



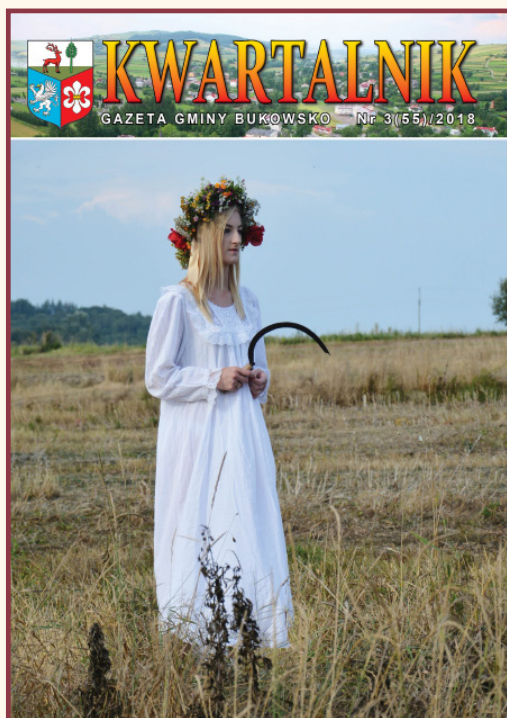
KWARTALNIK

GAZETA GMINY BUKOWSKO Nr 3(55)/2018



Spis treści

Strażacki jubileusz w Woli Sękowej.....	3
Święto Chleba '2018.....	3
Dzieje OSP w Woli Sękowej (1928-2018)...	4
XV Gminne Zawody Jednostek OSP.....	5
Piknik pod chmurką.....	6
Złote Gody.....	6
Niecodzienna lekcja historii.....	7
Twórcza Wola.....	7
Awans zawodowy nauczyciela.....	8
Niepodległościowy Rajd Pieszy.....	8
Najlepsza szkoła pod słońcem.....	8
Odkrywając własną ścieżkę.....	9
Nowe władze.....	10
Rady Ojca Jana.....	10, 11
Szczypta ważnej serologii.....	11
Wiejski muzykant c.d.....	12, 13
Wierszem pisane.....	13
Z poradnika zielarki.....	14
Nasz Patron.....	15
Kapliczki i krzyże.....	15
Wieści z Regionu.....	16
Gmina w obiektywie.....	17
Dobre rady.....	18
Dopalacze.....	19
Z podwórka.....	19
Obwieszczenia wyborcze.....	20, 21, 22
Aforyzmy i myśli T. Kotarbińskiego.....	23
Krzyżówka Nr 55.....	23



*fot. arch. Stow. Ochrony Dziedzictwa
Żydów Ziemi Dukielskiej*

Od redakcji

Drodzy Czytelnicy! Niniejszy numer Kwartalnika jest pierwszym pod moim kierownictwem. Jest to również pierwsze wydawnictwo tego typu w mojej karierze zawodowej dlatego proszę o wyrozumiałość w tworzeniu tej gazety. Ponieważ początki bywają trudne, stąd opóźnienie w wydaniu kolejnego numeru. W niniejszym numerze znalazły się relacje z uroczystości wręczenia medali parom małżeńskim świętującym Złote Gody, z imprez strażackich a były to Gminne Zawody jednostek OSP i jubileusz 90. lecia OSP w Woli Sękowej oraz relacja ze Święta Chleba w Bukowsku. Oczywiście nie zabrakło wieści z życia szkół, rajdów czy lekcji. Oprócz stałych elementów Kwartalnika pragniemy w tym numerze zaciekać Państwa zielarstwem. Pragniemy również przypomnieć o nadchodzących wyborach samorządowych i zachęcić do głosowania. W bieżącym roku przypada rocznica 100. lecia Odzyskania Niepodległości. Chcielibyśmy zachęcić również Państwa do aktywnego uczestnictwa w uroczystościach związanych z Niepodległą w naszej gminie. Już dziś pragniemy zaprosić na odsłonięcie tablicy pamiątkowej na skwerku naprzeciw kościoła parafialnego. Szczegóły obchodów związanych ze 100. leciem Odzyskania Niepodległości będą publikowane w Internecie na stronach Urzędu Gminy.

Paweł Królikowski

11 listopada 100-lecie Odzyskania Niepodległości

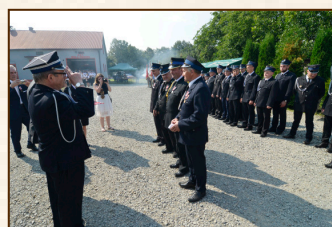


Strażacki jubileusz w Woli Sękowej

5 sierpnia 2018 roku w Woli Sękowej odbyły się uroczystości 90-lecia jednostki Ochotniczej Straży Pożarnej w Woli Sękowej. Obchody rozpoczęły się zbiórka pododdziałów przy remizie OSP, po czym odbyła się uroczysta msza św. w kościele w Woli Sękowej, którą odprawił ksiądz Roman Lorens. Strażakom towarzyszyła Orkiestra Dęta z Beska. O historii OSP w Woli Sękowej referat wygłosił druh Mieczysław Czapla. Przybyłych na uroczystości gości: Pana Piotra Uruskiego – Posła na Sejm RP, Dh. Janusza Koniecznego – Wiceprezesa ZG OSP RP w Warszawie i Prezesa Zarządu Oddziału Wojewódzkiego ZOSP RP w Rzeszowie, Dh. Jana Jaślara – Członka Zarządu Powiatowego Związku OSP RP w Sanoku, Pana Roberta Pieszczocho – Radnego Rady Powiatu Sanockiego i Dyrektora Podkarpackiego Ośrodka Doradztwa Rolniczego w Boguchwale, Dh. Młodszego Brygadiera Floriana Semenowicza – Zastępcę Komendanta Powiatowego PSP w Sanoku, Dh. Andrzeja Czapla – Prezesa Zarządu Gminnego ZOSP RP

w Bukowsku, Dh. Młodszego Brygadiera Roberta Wojciechowskiego – Naczelnika Wydziału w KP PSP w Sanoku, Dh. Starszego Brygadiera Krzysztofa Dżugana – komendanta PSP w stanie spoczynku, Panią Urszulę Rakoczy – Skarbnika Gminy Bukowsko, Radnych Gminy Bukowsko z jej przewodniczącym Panem Janem Hołomkiem oraz członków Rady Sołeckiej wsi Wola Sękowa z sołtysem Panem Marianem Sołtysem przywitał Wójt Gminy Bukowsko Piotr Błażejowski. Na placu obok remizy wręczono medale i odznaczenia. Złoty medal „Za Zasługi dla Pożarnictwa” otrzymało dwóch druhów, srebrny – pięciu, brązowy trzech. Odznakę „Strażak Wzorowy” wręczono trzem druhom i dwóm druhnom. Odznaki za wysługę lat przyznano dwudziestu dziewięciu strażakom, w tym ośmiu kobietom. Uroczystości zorganizowane zostały przez OSP w Woli Sękowej we współpracy z Radą Sołecką i Sołtysem wsi Marianem Sołtysem.

Paweł Królikowski



Święto Chleba '2018

19 sierpnia 2018 r. społeczność gminy Bukowsko kultywując jeden z najpiękniejszych staropolskich obyczajów świętowała uwieńczenie gospodarskiego trudu. „Święto Chleba w Gminie Bukowsko” to oczywiście święto plonów, czas radości z owoców ciężkiej pracy rolników, święto wsi i dla wsi. Sołectwa jak co roku podczas uroczystej mszy św. odprawionej przez ks. Romana Lorensa dziękowały Bogu za zebrane plody rolne. Korowód z chlebem poprowadziła kapela Bukowianie. Ona także przygrywała sołectwom przy składaniu chleba Wójtowi Gminy Piotrowi Błażejowskiemu. Na jego ręce oprócz sołectwa bukowskiego dary złożyły wsie Pobiedno, Nowotaniec, Wolica, Zboiska, Wola Sękowa, Nagórzany i Wola Piotrowa. Oczywiście nie zabrakło dzielenia się chlebem przez Wójta Gminy p. Piotra Błażejowskiego, p. Roberta Pieszczocho Radnego Rady Powiatu Sanockiego zarazem Dyrektora PODR w Boguchwale, który przygotował nagrody dla najlepszych rolników gminy Bukowsko w postaci wyjazdów studyjnych, Z-cę Wójta p. Leona Myrdaka, przewodniczącego Rady Gminy Bukowsko p. Jana Hołomka i sołtysa wsi Bukowsko Jerzego Rakoczego oraz okolicznościowych przemówień, prezentacji sołectw i kół gospodyń, skokozabaw i dmuchańców dla dzieci. Gwiazdą popołudnia był zespół pieśni i tańca „Dolina Dunajca” z Nowego Sącza a do zabawy przygrywał zespół Bongo z Sanoka. Imprezie towarzyszyły: prezentacja firmy GAZ-SYSTEM, WKU z Sanoka i harcerze.

Paweł Królikowski



Dzieje OSP w Woli Sękowej (1928 - 2018)



Ochotniczą Straż Pożarną w Woli Sękowej zorganizował przed II wojną światową w 1928 r. nauczyciel i kierownik szkoły podstawowej Fabian Kandfer, który został prezesem. Na komendanta wybrano Pawła Pitucha. Dzięki staraniom prezesa jednostka straży zakupiła sikawkę ręczną kiwakową, hełmy i pełne umundurowanie. Za remizę służyły chłopskie boiska i stodoły, później była to przybudówka przy starej szkole podstawowej, w której obecnie znajduje się Uniwersytet Ludowy. Nadmienić trzeba, że za sprzęt przeciwpożarowy do czasu zakupu nowoczesnych jak na owe czasy urządzeń służyły różne pojemniki z drewna, konewki czy wiadra podawane ręcznie systemem łańcuchowym. Była to potrzebna inicjatywa ponieważ w owych latach we wsi tylko 9 budynków było murowanych a większość domów była budowana z drewna, kryta słomą i bez kominów. Według przekazów dawnych mieszkańców, strażakami nazywano wszystkich w sile wieku zdolnych do niesienia pomocy innym w razie pożaru. Przed wojną jak i w czasie okupacji hitlerowskiej strażacy pełnili warty nocne z kolejno wyznaczonymi mieszkańcami wsi. W przypadku pożaru bito w gongi wykonane z różnych rur rozmieszczone we wiosce lub dzwoniło dzwonami. Straż miała dwie pary koni, które służyły straży do przewozu sikawki i strażaków w razie zaistnienia pożaru. Zwolnione były natomiast od innych prac tzw. szarwarków wiejskich, np. wożenie żwiru z rzeki na drogi. Straż brała udział w różnych zawodach i zdobywała wyróżnienia. Niestety całą dokumentację z tamtego okresu pochłonął pożar, który wybuchł w roku 1944, w czasie II wojny światowej. Walki podczas frontu trwały wówczas przez 6 tygodni. Cudem ocalałe kilkanaście domów zostały spalone przez oddziały UPA w 1946 roku. Z wioski liczącej ok 300 numerów pozostały dwa budynki, między innymi

