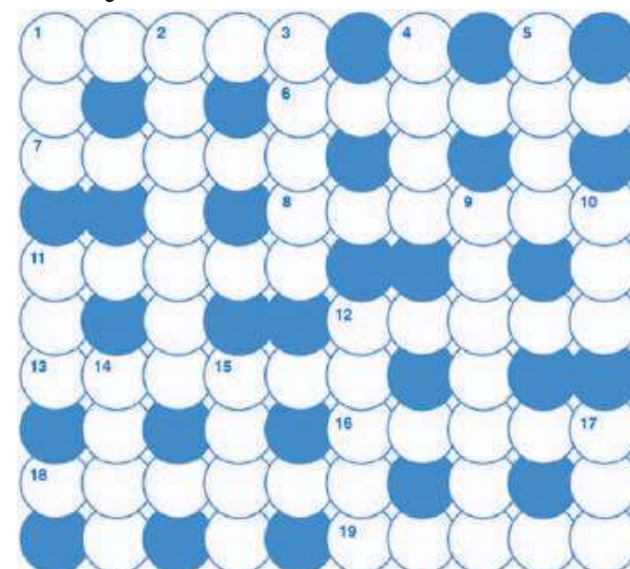
Zabiorę

Ten wieniec ze sobą do grobu
Na nim solidarność idei
Zarta przez solidarność żłobu

Mój konserwatyzm

Jestem z wyboru konserwatystą
Uwielbiam Polskę i polską „czystą”

Krzyżówka dla Ciebie



W rozwiązaniu należy podać, ile razy w krzyżówce występują litery R, Ł, O.

Poziomo: 1 – rosyjskie imię męskie, 6 – kładziony, wywierany, 7 – śniedź na miedzi, 8 – list bez podpisu, 11 – hrabia lub doktor, 12 – uschnięta łodyga, 13 – kolczaste drzewo, 16 – umówili się pod nim Filon i Laura, 18 – grecki bóg-artysta, 19 – imię Amundsena.

Pionowo: 1 – płyniew Polsce i na Ukrainie, 2 – wybuchowy nawóz, 3 – becza na wino, 4 – nimfa zakochana w Narcyzie, 5 – miasto w Piemontie, 9 – korzysta z usług poczty, 10 – owad, smakosz tkanin, 11 – zespół z Piekarczykiem, 12 – Michał aktor i piosenkarz, 14 – ozdobna narzuta na łóżko, 15 – film z Jennifer Lopez, 17 – odkryty przez Curie.

Przesyłając rozwiązania krzyżówek oraz uczestnicząc w innych konkursach organizowanych przez Wydawnictwo Sztafeta, wyrażasz zgodę na przetwarzanie danych osobowych przez Wydawnictwo Sztafeta, w przypadku wygranej na ich publikację na łamach tygodnika „Sztafeta”, zgodnie z obowiązującym od 25 maja 2018 roku Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (RODO). Administratorem danych jest Wydawnictwo Sztafeta. Kontakt: sztafeta.stalowawola@gmail.com. Zapoznaj się z polityką prywatności na www.sztafeta.pl.