budynek szkoły, istniejący do dzisiaj. Przedwojenna organizacja OSP w Woli Sękowej przestała istnieć. Rok 1946 roku z polecenia władz rządowych dokonano wysiedlenia ludności. Z Woli Sękowej wyjechało pod przymusem na wschód 950 osób, na tereny zachodniej Polski 139 osób. 18 rodzin pozostałych we wsi tymczasowo zamieszkały w sąsiedniej wiosce Odrzechowa. Po upływie kilku lat, rodziny te oraz inne z sąsiednich miejscowości powróciły na place popalonych domostw i zaczęły odbudowę. W 1958 r. sołtys wsi Tadeusz Czapla wraz z komendantem Powiatowej Straży Pożarnej w Sanoku Władysławem Florczykiem zorganizował pierwszą powojenną Straż Pożarną w Woli Sękowej. Wybrano zarząd i komendanta straży. W skład zarządu weszli: Władysław Bednarczyk, Tadeusz Czapla sekretarz, Kazimierz Czapla skarbnik, Mieczysław Rajchel prezes i Stanisław Lenio członek. Komendantem straży został wybrany Fryderyk Łuczyński. Drużyna OSP liczyła łącznie ok. 15 osób. W odbudowie straży uczestniczyli również dwóch przedwojennych honorowych strażaków Antoni Dąbrowiak i Michał Łuczyński. Cały sprzęt przeciwpożarowy umieszczono w jednym z pomieszczeń Domu Ludowego, gdzie również odbywały się zebrania wiejskie, wesela czy zabawy, biblioteka wiejska, zlewnia mleka, mała kuchnia dla Koła Gospodyń Wiejskich. Po kilku latach komendantem straży zostaje Kazimierz Kanonik. W 1965 roku Kółko Rolnicze w Woli Sękowej przekazało na wyposażenie strażakom samochód dostawczy Nysa. Dziesięć lat później mieszkańcy wsi podjęli się budowy remizy OSP. Dokończeniem prac kierował nowo wybrany sołtys Michał Dąbrowiak, który także jako członek zarządu OSP wniósł duży wkład w pozyskaniu wyposażenia technicznego dla jednostki. W 1984 roku Komenda Wojewódzka Związku Ochotniczych Straży Pożarnych w Krośnie, przekazała jednostce samochód marki Żuk. W 1994 roku komendantem OSP został wybrany Bolesław Kopacki, a prezesem Mieczysław Rajchel. W 2001 roku zakupiono samochód Star 244, który poddano karosacji w Kielcach. W powojennej historii Woli Sękowej miały miejsce trzy pożary w latach 1959, 1985 i w 1998 r., stąd też większość alarmów

i wyjazdów ma charakter ćwiczebny. W kolejnych latach działalności OSP w Woli Sękowej funkcje dowódcze a w zasadzie organizacyjne pełnili Marian Sołtys, Kamil Gajda a obecnie naczelnik Tomasz Sołtys. Funkcje prezesa pełnili Józef Szatkowski i Krzysztof Hanus. W ostatnich latach wyjeżdżali 4 razy w celu usuwania skutków powodzi, 5 razy organizowali Gminne Zawody Sportowo – Pożarnicze, a w 2011 r. jako jedyna na



terenie naszej gminy Jednostka OSP była organizatorem Powiatowych Zawodów Sportowo – Pożarniczych. Warto też wspomnieć, że strażacy brali udział w Międzynarodowym Turnieju Żołnierzy Rezerwy, obstawiali wyścigi kolarskie, wspomagali organizację uroczystości kościelnych w Zboiskach i w Woli Sękowej. Dziś jednostka OSP w Woli Sękowej jest dobrze zorganizowana i wyposażona, o czym świadczą wysokie miejsca zajmowane w różnego rodzaju zawodach strażackich przez drużyny juniorów i seniorów. Tę zaszczytną funkcję pełni już czwarte pokolenie mieszkańców Woli Sękowej, a w wielu przypadkach przynależność do OSP jest tradycją rodzinną. W skład jednostki wchodzi obecnie ok. 50 osób, w tym strażaków czynnych – 17, 9 kobiet oraz strażacy honorowi i seniorzy. W ostatnim dziesięcioleciu zmarło 10 strażaków. Niech to skromne opracowanie historii Ochotniczej Straży Pożarnej w Woli Sękowej będzie wspomnieniem dla starszych, przykładem twórczego życia społecznego dla młodszych, oraz inspiracją do prowadzenia kroniki wioski. Nad tymi, którzy już od nas odeszli chylimy czoła, bo oni dali nam podwaliny powstania i działania Ochotniczej Straży Pożarnej, a to co dzisiaj robimy także staje się historią. Zadbajmy o to, żebyśmy o historii wspominali z godnością, a z dumą mogli patrzeć w przyszłość.

Mieczysław Czapla

XV Gminne Zawody Jednostek OSP

28 lipca 2018 r. w Nagórzanach odbyły się XV Gminne Zawody Jednostek OSP. Do rywalizacji z terenu gminy Bukowsko przystąpiło 17 drużyn: 11 dorosłych (w tym 2 kobiece) oraz 6 Młodzieżowych Drużyn Pożarniczych. Zawody zostały rozegrane w dwóch konkurencjach sztafeta pożarnicza i ćwiczenie bojowe. Zwycięzcy będą reprezentować gminę w zawodach powiatowych. Nagrody ufundowali: **Urząd Gminy Bukowsko**, radny powiatowy **Robert Pieszczoch** oraz radny gminny **Marek Bańkowski**.

Klasyfikacja generalna zawodów:

Grupa „A” – męskie drużyny pożarnicze

Jednostka OSP	Sztafeta	Ćwiczenie bojowe	Wynik łączny	Miejsce
Nagórzany	58,5	46,0	104,5	I
Nadolany	59,7	47,5	107,2	II
Tokarnia	70,5	45,0	115,5	III
Wola Sękowa	62,5	54,0	116,5	IV
Zboiska	62,8	54,0	116,8	V
Pobiedno	66,7	53,0	119,7	VI
Nowotaniec	75,0	57,5	132,5	VII
Bukowsko	75,0	59,0	134,0	VIII
Wolica	66,5	71,0	137,5	IX

Grupa „C” – kobiece drużyny pożarnicze

Jednostka OSP	Sztafeta	Ćwiczenie bojowe	Wynik łączny	Miejsce
Wolica	75,5	62,0	137,5	I
Wola Sękowa	70,5	76,0	146,5	II

Młodzieżowe Drużyny Pożarnicze

Jednostka OSP	Wynik łączny	Miejsce
Nagórzany	1010,2	I
Nadolany	996,0	II
Wolica	986,2	III
Zboiska	984,4	IV
Nowotaniec I	962,0	V
Nowotaniec II	927,0	VI



Paweł Królikowski





Piknik pod chmurką

W Woli Piotrowej 24 czerwca br. odbył się już VI Ekologiczny Piknik Zdrowia, organizowany przez Fundację Latarnia. To już po raz szósty Fundacja Latarnia, przy współudziale Gminy Bukowsko oraz Sołectwa Wola Piotrowa, zorganizowała imprezę plenerową na rzecz mieszkańców całej gminy Bukowsko. Choć w tym roku pogoda nas nie rozpieszczała, jak zawsze było nas dużo i wspólnie mogliśmy spędzić fajny, rodzinny czas, dla każdego znalazło się coś fajnego, niezależnie od wieku. Podczas Pikniku nie zabrakło mnóstwa atrakcji a w nich między innymi: degustacji tradycyjnych potraw wolnych od konserwantów, przejażdżki na kucyku, wystawy króliczków, kóz, kaczuszek, dmuchanej zjeżdżalni dla dzieci, bumper –balli oraz nowości z zeszłego roku: strzelania z łuku, które jak zawsze przebojem. Niezwykły pokaz zapewniła nam Ochotnicza Straż Pożarna z Bukowska, która zaprezentowała jak wygląda akcja ratunkowa oraz w jaki sposób używać sprzętu przeciwpożarowego. Dzieci korzystały z malowania twarzy, plecenia warkoczków, waty cukrowej, baloników – zwierzątek, zabaw z klanzą, a to wszystko bezpłatnie dla

wszystkich uczestników. Koncertu udzielili artyści z dolnego śląska, Maja i Paweł Ludwiczak jak również Pan Marcin Tyburchy, który w ciągu roku wraz ze swoim zespołem jeździ po całej Polsce, w ramach programu Poznaj Prawdę a Prawda Cię Uwolni, prezentując program profilaktyki uzależnień, skierowany głównie dla dzieci i młodzieży. Oprawą samego koncertu była już muzyka hip-hopowa z rapem. W czasie całej imprezy nie zabrakło również znakomitych gości. Obecni byli: Pan Wójt Gminy Bukowsko Piotr Błażejowski, Pan Przewodniczący Rady Gminy Jan Hołomek, członkowie Rady Gminy Bukowsko oraz Przedstawiciele Szkół.

Jak co roku Piknik jest współfinansowany ze środków z budżetu Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Sołectwa Woli Piotrowej oraz grono osób indywidualnych, które poprzez swój udział wnoszą wiele pozytywnej energii.

Wszystkim bardzo dziękujemy, ponieważ wiemy ile pracy kosztuje taka impreza!

Nina Dąbrowka



Złote Gody

15 lipca 2018 r. w Bukowsku odbyła się uroczystość „Złotych Godów”. Po uroczystej mszy świętej w intencji jubilatów w Kościele Parafialnym w Bukowsku uczestnicy prowadzeni przez kapelę Bukowianie przemaszewali do Domu Ludowego. Szanowni jubilaci zostali przywitani chlebem i solą przez Wójta Gminy Piotra Błażejowskiego. Wójt oficjalnie powitał pary małżeńskie i zaproszonych gości, został wzniesiony toast i odśpiewany „Sto lat”. Po odczytaniu aktu nadania, w imieniu Prezydenta RP Andrzeja Dudy, Wójt Gminy w asyście Zastępcy Wójta Leona Myrdaka i Przewodniczącego Rady Gminy Jana Hołomka wręczyli medale i dyplomy za długoletnie pożycie małżeńskie następującym jubilatom: Agnieszce i Zdzisławowi Banasiewiczom, Marii i Józefowi Bieszczadom, Felicji i Julianowi Burka, Elżbiecie i Ryszardowi Capom, Marii i Michałowi Cypcarzom, Alfredzie i Zdzisławowi Dembickim, Barbarze i Wiesławowi Drozdom, Danucie i Fryderykowi Drozdom, Kazimierze i Anatolowi Dyczko, Teresie i Tadeuszowi Gliściakom, Helenie i Ryszardowi Głodowskim, Czesławie i Marianowi Grzybom, Janinie i Józefowi Hanusom, Irenie i Janowi Klepczykom, Barbarze i Stanisławowi Kowalom, Teresie i Mieczysławowi Maczuzakom, Marii i Wiesławowi Myrdakom, Alidii i Marianowi Pisaniakom, Agnieszce i Antoniemu Radożyckim, Józefie i Feliksowi Radożyckim, Mariannie i Janowi Radożyckim, Marii i Stanisławowi Serwońskim, Marii i Eugeniuszowi Soleckim, Marii i Augustynowi Starego, Zdzisławie i Adamowi Szatkowskim, Helenie i Adolfowi Wdowiakom, Marii i Mieczysławowi Wójcikom. Po wręczeniu medali na salę wjechał olbrzymi tort. Tadeusz Gliściak jako przedstawiciel uhonorowanych medalami dziękował za spotkanie, dzielili się refleksjami i wspominał minione lata. Całość spotkania uświetniła kapela Bukowianie. Katering podczas Złotych Godów zapewniła firma Kowalik z Bukowska.



Paweł Królikowski

Niecodzienna lekcja historii



14 września 2018 r. uczniowie klasy VII wraz z wychowawczynią, odwiedzili pana Zbigniewa Jakubowskiego i jego „prywatne muzeum”, które znajduje się na pograniczu Pielni i Nadolan. Znany miejscowej społeczności pasjonat, od dziesięcioleci kolekcjonuje różnego rodzaju militaria i pamiątki z okresu I i II wojny światowej. W jego zbiorach znajdują się hełmy, menażki, mundury, elementy uzbrojenia (karabiny, pistolety, bagnety, granaty, amunicja), odznaczenia wojskowe, pamiątkowe listy i zdjęcia oraz bogata literatura o tematyce wojennej. W ogrodzie pana Jakubowskiego można też podziwiać najbardziej okazałe eksponaty kolekcji, działa przeciwlotnicze i moździerz. Naturalność gospodarza i jego autentyczna pasja sprawiają, że młodzież chętnie uczestniczy w „żywej lekcji historii”. Każda wizyta w jego domu jest niepowtarzalna. Poznaje się tu nowe fakty związane z historią Polski, opowieści o ludziach i zdarzeniach, których sam był świadkiem albo usłyszał od innych. Dla uczestników tych spotkań jest to cenne i interesujące tym bardziej, że bohaterami jego opowieści są ludzie stąd, znani naszym uczniom. Są to często ich pradziadkowie, krewni czy sąsiedzi. Młodzi ludzie odwiedzając muzeum, mają możliwość zweryfikowania wiedzy nabytej w szkole i swoich wyobrażeń o czasach wojennych. Mogą przyjrzeć się z bliska eksponatom, wziąć do ręki albo przymierzyć większość, spośród przedmiotów, w bogatej kolekcji. Swojski klimat sprawia, że na gorąco dzielą się swoimi spostrze-

żeniami i opiniami, a także bez żadnego oporu pytają o rzeczy ich interesujące. Dla współczesnej młodzieży cenną pamiątką są zdjęcia, które powstają przy okazji takich szczególnych lekcji historii. Tak było i tym razem. Siódmostoklasiści chętnie pozowali zakładając hełmy i mundury, czy biorąc do ręki broń. Przez chwilę mogli poczuć klimat tamtych czasów. Wizyta u pana Jakubowskiego nabiera szczególnego charakteru, ponieważ w tym roku przypada 100-lecie Odzyskania przez Polskę Niepodległości. Dzięki takim spotkaniom z ludźmi, którzy pamiętają trudne czasy walki o Niepodległość, młodzi ludzie zyskują nowe, bardziej osobiste spojrzenie na naszą historię.



Ewa Drozd



Twórcza Wola

Stowarzyszenie Uniwersytet Ludowy Rzemiosła Artystycznego realizuje działania, których celem jest rozwój przedsiębiorczości i współpracy w lokalnym środowisku. W ramach zadań projektowych wydano folder o Woli Sękowej, przedstawiający m.in. formy pracy ULRA, twórczość miejscowych artystów, rękodzielników, jak również okoliczne atrakcje wchodzące w obszar Ekomuzeum *Beskidzkie Wędrowanie*. W trakcie imprezy promocyjnej, 9 września 2018 r., została udostępniona wystawa prac słuchaczy dwuletniego kursu rękodzieła oraz prace mieszkańców Woli Sękowej; Eweliny Matusiak-Wyderki, Mariana Czapli, Moniki Nowakowskiej, Katarzyny Ziomek i Piotra Worońca. Odbyły się także prezentacje multimedialne dotyczące ważnych i ciekawych miejsc,

osób i historii związanych z Wolą Sękową. Odkryciem dla wielu uczestników spotkania była postać Adama Didura, znakomitego śpiewaka operowego przełomu XIX i XX w., który urodził się w tej małej wiosce. Podczas spotkania zaprezentowano również okoliczne gospodarstwa agroturystyczne. Duże wrażenie na gościach z różnych zakątków Polski zrobiły regionalne produkty i potrawy, m.in. sery p. Justyny Serwońskiej, wypieki p. Marzeny Gajdy, czy pachnący miód z rodzinnej pasieki Państwa Płonków. Warto wykorzystać potencjał, jaki mamy na naszym terenie: artystyczny klimat, gościnnych mieszkańców, piękne krajobrazy i ekologiczne produkty. To wszystko, czego we współczesnym świecie ludziom coraz bardziej potrzeba.



Inicjatywa „Twórcza Wola – Rozwój działań w obszarze ekonomii społecznej na terenie miejscowości Wola Sękowa” dofinansowana jest ze środków projektu Podkarpacki Ośrodek Wspierania Ekonomii Społecznej realizowanego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego na lata 2014-2020 współfinansowanego z Europejskiego Funduszu Społecznego.

Beata Woroniec, Fot. Miro Orłowski

Awans zawodowy nauczyciela



Ślubuję rzetelnie pełnić mą powinność nauczyciela wychowawcy i opiekuna młodzieży, dążyć do pełni rozwoju osobowości ucznia i własnej, kształcić i wychowywać młode pokolenie w duchu umiłowania Ojczyzny, tradycji narodowych, poszanowania Konstytucji Rzeczypospolitej Polskiej. Tak mi dopomóż Bóg.

W dniu 20 sierpnia 2018 r., w Urzędzie Gminy w Bukowsku, nauczyciele z Zespołu Szkół w Bukowsku, Nowotańcu i Pobiednie: Pani mgr Agnieszka Żytka, Pani mgr Aleksandra Kabala, Pani mgr Magdalena Adamska złożyli ślubowanie, według roty określonej Kartą Nauczyciela. Następnie zrzek Wójta Gminy Bukowsko Pana Piotra Błażejowskiego, otrzymali Akty Nadania Stopnia Awansu Zawodowego Nauczyciela Mianowanego.

Leon Myrdak

Niepodległościowy Rajd Pieszy



13 września 2018 roku zorganizowano w naszej szkole rajd upamiętniający 100-lecie odzyskania przez Polskę niepodległości, w którym wzięli udział wszyscy uczniowie. Czwartkowy poranek przywitał nas piękną, słoneczną pogodą. Uczniowie wraz z nauczycielami, podzieleni na grupy, autobusem dotarli do Płonnej, skąd pieszo wyruszyli w kierunku wiatraków. Po drodze, a było cały czas pod górę, podziwialiśmy piękne bieszczadzkie widoki. Nasza młodzież dzielnie i wytrwale maszerowała, tak jak niegdyś nasi przodkowie. Oni – w drodze do wolności, my – by pamięć o nich i o wolnej Polsce na zawsze pozostała w sercu wszystkich Polaków. Około południa, zmęczeni i szczęśliwi, dotarliśmy do wiatraków. Tam czekało na nas ognisko, przy którym można było upiec kielbasę. Po posiłku i krótkim odpoczynku wyruszyliśmy w kierunku szkoły – ku radości wszystkich – było z górki. Co prawdę zatrzymywaliśmy się po drodze, ale tylko po to, aby podziwiać panoramę naszej miejscowości. Na pamiątkę zostaną nam piękne wspomnienia i zdjęcia. Było cudownie. Wielkie brawa dla naszych uczniów – dali radę.

Danuta Gadomska

„Najlepsza szkoła pod słońcem”



Nauczyciele i uczniowie Zespołu Szkół w Bukowsku rozpoczęli rok szkolny 2018/2019 z nową energią, która pozyskiwana jest ze słońca. Nasza szkoła wzięła udział w konkursie na najciekawszy program ekologiczny „Najlepsza szkoła pod słońcem”, zorganizowanym przez IKEA oraz spółki zarządzające farmami wiatrowymi firmy. Konkurs został ogłoszony w listopadzie 2017 roku i miał na celu propagowanie wiedzy na temat zrównoważonego rozwoju. Zadaniem uczestników było przygotowanie programu edukacji ekologicznej oraz zrealizowanie go w semestrze wiosennym 2018 roku. Program miał uwzględniać elementy zrównoważonego życia w domu, wykorzystania energii odnawialnej, zagospodarowania odpadów, troski o środowisko oraz zaangażowanie społeczności lokalnej. Nasza szkoła zatytułowała swój program „Z przyrodą za pan brat, Bukowsko chroni świat”. Jego celem było propagowanie odpowiedzialności za obecny i przyszły stan środowiska, dostrzeganie zagrożeń wynikających z nadmiernej eksploatacji środowiska i uświadomienie potrzeby jego ochrony. Uczniowie razem z nauczycielami obchodzili „Dzień bez samochodu” i przyjeżdżali do szkoły na rowerze, uczestniczyli w warsztatach poświęconych ochronie dzikich zwierząt, odwiedzili oczyszczalnię ścieków w Woli Piotrowej, biogazownię w Odrzechowej, pracownię solarną w Nowosielskach, gospodarstwo ekologiczne w Zboiskach i przeprowadzili mini kampanię „Czy smog jest groźny jak smok?”. Uczestniczyli również w rajdzie rowerowym oraz rajdzie pieszym na Bukowicę, gdzie znajduje się rezerwat cisów. Koordynatorem programu była pani Jolanta Krzok. Nagrodą główną konkursu była instalacja fotowoltaiczna od IKEA wraz z montażem na dachu szkoły, przygotowaniem do podpięcia do sieci i długoletnią gwarancją – wartość nagrody to ponad 40 000 złotych. Instalacja fotowoltaiczna na dachu szkoły posiada moc 6,44 kW p typu sieciowego. Oparta jest o moduły monokrystaliczne oraz falownik trójfazowy. W zestaw jest włączony także miernik zużycia oraz produkcji energii elektrycznej. Dzięki temu nasza szkoła będzie produkować czystą zieloną energię na własne potrzeby jednocześnie oszczędzając na rachunkach za prąd. 20 września odbyło się uroczyste otwarcie instalacji fotowoltaicznej połączone ze Szkolnym Dniem Zdrowia. Wzięli w nim udział przedstawiciele Ikei, p. Mariusz Podgórski – kierownik ds. Energii i Klimatu IKEA Retail w Polsce oraz Paweł Kurzawiński – kierownik ds. utrzymywania i eksploatacji wiatraków firmy MARTIFER Renewables, przedstawiciele władz Gminy Bukowsko, radni gminy, rodzice uczniów, nauczyciele i uczniowie naszej szkoły. Na zakończenie uroczystości wszyscy uczestnicy zostali zaproszeni na degustację zdrowej żywności. Najważniejsze zadania, które wykonaliśmy, prezentuje krótki film umieszczony na stronie internetowej szkoły oraz na youtube.pl.

Danuta Gadomska
Jolanta Krzok



Odkrywając własną ścieżkę

Odkrywając na nowo zapisane karty własnej historii, często zaczynamy spoglądać na różne kwestie z zupełnie innej perspektywy. Zapewne każdy z nas ma wrażenie, że gdyby dziesięć lat temu usłyszał, że dziś będzie tym, kim jest, nie byłby w stanie uwierzyć wątpliwie brzmiącemu zestawowi słów. Decyzje, które podejmujemy z dnia na dzień, pozornie wtapiające się w tło nieznaczącej przemijalności, z biegiem lat okazują się być najważniejszymi krokami naprzód, jakie kiedykolwiek postawiliśmy. Właśnie na takie posunięcie decyduję się dzisiaj. Przy tej okazji pragnę podzielić się własną refleksją dotyczącą tego, co działo się przez ostatnie lata.

Po ukończeniu studiów na Uniwersytecie im Marii Curie Skłodowskiej w Lublinie na wydziale Matematyki – Fizyki – Chemii kierunek matematyka w 1979 roku podjąłem pracę w Zespole Szkół Mechanicznych w Sanoku. Po dwóch latach przeniósłem się do Szkoły Podstawowej w Pobiednie, gdzie pracowałem cztery lata, a w 1985 roku zostałem powołany na stanowisko Inspektora Oświaty i Wychowania w Bukowsku. Następnie, w 1988 roku, ówczesna Rada Gminy wybrała mnie na stanowisko Naczelnika Gminy Bukowsko. Był to pierwszy przypadek w województwie krośnieńskim, w którym wyboru dokonywano spośród dwóch kandydatów. Od 1990 roku, dzięki woli radnych rady gminy Bukowsko, a później woli wyborców, dane mi jest pełnić funkcję wójta gminy Bukowsko. Trzydzieści lat to bardzo długo i, jak sobie czasem żartuję, trzydzieści lat spędziłem w jednym gabinecie. Doszedłem do wniosku, że wystarczy, są rzeczy i sprawy które udało mi się zrealizować, są takie, których realizacja się nie powiodła. Czas spędzony w Gminie Bukowsko uważam za owocny, a patrząc z perspektywy czasu, oblicze gminy bardzo zmieniło się w tym okresie. Za pracę na rzecz samorządu Pan Prezydent Lech Kaczyński odznaczył mnie Złotym Krzyżem Zasługi, a Gmina Bukowsko była laureatem Europejskiego Funduszu Rozwoju Wsi Polskiej jako gmina, która uzyskała największą dotację na realizację zadań w Polsce. Ze środków EFRWP powstało dziesiątki kilometrów dróg, telefonizacja, wyposażenie gabinetów lekarskich i inne. Działając wspólnie z mieszkańcami, którzy chcieli zmieniać oblicze gminy Bukowsko, udało nam się poprawić wizerunek każdej wsi dzięki realizacji rozmaitych zadań, które w znaczący sposób podniosły standard życia mieszkańców. Działając wspólnie, udoskonaliśmy niemalże każdą przestrzeń życia publicznego. Jednego dnia, 11 listopada 1990 roku, oddane były do użytku trzy Domy Ludowe: w Bukowsku, Nowotańcu i Pobiednie. W staraniach o środki na ich ukończenie pomagał nam Senator RP Pan Gustaw Holoubek. Przeprowadziliśmy remonty i rozbudowę wszystkich placówek oświatowych, przy każdej szkole powstała sala gimnastyczna z zapleczem, a ponadto w Bukowsku stanęło boisko wielofunkcyjne z ORLIKIEM 2012. Istotnymi przedsięwzięciami były remonty bibliotek, rozpoczęta przebudowa remizy strażackiej w Pobiednie, w której znalazło się miejsce na pomieszczenia przeznaczone na bibliotekę lub do innego wykorzystania, a także budowa nowych obiektów w Wolicy, Dudyńcach, Zboiskach, Karlikowie, Woli Piotrowej, Tokarni i Nadolanach. Budynki te służą społecznościom lokalnym jako miejsce spotkań, przestrzeń do organizacji imprez rodzinnych i gminnych. Zadania zrealizowane były z różnych środków, w tym Ministerstwa Sportu i Turystyki, Ministerstwa Edukacji Narodowej, Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego, środków Unijnych, środków Marszałka Województwa Podkarpackiego i Wojewody Podkarpackiego. Często żartuję i twierdzę, że jesteśmy gminą uniwersytecką za sprawą Uniwersytetu Ludowego w Woli Sękowej. Ze środków zewnętrznych przeprowadziliśmy adaptację nieczynnej szkoły na potrzeby Uniwersytetu. Podobne

losy spotkały budowaną szkołę w Wolicy, która zmieniała się na potrzeby Środowiskowego Domu Samopomocy. Obydwa budynki służą rozwojowi Gminy.

Krwioobiegami gminnym są nasze drogi, czyli „niekończąca się opowieść”. Remonty dróg wymagają stałych nakładów, ponieważ są używane rolniczo przez cały rok. Dofinansować musieliśmy również naprawy dróg, które są własnością nadrzędnych jednostek samorządu terytorialnego, a drogę prowadzącą na Tokarnię zmuszeni byliśmy przejąć z rąk powiatu i wyremontować. Finansowanie projektu w całości pokryte zostało z otrzymanych dotacji, jednak nie zawsze było to możliwe. Remonty dróg z Funduszy Pana Marszałka i Wojewody Podkarpackiego również w znaczący sposób przyczyniły się do poprawy stanu ich nawierzchni. Z zadań z zakresu ochrony środowiska zlikwidowaliśmy wszystkie węglowe kotłownie, co udało się osiągnąć po części ze środków Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej. Przeprowadzone zostały remonty sieci wodociągowej z kapitalnym remontem stacji uzdatniania wody i powierzchniowym ujęciem. Niestety, tylko jedna wioska jest w 100 % skanalizowana, Wola Piotrowa skorzystała bowiem z dotacji w ramach programu PROW. Nie wszystko udało się zrealizować, nie wszystkie składane wnioski zostały pozytywnie rozpatrzone, ale prawie wszystkie przeprowadzone inwestycje zostały wsparte pozyskanymi środkami zewnętrznymi. W okresie mojej kadencji żywo współpracowaliśmy z Gminą Mezieres – les – Metz w Francji. Dzięki tej współpracy otrzymaliśmy, w formie darowizny, pięć samochodów, trzy z nich służą nam do dzisiaj. Dobre stosunki z zagranicznymi partnerami umożliwiły również wymianę grup dziecięcych i chórów. Przez okres mojej pracy na stanowisku wójta Gminy Bukowsko spotykałem życzliwych mi ludzi, którzy pomagali mi realizować plany. Nieocenioną pomoc otrzymałem od śp. Zbigniewa Szablewskiego, strażaka z krwi i kości, dzięki któremu jednostki OSP w Bukowsku i Nadolanach włączono do KSRG. Pomoc pani Danuty Wawrzynkiewicz, minister w Kancelarii Pana Prezydenta RP Lecha Kaczyńskiego, w pozyskiwaniu środków na budowę różnych obiektów była olbrzymia. Wysoko cenię sobie współpracę z Panem Robertem Pieszczochem radnym powiatu sanockiego. Dzięki jego staraniom wyremontowane zostały odcinki dróg powiatowych na terenie gminy Bukowsko. Moim nauczycielem był niewątpliwie Pan Władysław Ziembicki, działacz przez duże „D”. Nauczył mnie tego, że nie można się zrażać niepowodzeniami, tylko nieustraszenie brnąć do przodu. Miło wspominać współpracę z przewodniczącymi Rad: Panem Ryszardem Olejrzem, Panem Janem Wojtanowskim, Panem Tadeszem Silarskim i z Panem Janem Hołomkiem. Zawsze podziwiałem zaangażowanie sołtysów wsi w rozwiązywanie spraw wioski, jak mówią „wiejska miotła”. Bez ich oddania nie udałooby się zrealizować wielu przedsięwzięć. Dziękuję za współpracę wszystkim radnym, często sprzecaliśmy się na tematy istotne dla gminy, ale wierzę, że wszystko robiliśmy dla dobra mieszkańców Gminy Bukowsko. Bardzo cenię sobie współpracę z dyrektorami szkół, wszystkimi nauczycielami. Dzieci i młodzież powierzone ich opiece osiągają najwyższe wyniki w powiecie i województwie. Cenię sobie również współpracę z pracownikami zatrudnionymi w Urzędzie Gminy Bukowsko. Zawsze mogłem na nich liczyć, zarówno w trudnych chwilach, jak i momentach chwały. Często, nie licząc czasu, pracowali dla dobra mieszkańców. Dziękuję za wspólnie podejmowane inwestycje, zadania remontowe, dziesiątki zrealizowanych imprez kulturalnych, zawodów sportowych. Nie sposób wymienić wszystkich życzliwych mi ludzi, ale wszystkim z całego serca dziękuję. Podjąłem decyzję o nieubieganiu się o stanowisko wójta Gminy Bukowsko na następną kadencję, bardzo dokładnie ją przemyślałem. Dziękuję za lata, które spędziłem w Gminie Bukowsko jako nauczyciel, inspektor oświaty, naczelnik gminy i jej wójt. Mam nadzieję, że oddaję swoje stanowisko i odpowiedzialność za nie w dobre ręce, a zadania, których nie dane mi było zrealizować, będą w przyszłości kontynuowane. Mieszkańcom życzę zdrowia i pomyślności w spełnianiu planów i marzeń.

Piotr Błażejowski

Nowe władze

„Kiedy wydaje się, że wszystko się skończyło, wtedy dopiero wszystko się zaczyna...”
Ks. Jan Twardowski

Z dniem pierwszym września 2018 r. na emeryturę odeszła dyrektorka Zespołu Szkół im. Jana Pawła II w Pobiednie, Pani Elżbieta Jurkiewicz oraz wieloletnia wicedyrektorka Pani Maria Ambicka. Przez długie lata zapisały w historii szkoły wartościowe karty, przekazując nauczycielom zapal do pracy oraz miłość do szkoły i młodzieży. Obydwie podejmowały wiele trudnych decyzji, dzięki ich staraniom szkoła została

odnowiona i doposażona. Powstało m. in. przedszkole, nowoczesne boisko sportowe, plac zabaw dla dzieci, miała miejsce termomodernizacja szkoły. Pozyskiwały środki unijne w ramach programów unijnych m. in. programu COMENIUS. Od roku 2000 współpracowały z Fundacją Szkołą w Warszawie, która w znaczący sposób przyczyniła się do doposażenia szkoły, a tym samym do realizacji planów i zamierzeń związanych z pracą na rzecz dziecka. Mamy nadzieję, że praca w Zespole Szkół w Pobiednie wpisze się w piękne wspomnienie, które będzie im towarzyszyć na zasłużonej emeryturze. Życzymy, aby wszystkie plany i marzenia, odkładane na później, spełniły się właśnie teraz. Wierzy-

my, że Pani Dyrektorki znajdą w końcu czas dla siebie, na realizację swoich pasji. Z pierwszym dniem września nastąpiła zmiana warty. W wyniku konkursu na dyrektora szkoły w Pobiednie została Pani Katarzyna Wojtuszevska-Cap, a z dniem pierwszego października została powołana na wicedyrektora Pani Wioletta Przyboś. Wierzymy, że nowa dyrekcja, osiągnie wszystko to, co sobie postanowi. Życzymy bardzo gorąco sukcesów organizacyjnych, dobrej współpracy i wytrwałości. Szkole, uczniom, nauczycielom i pracownikom życzymy wielu sukcesów, kultywowania tradycji i odwagi w poszukiwaniu nowych wyzwań na skalę dzisiejszych potrzeb.

Piotr Błażejowski

RADY OJCA JANA GRANDE-MAJEWSKIEGO

(przedruk) C.d.

Pomidor (prawie) na wszystko

Pomidory są szkodliwe tylko w przypadku, jeśli ktoś ma wrzody żołądka. Poza tym w żadnym innym przypadku nie są szkodliwe. Jest w nich potas, zapobiegają skurczom w nogach, zmęczeniu i kurczeniu się mięśnia sercowego, migotaniu przedsionków, także nad pomidor lekarstwa lepszego się nie znajdzie, ani na serce, ani na mięśnie. Poza tym ostry sok pomidorowy pomaga trawić. Tam gdzie jest bezsoczność żołądka, złe trawienie, to nawet przyrządzić sobie na ostro z surową cebulką, nawet dopuszczalna jest łyżeczka octu do tego. Na trawienie. Pomidor jest złośliwy, jeżeli u kogoś się rozwija, nie daj Boże, rak. Papryka jest błogosławieństwem dla organizmu. Żaden typ papryki nie jest szkodliwy. Do „Jugosławii” jeżdżę prawie co roku i tam nie ma dnia, jak się nie zjada w rodzinie półtora do dwóch kilogramów papryki. Jeżeli się nie znosi zapachu papryki, tzn., że organizm coś tam ma do niej, jakieś pretensje. Gruźlica jelit – może być leczona z bardzo dobrym skutkiem piołunem, który jest także na bezsoczność żołądka bardzo dobry.

Selen, albo rzecz o śledziach

Śledzie są kopalnią selenu, jodu, cynku i fosforu – czterech dla nas najdrogocenniejszych, niezbędnych składników. Ryby mają fosfor, jod, cynk, ale nie mają selenu. Cebula rozrzedza krew a selen daje rozum. Selen hamuje starzenie się organizmu, daje całkowitą odporność na choroby, również na choroby zakaźne, zapobiega przemęczeniu. I dlatego selen jest nam bardzo potrzebny, jako niezbędna substancja składowa. Mamy taki gruczoł, na który niewielu lekarzy – nawet przy badaniu – zwraca uwagę. Nikt się nim nie przejmuję, a to jest jeden z najważniejszych gruczołów,

wisi 3 cm. od tarczycy, dwoma płatami kładzie się na serce z obu stron. Nazywa się grasicą. I ta grasicą wydziela hormon przeciw zmęczeniu, przeciw starzeniu się, przeciw spadkowi intelektu, zapobiegając wszelkim chorobom, nawet raka. Selen w 100% blokuje raka. Tego selenu prawie w pożywieniu nie mamy. Bo gdybyśmy jedli kaszę jaglaną, gdybyśmy jedli mamaligę z kukurydzy, no to byłoby z tym selenem jeszcze jako tako, ale, że nie mamy ani kaszy jaglanej, ani kukurydzianej, to powinniśmy, chociaż na te śledzie lecieć. Śledzie z cebulką, z olejem, to mamy selen, jod, fosfor, cynk, z cebuli siarkę, w oleju wit. A i E i biotynę, wit. H, która wszystkie drogi oddechowe leczy, łącznie ze strunami głosowymi. Jeżeli ktoś ma jakiś wstręt, bo czasami bywa tak, że ktoś ma wstręt do zapachu śledzia, to można je po mojżeszowemu zrobić. Tak samo jak po polsku, tylko zalać gorącym olejem. Zanim olej ostygnie, to struktura zapachowa i śledzi i cebuli zupełnie się zmienia. Delikatna forma konserwowa, zupełnie dla nas niespotykana, bardzo smaczna, apetyczna i mięso śledzi wtedy o wiele łatwiej od ości odchodzi, bo gorący olej je rozmiękczył.

Cukrzyce – wszelkiego rodzaju są wynikiem wadliwego odżywiania i przeciążenia trzustki (rosoły przede wszystkim, cukier naturalny, a poza tym nieregularne jedzenie). Człowiek powinien jadać regularnie. Znerwicowany człowiek nie powinien pozostawiać możliwości do odkładania się tłuszczów. Nie powinien jadać nadmiernie. Kiedy rośniemy, powinniśmy jadać dużo, ale już po 23 roku życia, jak skończy się okres rozwojowy u dziewcząt, a po 25 u mężczyzn, to człowiek powinien jadać o 1/3 mniej. Żeby nie być cukrzykiem

na przyszłość, trzeba jadać często, a po trochu. Wtedy nie ma skłonności do tycia. Nie można zostawić znerwicowanego żołądka pustym, bo jak on zasysa i wysysa żółć z woreczka żółciowego, to tym bardziej drażni trzustkę. Bo woreczek żółciowy jest tu przyrośnięty do opuszki dwunastnicy takim twardym kablem, a sam leży aż 13 cm. dalej. A do opuszki dwunastnicy jest bezpośrednio przyrośnięta taka mała kijanka, 12 dekagramowa trzustka i przewód jej podłączony jest do brodawki Vatera, w tym miejscu, gdzie przewód żółciowy. Jak następuje ssanie, to ssanie opróżnia woreczek żółciowy i wątrobie właściwie szkody nie przynosi, bo tylko woreczek żółciowy opróżnia i wysysa z niego wszystko. Ale to ssanie jest tak silne, że wysysa na zewnątrz położony bardzo delikatny przewód trzustkowy. Trzustka oprócz żółci, musi wydzielać do organizmu sok, który rozmydla tłuszcze. Bez soku trzustkowego, tłuszcze są zupełnie niestrawne, zlepią jelita, natomiast sok trzustkowy zachowuje się w jelitach tak jak „Ludwik” do zmywania naczyń. Rozmydla zupełnie tłuszcze, które my zjadamy. I tak żołądek wypycha przerobioną gęstą papkę trawienną, to wtedy znamionko, które nazywa się brodawka, rozsława się leciutko i w naturalny sposób ścieka żółć, sok trzustkowy i przepływa do cienkich jelit. A w cienkich jelitach wymieszane, rozbełtane zupełnie rozmydlają tłuszcz na neutralną substancję, z domieszką żółci. I ten tłuszcz w dalszej drodze jest trawiony. To jest bardzo ważne. Jeżeli natomiast jemy dużo rosółów, pieczonego mięsa, szczególnie te polskie kotlety schabowe (uchowaj Boże), to wtedy trzustka nie nadąży wydzielać tyle co trzeba soku albo, jeżeli narażona jest na to ssanie, wpada w stan zapalny, bo jej przewód

jest nadszarpywany. Wtedy trzustka traci równowagę wytwarzania hormonów i zaczyna coraz mniej produkować insuliny. I wtedy zaczyna się skłonność do złej przemiany cukru. Atakuje przeważnie ludzi tęgich. Wszystkie kotlety z każdego mięsa, trzeba ubić na stolnicy, aby się rozlatywały, nawet kury nie powinno się inaczej przyrządzać – miękkie kawałki kury ubić porządnie na stolnicy młotkiem metalowym (nie drewnianym), utylać w gruboziarnistej mące, później dopiero w ubitym jajku i

usmażyć na oleju tak, jak ziemniaczane placki na złoty, piękny kolor, który się nawet nie da rady przypalić i na talerzu dopiero posypać pieprzem i solą i położyć na to dwie łyżki uduszonej na oleju cebuli. Kotlety schabowe należy najpierw obtaczać w bułce, później w jajku i smażyć na tłuszczu wieprzowym. Albo np. mięso wołowe duszone – najpierw opiec po wierzchu na oleju, potem przełożyć do rondla, nasypać dużo jarzyn i niech się mięso tak podusi. Smażone – niezdrowe? Wszystko będzie

zdrowe, jeżeli w tym czasie, kiedy jecie takie wieprzowe boczek, kiedy w kuchni pokazują się lepsze potrawy, to w tym dniu wypijecie więcej kwaśnego kefiru. **Sosy** – posiekać drobno mięso, lub nawet jeden kawałek większy, usmażyć na różowo, tak porządnie na różowo, żeby było przypieczone i już do usmażonego mięsa wlać gorącej wody. Zrobi się z tego naturalny kolor. Rozrobić na mleku mąkę i wlać do sosu. Taki sos jest pachnący i smaczny.

C.d.n.

Szczypta ważnej serologii

Układy grupowe krwinek czerwonych człowieka nie opierają się wyłącznie wokół raczej wszystkim znanych układach AB0 i RhD. Obecnie poznanych jest 35 antygenów grupowych krwinek, które jedne w większym, a inne w mniejszym zakresie mają znaczenie kliniczne. Grupa krwi to zestaw antygenów znajdujących się na powierzchni krwinki czerwonej. Oprócz wszystkim znane układy grupowe AB0 i Rh wyróżniamy, także układy grupowe: MNS, P, Kell, Lutheran, Lewis, Duffy, Kidd, Diego, Yt, Xg, Scianna, Dombrock, Colton, Landsteiner-Wiener, Chido-Rodgers, Hh, Kx, Gerbich, Cromer, Knops, Indian, Ok., Raph, JMH, Ii, Globoside, GIL, RHAG, Langereis, Junior. Każda grupa krwi wytwarza przeciwciała naturalne klasy IgM lub odpornościowe klasy IgG. Badanie grup krwi jest ważne i najczęściej zlecane przez lekarzy przed zabiegami operacyjnymi na wypadek ewentualnego krwawienia, w trakcie niedokrwistości, gdy wartość parametru hemoglobiny jest poniżej 7g/dl i wartość hematokrytu jest poniżej 30%. Badanie grupy krwi jest oznaczane także u kobiet w ciąży. Zgodnie w nowych wytycznych z rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 16 października 2017 roku, obecnie grupę krwi powinno oznaczać się dwukrotnie z próbek pobranych z dwóch różnych ukoń. Więc jeżeli ktoś posiada grupę krwi oznaczoną dawno temu i ma wpisaną ją w dowódzie osobistym, jest ona już nieaktualna. Obecnie muszą być dwa oznaczenia, a na wyniku obecnym musi znajdować się numer PESEL, a nie jak dawniej (przed 2008 rokiem) data urodzenia. Grupa krwi może się zmieniać w chorobach nowotworowych na wskutek słabej ekspresji antygenów na powierzchni krwinek. Badania dotyczącymi grup krwi itp. zajmuje się pracownia serologii lub immunologii transfuzjologicznej, w której podstawowym zakresem badań jest:

1) określanie grup krwi w układzie ABO i RhD oraz przeglądowe badanie na obecność przeciwciał odpornościowych w pośrednim teście antyglobulinowym do antygenów krwinek czerwonych, badania te wykonuje się każdej kobiecie w ciąży w 12 i 28 tygodniu. Badania mają na celu zidentyfikowanie przeciwciał anti-Rh, będą-

cych przyczyną konfliktu serologicznego, występujące w sytuacji, gdy matka jest Rh ujemna, a ojciec dziecka Rh dodatni. Wtedy dziecko może odziedziczyć czynnik Rh dodatni i matka w kolejnych ciążach wytwarza przeciwciała przeciwko czynnikowi Rh prowadząc dziecko do ciężkiej niedokrwistości i reakcji hemolitycznej u dziecka. Kobiety Rh ujemne są szczepione podczas każdej ciąży i po porodzie antyglobuliną anti-D.

2) wykonywanie prób zgodności serologicznej krwi przed procedurą toczenia koncentratu krwinek czerwonych (KKCZ) od dawcy, którzy oddają krew w Regionalnym Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa. Badanie polega na sprawdzaniu przeglądowym przeciwciał odpornościowych u biorcy i skrzyżowaniu surowicy biorcy z krwinkami dawcy, (czyli z drenów worka KKCZ) i sprawdzeniu czy nie zachodzi reakcja aglutynacji w przypadku niezgodności krwi. Krew jest często niezgodna, ponieważ biorca posiada przeciwciała rzadkie z grup wymienionych wyżej np. anti-Duffy. W takim przypadku krew do toczenia dobierana jest w RCKiK pod względem wszystkich możliwie obecnych na krwinkach układach grupowych. Wtedy wykonuje się szczegółową analizę przeciwciał, nie o charakterze przeglądowym. Jeżeli krew byłaby przetoczona nieprawidłowa, może dojść do reakcji poprzetoczeniowej. Praktycznie podczas każdego toczenia krwi dochodzi do reakcji poprzetoczeniowej w postaci chociażby gorączki. Do wczesnych poważnych niepożądanych reakcji podanych w rozporządzeniu Ministra Zdrowia, których objawy występują w okresie 24 godzin od przetoczenia, zalicza się w szczególności:

1) reakcję hemolityczną, czyli niszczenie krwinek dawcy przez przeciwciała biorcy lub odwrotnie ale to jednak rzadziej,
2) zakażenie bakteryjne, poprzez obecne w KKCZ drobnoustroje, mimo iż krew w RCKiK jest przebadana pod każdym kątem występuję tzw. „okienko serologiczne”,
3) reakcję alergiczną lub anafilaktyczną,
4) ostre poprzetoczeniowe uszkodzenie płuc,
5) duszność poprzetoczeniową,
6) niehemolityczną reakcję gorączkową na wskutek reakcji przeciwciał biorcy z antygenami zgodności tkankowej HLA leukocytów lub płytek krwi dawcy obecnych w

małych ilościach w worku z KKCZ,
7) poprzetoczeniowe przeciążenie krążenia spowodowane przez hiperwolemię.

Do rozszerzonego zakresu badań wykonywanych w pracowni immunologii transfuzjologicznej należy:

1) badanie w kierunku konfliktu serologicznego między matką a płodem, omówione wyżej,
2) badanie kwalifikujące do podania immunoglobuliny anti-RhD w ramach profilaktyki konfliktu serologicznego RhD, immunoglobulinę podaje się również w poronieniu,

3) badanie w celu identyfikacji przeciwciał odpornościowych, które jednak wykonuje RCKiK,

4) określanie antygenu K oraz innych antygenów grupowych krwi, co jest ważne u dziewcząt oraz u kobiet w wieku rozrodczym przed okresem menopauzy. W tej grupie wiekowej zawsze toczy się krew Kell minus, aby nie immunizować kobiet.

Pojęcie krew zgodna, a krew jednoimienna, bardzo często pojęcie mylnie tłumaczone przez lekarzy. Jak wiadomo biorca grupy A, może przyjąć krew grupy A i 0, biorca grupy B może przyjąć krew grupy 0 i B, biorca grupy AB może przyjąć krew grupy A, B, 0, AB, natomiast biorca grupy 0 tylko i wyłącznie 0. Ogólnie można stwierdzić, iż osoby z grupą krwi 0 są uniwersalnymi dawcami, bo teoretycznie mogą oddać krew każdemu, a osoby grupy AB są uniwersalnymi biorcami, bo mogą wziąć krew teoretycznie od każdego. Te przypadki pokazują toczenie krwi zgodnej. Natomiast krew jednoimienna, gdy osobie grupy krwi A toczymy tylko i wyłącznie A. Lekarze praktycznie zawsze toczą krew jednoimienną, bardzo rzadko się zdarza toczenie krwi grupy 0 pacjentowi grupy np. A, tłumacząc dyskomfortem dla pacjenta, ale nie ma to znaczenia, żadnego. Dlaczego użyłem słowa teoretycznie? Ponieważ warunkiem jest nieobecność przeciwciał z innych układów grupowych wymienionych na początku artykułu. Dodatkowo pacjentom RhD+ można toczyć krew RhD+ jak i RhD-, lecz pacjentom RhD- tylko RhD-. Oczywiście są wyjątki jak wszędzie np. przy ratowaniu życia wtedy obowiązują inne zasady. Lekarz zawsze przed toчением krwi i innych składników krwi informuje pacjenta o wszelkich skutkach ubocznych.

Adrian Klepczyk



Wiejski muzykant

Wspomnienia Mariana Dębickiego

Planowa deportacja Żydów do gett rozpoczęła się w naszej okolicy jesienią 1942 roku. W naszej rodzinnej wiosce Żydów nie było, a moje reminiscencje dotyczą Żydów nowotanieckich. Żydzi otrzymali polecenie opuszczenia swych domostw w ściśle określonym terminie. W przeciwnym razie groziła im sroga kara, przeważnie kara śmierci. Przejściowym punktem koncentracji było Bukowsko. Przez naszą wieś przeszło kilka rodzin żydowskich wypędzonych z Nowotańca. Przygnębieni, zrozpaczeni, wzywali pomocy boskiej i ludzkiej. Przyszło im słuchać ich lamentów i wołań o pomoc i pomoc do nieba. Niespełna rozumu stara Perla w rozmowach z ludźmi szeptała do ucha: „Nu, powiem dobrą nowinę – psijjda Anglicy lada chwili, oni są tuś, tuś za górą”, i pokazywała w kierunku góry zwanej Kiczera. Ludzie zaś mawiali: „To już nie żarty! Żydzi pójda na śniadanie, Polacy na obiad, a Rusini na kolację”. Jedne rodziny zgłosiły się na punkt zborny, inne ukrywały się w lasach lub nad potokami. Anglicy nie przyszli. Zlikwidowano po jakimś czasie punkt w Bukowsku i przetransportowano Żydów do getta w Zaslau. Sąsiad nasz Franciszek Drozd udzielił schronienia nieznanej czteroosobowej rodzinie żydowskiej. W tym czasie za udzielenie Żydowi dachu nad głową groziła kara śmierci. Po północy pojawili się Niemcy, wywieźli całą rodzinę żydowską do ogrodu na „żbyrk” pod gruszą i kazali ułożyć się twarzami do ziemi. Oddano do nich strzały z bezpośredniej odległości. Nie wszyscy zginęli od razu. Młodszy mężczyzna poprosił o drugą kulę wprost w serce, by ulżyć mu mąk. Takie prośby Niemcy spełniali na ogół w mig. Strzałów było więcej niż członków zastrzelonej rodziny. Obudzony wśród nocy usłyszałem oddawane strzały. Ojciec zauważył: „Niyh ich ślak trafi, pewniy zabili kogoś z rodziny Franka, bo padło wiyncy strzałów”. W domu panował nastrój grozy i przygnębienia. Mimo że bezpośrednim świadkiem dokonanej zbrodni nie byłem, przeżyłem ją mocno. Rankiem pobiegłem na miejsce egzekucji, gdzie zebrało się wiele ludzi. Widziałem krew na trawie, natomiast nie widziałem już trupów i nie wiem, co z nimi zrobiono. Ludzie rozprawiali o szczegółach tragicznego wydarzenia, współczuli sąsiadowi i opowiadali: „Szczęście, że nie wymordowali rodziny Franka”. Biedolili na czasy, żalowali rodziny żydowskiej: „Jaka piękna była para małżeńska, a jakie śliczne dorosłe już były ich dzieci, jak malowane. Jaka szkoda...” I wiele razy potem słyszałem o tym wydarzeniu, gdy wracano do niego wspomnieniami. Ciągłe opowiadano o tym, jak bito, katowano, męczono i rozstrzeliwano Żydów nowotanieckich. Zapadało to głęboko w moją świadomość, ponieważ wszystkich ich znałem. Rodzinę Telemberga Niemcy znaleźli w lesie. Natychmiast

rozstrzelali żonę i dzieci, zaś jego wraz ze szwagrem Mojszem zabrano do wołańskiego dworu. Na śniegu i mrozie, bosych, związano razem łańcuchem, najpierw bito i katowano, później rozstrzelano. Zięcia Perli, Srula, przywieziono w zimie bosego do Nowotańca i puszczone pod „Zamkiem” (polem okrywającym piwnicę dawnego zamku). Kazano mu uciekać i strzelano do niego według regulaminu myśliwskiego. Rodzina Beinów z przydomkiem „Jukim” kryła się w krzakach pobliskiego potoku, zwanego „Zadnie”. Późną jesienią, gdy doskwierały już silne przymrozki, z ciekawości podejrzalem ich lokum. Mieszkali w norze wygrzebanej w brzegu potoka. Opodal nory paliło się ognisko. Na skraju nory, z dużą brodą, zziębnięty, siedział stary „Jukim”. Łyżką z brukwi spożywał zupę z liścia kapuścianego. Cuchnął potem i dymem. Rodzina ta żyła w warunkach urągających człowieczeństwu, godności człowieczej. Może najbliższe prawdy będzie określenie, że ludzie ci z wolna dogorywali. Czułem dla nich litość i współczucie. Rodzina ta była biedna, żyła uprzednio z pracy rąk, bez jakichkolwiek kombinacji. Zresztą i teraz najstarszy syn „Jukima” wykradał się z nory pod osłoną zmierzchu do wioski, by w sposób uczciwy, robotą szewską, zapracować na łyżkę strawy. Przychodził też do naszego domu. Ukryty w komórce, po nocach robił buty. W zamian otrzymywał chleb, ziemniaki, kawałek mięsa, masła, mleka do bańki. Pakował to wszystko do worka i przed brzaskiem wracał do jaskini. W ten sposób przetrwali aż do zimy. Przypominam sobie, że razu pewnego zjawił się u nas ośnieżony i mówił o burzy śnieżnej. Niestety, na nic się wszystko zdało. Wywęszyli ich Niemcy i wymordowali w jaskini. Prawdopodobnie uratował się tylko młodszy syn „Jukima”, ale o dalszych jego losach nic do dziś nie słyszałem. Skóra w owych czasach pochodziła przeważnie z przekolczykowanego bydła. Ojciec wyprawiał ją sam, najczęściej przy udziale sąsiada – domorosłego garbarza. Wyprawiano skórę na jucht, wyprawiano też metodą „kręcenia”, w zależności od potrzeby i jej przeznaczenia. Na przykład skórki królicze wyprawiano przez moczenie w jakimś tam „barszczu” i przy użyciu alunu. Skóry najpierw moczono w wapnie, zdzierano włos i błonkę po stronie przeciwnej lica – dziś powiedziałbym: mizdry – znów moczono, potem miętoszono i natuszczano, aż wyrób uznano za odpowiedni. „Kręcenie” zaś polegało na tym, że skórę jednym końcem przytwierdzało się do pionowo osadzonego w ziemi słupa, drugim – do jarzma nakładanego na słup. Do jarzma przytwierdzony był dyszel. Koń ciągnął dyszel, przekręcając jarzmo wokół słupa, raz w lewo, raz w prawo. Skóra, znajdując się między jarzmem a słupem, przekręcała się i ulegała garbowaniu. Taką skórę przeznaczano na wyrób uprzęży. „Modne” – w cudzysłowie, bo modę dyktowała konieczność – w tamtych czasach były drewniaki. Były to buty o skórzanych cholewkach i drewnianych spodach. Takie buty otrzy-

mywano za dostarczane kontyngenty, kupowano lub robiono samemu. Człowiek poruszał się w nich jak kaleka, ale miały tę zaletę, że były dość ciepłe. Ojciec powiedział: „Dopokond będę mog, będę rojnował, by dzieci moje drywniakow niy zaznały”. Cała rodzina nosiła buty skórzane, a w zimie nawet z cholewami. Pewnego razu pod domem rodziców, na drodze, zatrzymał się osobowy samochód. Wskoczyli z niego Niemcy czy granatowa policja i pobiegli w górę wsi. Wkrótce usłyszeliśmy strzelaninę. W domu akurat pełną parą pracował aparat do pędzenia bimbru. By „braja” nie przywarła do kotła i nie zepsuła jakości produktu, napędzałem ręcznie mieszało mechaniczne. W piwnicy ukryte było ćwierć świni, rezultat odmładzającego kółczykowania. Toteż błąd strach padł na domowników.

W mig wszyscy zniknęli, łącznie z siłą napędową mieszała, i pochowali się po kryjówkach. Na szczęście nie zwrócono charakterystycznego bukietu bimbrowej „przepalanki”, znać wiatr wiał od strony nieprzyjaciela. W owych czasach nie wolno było używać żaren. Wszystkie żarna we wsi zostały opłombowane. Zboże należało odwozić do młyna i tam oddawać jego część jako tzw. odsyp. Każdy trząsł się nad każdym ziarnkiem i bronił się, jak mógł, przed mieleniem we młynie. Dlatego też umiejętnie zdejmowano plomby na okres używalności żaren albo montowano żarna dodatkowe; nie ujawnione nie podlegały plombowaniu i używano ich w zakonspirowaniu. Gdy u nas pracowały żarna, wystawiano mnie na czaty. Stawałem na polu przed wrotami, wyposażony w urządzenia sygnalizujące, najczęściej w długą lagę. W przypadku zbliżania się niepowołanej osoby, miałem za zadanie dać sygnał miękczemu – huknąć lagą we wrota. Wtedy żarna milkły. Ponieważ decydowanie o tym, kto jest podejrzany, należało do mnie, często alarmowałem za ostrożnie. Gdy okazywało się, że alarm był fałszywy, żarna znów ruszały, wydając głuchy, swoisty hurkot. Tylko „kłopot” (usytuowanie górne żarnówki w uchu) nie mógł śpiewnie klekotać jak za dawnych lat. Wyciszano go myd-

łem, łojem itp. W czasach okupacji rozbudowano we mnie chęć do muzykowania. Bakcyła tego zaszczerpił mi ojciec. W młodzieńczych swych latach sam miał ciągoty do muzykowania. Skłonności te rozwinął w pełni dopiero w wojskowej orkiestrze u „Podhalan”. Trafił tam z małym skarbczykiem umiejętności gry na flecie, zdobytej u domorosłego muzykanta. Po odbyciu służby wojskowej uprawiał muzykowanie zarówno jako sztukę dla sztuki, jak i w celach zarobkowych, grywając po wiejskich zabawach i weselach. Gdy już potrafiłem zagrać kilka kawałków w rytmie tanecznym, brano mnie na zabawy. I tak powoli stałem się domorosłym muzykantem.

... C.d.n.

Wierszem pisane

Górska Piękność

Jest taka miejscina niedaleko położona jak w Raju,
Wśród malowniczej okolicy na samym Bieszczadów skraju.
Gdy tam przybędziesz to się w niej rozkochasz na pewno,
Zapamiętasz na zawsze jak pachnie skoszona trawa i schnące drewno.
Urzeknie cię widok gór, pagórków i wzniesień zbożem i trawą usianych,
Oczaruje cię widok złocistych stoków i stromych zboczy zielonymi lasami przybranych.

Mają tam właśnie, w tej miejscinie, te nasze Beskidzkie Góry,
Urokliwy czar Podkarpacia z widokiem na pogodne niebo lub na ołowiane chmury.

Mają one siłę piękna i wdzięku oraz wiekowej polskości,
Są miejscem do turystyki, czynnego odpoczynku oraz miłości.

Okolica owa co dzień czym innym się mieni,
Raz jest malowana złotem żyta i upraw zielenią odcieni,
To znów kiedy indziej w strugach deszczu i chmur szarości,
Daje cudowną woń zapachów z drzewostanu obfitości.

Szosa, drogi wiejskie, ścieżki i leśne dukty kręcą tam zawile,
Idąc wzdłuż rzeki lub strumyków przeżyjesz niezapomniane chwile,
Bo oto na wyciągnięcie ręki jest woda jak kryształ, zimna i pysznością soczysta,
I ta przyroda niezmacona cywilizacją, prawie dziewicza,
Jak Panna Wieczysta.

Jeśli już do niej przybędziesz drogi turysto,
Nie pytaj o jej nazwę lecz bądź artystą,
I czuj jej piękno całym ciałem i całą duszą,
I krzycz, krzycz głośno ze szczęścia, aż cię usłyszają.

A gdy już jesteś zmęczony wędrówką i ową przyrodą oczarowany,
Słońcem na brzaz opalony i wiatrem osmagany,
To wiedz, że to piękno na ziemi zwie się NADOLANY.

Zbigniew Roliński



Podkarpacie a szczególnie jego południowa, podgórska część to rejon to rejon bogaty przyrodniczo i mało skażony chemicznie. Łąki, lasy, miedze, brzegi strumieni pełne są ziół, które mogą być pomocne w dbaniu o zdrowie czy w kosmetyce. Każda pora roku przynosi nam inne zioła, lub pozwala wykorzystywać inne ich części. Jedną z najciekawszych roślin od wieków wykorzystywanych w zielarstwie jest żywokost lekarski a schyłek lata i początek jesieni to najlepsza pora na pozyskiwanie jego korzeni. Żywokost lekarski (*Shympytum officinale*) to bylina występująca pospolicie w miejscach wystarczająco wilgotnych i żyznych zarazem, na brzegach potoków, obniżeniach terenu, mokrych łąkach, rowach. W takich warunkach rośnie wiele lat w jednym miejscu, tworzy spore kępy a łodyga kwiatowa może mieć sporo ponad metr wysokości. Kwitnie od późnej wiosny do końca lata, czasem nawet do przymrozków. Kwiaty są zazwyczaj ciemno niebieskie, często w granatowym odcieniu, ale mogą być także jasne, w różnych odcieniach niebieskich, różowych a także kremowe lub białe. Liście są duże, podłużno-lancetowate, szorstkie, łodyga kwiatowa wzniesiona, kanciasta, także szorstko owłosiona, górą rozgałęziona. Zapiski o stosowaniu żywokostu znajdujemy już u zielarzy z czasów antycznych a także średniowiecznych i późniejszych. Nic w tym dziwnego, ponieważ roślina ta ma bardzo bogaty skład chemiczny pozwalający wykorzystywać ją do leczenia wielu chorób i dolegliwości a także stosować w kosmetyce. Oprócz śluzów jest bogata w allantoinę, kwasy organiczne i inne związki cenne

dla medycznych zastosowań. Dzięki temu preparaty z żywokostu przede wszystkim przyspieszają regenerację nabłonka, kości, mięśni i skóry. Poprawiają kondycję skóry działając jednocześnie odżywczo i nawilżająco jak i przeciwnie. Silne działanie gojące powoduje, że warto stosować żywokostowe okłady, maseczki i maści nie tylko na uszkodzone czy chore stawy, złamane kości ale i rozmaite zmiany skórne a także do pielęgnacji włosów. Dawniej z powodzeniem stosowano żywokost do leczenia stanów zapalnych układu oddechowego, chrypki, kaszlu a także ochrony śluzówki układu pokarmowego przy niezbytach żołądka lub jelit. Niestety obecnie żywokost został skreślony z listy ziół stosowanych wewnętrznie ze względu na obecność w nim pewnych ilości alkaloidów źle działających na wątrobę. Sprawa jest dyskusyjna, ponieważ w czasie obróbki cieplnej surowca ilość alkaloidów się zmniejsza. Można stosować odmiany żywokostu o niewielkiej zawartości alkaloidów, a wreszcie trzymać się zalecanych ograniczeń w zażywaniu leków opartych na żywokostie, co jest przecież zwykłą praktyką w stosowaniu leków. Tak, więc nie kupimy już syropu żywokostowego w aptece. Na szczęście nie ma przeciwwskazań do stosowania zewnętrznego. Najprostszym domowym preparatem z żywokostu jest ocet żywokostowy, który możemy zrobić macerując ziele w occie spożywczym (może być to domowy ocet jabłkowy). Po przynajmniej 7 dniach maceracji możemy już używać do okładania miejsc uderzonych, krwawiaków, opuchnięć, obrzęków, do pielęgnacji nadmiernie zrogowaciałej skóry np. pięt. Można też płukać nim jamę ustną przy kłopotach z dziąsłami. Woda z takim octem będzie pomocna do moczenia pocących się lub obolałych stóp a także płukania włosów, którym nada miękkość i połysk. Zalewając rozdrobniony korzeń alkoholem 60% na miesiąc otrzymamy nalewkę, która będzie pomocna przy leczeniu urazów kostno-stawowych, czy bólach kręgosłupa lub przeciążonych mięśni. Bardzo tradycyjną, prostą maść stosowaną od dawna w medycynie ludowej dla ludzi i zwierząt otrzymamy macerując rozdrobniony korzeń w ciepłym tłuszczu np. smalcu wieprzowym lub jeszcze lepiej gęsim. Stosuje się ją na bolące stawy lub złamania. Możemy także macerować żywokost w oleju i dostaniemy dobry środek do pielęgnacji skóry. Należy w tym celu szklanekę rozdrobnionego korzenia zalać 300 ml ciepłego (60 st. C) oleju lub oliwy. Po czterech dniach przefiltrować. Bardzo zaawansowany lek, wykorzystujący także składniki nierozpuszczające się w tłuszczach zrobimy, jeśli będzie-

my mieli wyciąg glicerynowy. W tym celu należy zalać rozdrobniony korzeń gliceryną (dostępna w aptekach) i pozwolić macerować się tak przynajmniej tydzień. Mając olej i wyciąg glicerynowy możemy zrobić doskonałą maść. Receptę na maść i pozwolę sobie przytoczyć za dr. Różańskim, cenionym współczesnym fitoterapeutą.

Maść żywokostowa - Ung. Symphyti. Składniki:

- olej żywokostowy - 1 łyżka
- wyciąg glicerynowy z żywokostu - 1 łyżka
- podłoże maściowe (*Linomag* - krem lub maść, *Alantan* - maść, lanolina, euceryna, maść z wit. A lub tranowa) - 60 g
- silnie sproszkowany (zmielony) suchy korzeń żywokostu - 1 łyżeczka od herbaty (płaska).

Sposób przyrządzenia maści żywokostowej: do moździerza umieszczonego na gorącej maszynie elektrycznej włożyć podłoże maściowe i gdy ulegnie ono rozpuszczeniu - wlać do moździerza olej żywokostowy wymieszany z proszkiem żywokostowym, wymieszać. Następnie wlać glicerynowy wyciąg żywokostowy i ucierać składniki aż utworzą jednolitą masę, stale jednak podgrzewając. Maść przechowywać w zimnym miejscu i szczelnie zamkniętą. Chore miejsca pokrywać nią 3 razy dz. Jeżeli chcemy maść żywokostową używać do natuszczania warg i skóry (jako naturalny kosmetyk) to nie dodajemy proszku żywokostowego podczas jej produkcji.

Bardzo zachęcam do odwiedzenia strony w Internecie, na której dr Różański pisze bardziej szczegółowo o dawniejszych i współczesnych sposobach wykorzystania żywokostu w medycynie np.: <http://rozanski.li/769/symphytum-zywokost/>, <http://rozanski.li/172/zywokost-symphytum-stosowac-doustnie-czy-nie/>. Ziele żywokostu może być składnikiem karmy dla drobiu, liście zalane wodą dadzą dobry nawóz z dużą zawartością potasu, możemy nimi także wzbogacić kompost. Ja bardzo lubię młode liście smażone w cieście z mąki i zimnej wody. Szczególnie dobrze udaje się, jeśli część mąki będzie ryżowa, kukurydziana lub ziemniaczana a woda bardzo zimna i gazowana. Żywokost może być też atrakcyjnym elementem ogrodu utrzymanego w stylu naturalistycznym. Mam nadzieję, że zachęciłam do zainteresowania się tą pospolitą a jakże pożyteczną rośliną. Często cenne zioła rosną na wyciągnięcie ręki, warto wybrać się na jesienny spacer z łopatką.

Jolanta Harna
fot. Paweł Królikowski

„Nasz Patron był wszystkim dla wszystkich”

Pod takim hasłem Krąg Sanocki i Krąg Nowosielski Stowarzyszenia Pomoc Rodzinie im. św. ks. Zygmunta Gorazdowskiego w Sanoku zorganizował konkurs literacko – plastyczny, który wpisał się w obchody 10. lecia stowarzyszenia. Uroczyste ogłoszenie wyników i rozdanie nagród odbyło się podczas IV Pikniku Rodzinnego w Skansenie w pierwszą niedzielę wakacji (24.06.2018 r.). Honorowy Patronat nad konkursem objęły zakonnice ze Zgromadzenia Sióstr św. Józefa, Prowincja Tarnowska, które ponad 130 lat temu założył nasz święty kapłan z Grodu nad Sanem. Delegacja Sióstr w tym dniu zaszczyliła obecnością organizatorów, pogratulowała zwycięzcom a Prezesowi Stowarzyszenia Wojciechowi Pruchnickiemu złożyła życzenia i wręczyła z okazji jubileuszu obraz św. Józefa, Patrona Zgromadzenia. Była też okazja spotkania się józefitek z Burmistrzami Sanoka: Tadeuszem Pióro i Stanisławem Chęciem. Do konkursu zaprosiliśmy dzieci, młodzież i dorosłych mieszkańców Ziemi Sanockiej. Zadanie konkursowe polegało na wykonaniu pracy plastycznej różnymi technikami (mógł nią być portret świętego Patrona Stowarzyszenia, pejzaż Lwowa i Sanoka związane z Ojcem Ubogich). W formie literackiej oceniane były wiersze lub wspomnienia o św. ks. Zygmuncie Gorazdowskim (np. z beatyfikacji, kanonizacji czy po-

dróży do Lwowa, lub innych miejsc związanych z tą postacią. Konkurs polegał także na rozwiązaniu quizu z wiedzy o Świętym Patronie stowarzyszenia. W konkursie udział wzięło 263 uczestników z Sanoka, Nowosielec, Jaćmierza, Bukowska, Wolicy, Pobiedna, Prusieka, Łukowego i Zagórza, którzy wykonali 102 prace plastyczne, napisali 5 wierszy, 1 wspomnienie i rozwiązali 155 quizów. Komisja Konkursowa w składzie: Kazimierz Zarzyka, Agnieszka Drozd, Barbara Milczanowska, Józefa Bach i Halina Martowicz, przyznała również 1. miejsca w następujących kategoriach uczestnikom z Gminy Bukowsko: wiersz – gimnazjum: Łucja Kowalik, wspomnienie – dorośli: Helena Rojek, praca plastyczna, szkoła podstawowa, klasy 4-7: Maja Perkołup, praca plastyczna, gimnazjum: Oliwia Mikołajek, praca plastyczna – dorośli: Środowiskowy Dom Samopomocy w Wolicy. Nagrodzono wszystkie pozostałe prace przyznając 2 i 3 miejsca oraz wyróżnienia. Nagrody otrzymali: za wiersz, Kacper Maczużak z SP w Pobiednie, za prace plastyczne: Konrad Rakoczy, Gabriel Nowecki, Maja



Hnat, Laura Kamyk, Urszula Rakoczy, Kamil Rakoczy, quiz: Michał Grześ, wszyscy z Zespołu Szkół w Bukowsku. Z prac konkursowych zorganizowano wystawę, którą uczestnicy pikniku i Marszu dla Życia mogli obejrzeć wśród atrakcji jakie organizatorzy przygotowali dla gości. Niektóre z nagrodzonych prac przekazano w formie pamiątki uczestniczącym Siostrom Józefitkom, które nie tylko odwiedziły Skansen ale nawiedziły kościół oo. Franciszkanów by podziękować Ojcu Założycielowi za powołanie do służby bliźnim i modliły się o łaski i błogosławieństwo dla Stowarzyszenia na następne lata działalności. Wszystkim zwycięzcom i uczestnikom konkursu oraz opiekunom i terapeutom gratulujemy i życzymy dalszych sukcesów.

Halina Martowicz
zdjęcia: Jacek Lipiński

Kapliczki i krzyże

Strażniczka Bożych Zasiewów na Wygnance

*Patronko duchowych zasiewów
Matko Boża Siewna
Siewna Boża Matko
Spraw, by w Serca ziarno padło
jak należy i w obfite plony
łatwo było wierzyć.*

W tym numerze kwartalnika przedstawiam czytelnikom, nie tak bardzo odległą historię figury Matki Bożej na Wygnance, patronki jesiennych zasiewów. W 1990 r. na wiosnę p. Gizela Sołtys z synem Zbigniewem zasadziła pięć sztuk owocowych drzewek, w swoim przydomowym ogrodzie. Jedno z tych sadzonek pomimo trzykrotnego nasadzenia nie przyjęło się. Zrezygnowana, uznała, że ziemia w tym miejscu jest wyjałowiona. Zaczęła zastanawiać się jak to miejsce zagospodarować. Nie trzeba było długo czekać. Pewnego dnia nad ranem, we śnie ukazała jej się Matka Boża na tle zaróżowionego nieba, w rannej rosie wskazując ręką właśnie to miejsce. Odczytała to jako znak Boży, że można to miejsce powo-

łać do życia w sensie duchowym. „Nasi przodkowie głęboko wierzyli że tylko Bóg – przez pośrednictwo Maryi może powołać zasadzone ziarno i dać mu wzrost, dlatego prosili ją żeby czuwała nad tą duchową sieją, abyśmy wydali obfite plony, zapewniając sobie życie wieczne”.

Pani Gizela postanowiła wybudować w tym miejscu figurę Matki Bożej, o której fundacji myślała dużo wcześniej, odkąd wyszła za mąż i zamieszkała w tym miejscu. Z opowiadań ludzi starszych słyszała, że 20 metrów dalej, w okresie międzywojennym stała nieistniejąca już kamienna kapliczka z figurą Matki Bożej Siewnej, po drugiej wojnie była już w gruzach, a przy poszerzeniu drogi w latach 80-tych, została całkowicie usunięta. Kapliczka ta miała związek z folwarkiem pana Poźniaka. Wracając do nowo wybudowanej figury, została zakupiona wraz z postumentem u prywatnego rzeźmieśnika w Zarszynie, w tamtym czasie nie było zbyt dużego wyboru. Na uroczystość Matki Bożej Siewnej w 1990 roku świeciła już żywym blaskiem pośród kwiatów. Poświęcenia dokonał śp. ks. Władysław Pawełek.



Dalszym marzeniem fundatorki jest, aby kapliczka przetrwała na następne pokolenia, w dalszym ciągu chroniła plody pracy mieszkańców Nadolan, by omijały ich klęski i niedole, a Ci którzy wsłuchują się w słowa Pana i zachowują je, przynosili najobfitsze plony.

Ździsław Bednarczyk

Setna rocznica urodzin księdza Peszkowskiego – Sejm uczcił Jego pamięć

Sejm RP przyjął uchwałę w sprawie uczczenia pamięci ks. prałata Zdzisława Peszkowskiego. Wnioskodawcą był poseł Ziemi Sanockiej Piotr Uruski.

Drewniane cuda „Pod Cichym Aniołem”

W Tyrawie Wołoskiej powstała bardzo klimatyczna galeria „Pod Cichym Aniołem”. Andrzej Rzepka, właściciel tartaku i radny miejski w Brzozowie, postanowił stworzyć miejsce, gdzie z szeroko otwartymi ramionami zawsze przywita regionalnych artystów.

Autobusem ze Śląska w Bieszczady bez przesiadek!

Firma przewozowa Transgaz TRAVEL uruchomiła pospieszną linię na trasie Polańczyk – Bytom – Polańczyk. Podróż odbywa się bez przesiadek, komfortowym i efektownym autobusem. Kurs dostępny codziennie! Funkcjonuje wygodny i intuicyjny system internetowej rezerwacji biletów oraz pomocna infolinia komunikacji pospiesznej.

W Zagórzu powstanie mini skansen kolejowy

Dzięki współpracy Powiatu Bieszczadzkiego, Gminy Zagórz oraz samorządów słowackich Medzilaborzec i Giraltovic powstanie skwer z leciwą lokomotywą w roli głównej. Jednym z kluczowych elementów projektu będzie stworzenie wirtualnego muzeum, przy pomocy, którego wyeksponowane zostaną pamiątki i archiwalia dotyczące obrony zagórskiego węzła kolejowego w 1918 r.

W Sanoku będzie monitoring wizyjny

Prawie 100 tysięcy złotych otrzyma Sanok na poprawę bezpieczeństwa publicznego. Złożony przez Gminę Miasta Sanoka projekt został zakwalifikowany do dofinansowania. Na terenie miasta Sanoka zmodernizowany zostanie miejski monitoring oraz przeprowadzona zostanie kampania informacyjno – promocyjna.

Wybory samorządowe

21 października odbędzie się pierwsza tura wyborów samorządowych – wynika z rozporządzenia opublikowanego w Dzienniku Ustaw.

Zostań Lokalnym Herosem

Startuje rekrutacja Wolontariuszy SZLACHETNEJ PACZKI i AKADEMII PRZYSZŁOŚCI. Tylko w województwie podkarpackim Szlachetna Paczka poszukuje 650 wolontariuszy, a Akademia Przyszłości 180. Zgłoszenia można dokonać poprzez stronę www.superw.pl. Rekrutacja trwa do 30 września!

Historyczna decyzja w sprawie sanockiego muzeum

Po wielu latach starań sanockie Muzeum Historyczne będzie współprowadzone przez Urząd Marszałkowski. Taką decyzję w tej sprawie jednogłośnie podjęli radni Sejmiku, a ta otwiera nowy etap rozwoju muzeum. Od lat placówka borykała się też z problemami finansowymi, bo prowadzący ją Powiat Sanocki nie miał wystarczających pieniędzy, aby pokryć wszystkie koszty funkcjonowania obiektu.

Autosan staje na nogi

Firma ma zamówienia nie tylko z Polski. W tym roku ma wyprodukować 170 autobusów, w tym także elektryczne. Sanocka fabryka ma zamówienia i potrzebuje dodatkowych pracowników. Brakuje specjalistów: tokarzy, ślusarzy, elektryków, monterów czy spawaczy. W przyszłości Autosan chce się zająć produkcją autobusów napędzanych wodorem. Już pracuje nad nowoczesną stylistyką autobusów.

Powstaje Regionalne Centrum Pamięci Kardynała Karola Wojtyły

Otwarcie Regionalnego Centrum Pamięci Kardynała Karola Wojtyły w Pastwiskach coraz bliżej. Dzięki środkom finansowym z UE oraz Województwa Podkarpackiego, a także środkom budżetu Gminy Zarszyn prowadzone są intensywne prace budowlane w budynku Domu Kultury oraz wokół niego na potrzeby powstania centrum. Uroczyste otwarcie planowane jest na październik br.

Wirtualna podróż balonem po dawnym Krośnie.

Krosno ma nową – darmową atrakcję turystyczną. W wieży farnej można odbyć wirtualną podróż w czasie. Po założeniu specjalnych okularów chętni znajdą się w balonie lecącym nad miastem. Potem mogą wejść na platformę widokową na wieży i przez lunetę panoramiczną zobaczyć Krosno współczesne. Uzupełnieniem jest aplikacja – przewodnik po Krośnie. To dzieje Krosna w pigułce.

Deficyt programistów i grafików

Specjaliści z branży IT w ciągu najbliższej dekady nie będą narzekać na brak pracy. W tym roku deficyt informatyków i programistów sięga ponad 30% i nie wygląda na to, że zapotrzebowanie na nich w kolejnych latach będzie maleć.

Nowy sprzęt w sanockim szpitalu

Sanocki szpital wzbogacił się o nowy sprzęt endoskopowy, za sprawą poprawki posła Piotra Uruskiego złożonej do budżetu państwa i dotacji wojewody podkarpackiej Ewy Leniart. Urządzenia pomogą w diagnostyce chorób wewnętrznych. Sprzęt kosztował 800 tysięcy złotych.

Maria Ambicka



Gmina w obiektywie

Fot. Henryk Pałuk



Dom Ludowy w Bukowsku



Dom Ludowy w Dudynicach



Dom Ludowy w Nagórzanach



Dom Ludowy w Nowotańcu popr



Dom Ludowy w Pobiednie



Dom Ludowy w Woli Sękowej

Dobre rady!

Jak rodzice psują odporność dziecka



Odporność jest dobrem, o które trzeba dbać. Można ją skutecznie wzmacniać, ale równie łatwo zepsuć – z konsekwencjami na całe życie. Oprócz przypadków stwierdzonych medycznie, chorowite dziecko, które szybko i często łapie infekcje, to w dużej mierze efekt niewłaściwych zabiegów rodzicielskich. W jaki sposób najczęściej osłabiamy odporność malucha? W naszym klimacie podawanie witaminy D w kroplach jest czynnością niemal automatyczną. Jednak nie wszystkie witaminy można traktować w ten sposób, ponieważ zdecydowana większość powinna być przyswajana wraz z dietą. Komplet składników zapewnia w pierwszych miesiącach życia mleko matki. Później tę rolę powinno przejąć odpowiednio skomponowane menu. Niestety dzisiejsze mamy na pierwszym miejscu stawiają wygodę - dużo łatwiej podać kilka kropeł preparatu, niż wymyślać codzienny jadłospis tak, aby niczego w nim nie zabrakło. Do tego wszechobecne reklamy, które zapewniają, że sztuczny produkt zapewni dziecku wszystko, czego ono potrzebuje. Tak niestety nie jest. Syntetyczne witaminy wchłaniają się dużo gorzej niż te naturalne, rozleniwiają organizm, a ich przedawkowanie wcale nie należy do rzadkości. Warto przypomnieć sobie, że natura zadbała o to, abyśmy z pożywienia mogli czerpać wszystkie potrzebne do życia składniki. Znajdziemy je właśnie na talerzu – a nie na półce w aptece. Chodzi głównie o wszystkie gotowe produkty, które ułatwiają nam codzienność, ale niszczą zdrowie. Mądry rodzic powinien skreślić z listy gotowe zupy, sztucznie barwione syropy, pizzę, sosy i inne przekąski. Często próżno w nich szukać

jakichkolwiek witamin i składników odżywczych, bowiem oferują cały spis szkodliwych dodatków, takich jak cukier, sól, konserwanty, ulepszacze smaku. Fundują dzieciom otyłość, senność, wahania nastrojów i zaburzenie naturalnej odporności, której organizm nie ma z czego zbudować. Tymczasem najlepszym budulcem zdrowia i odporności dziecka jest woda. Jest ona niezbędna do nawodnienia organizmu i ochrony żołądka. Bez odpowiedniej ilości wody nie wytworzy się prawidłowa ilość kwasu solnego, co spowolni trawienie i wpłynie na osłabienie organizmu. Cukier to również czynnik, który może osłabić odporność dziecka i to nawet o 50 %, a do tego szkodzi zębom i przyczynia się do otyłości. Duża ilość cukru w diecie to również prosta droga do zagrzybienia układu pokarmowego. To z kolei niszczy dobre bakterie, które korzystnie wpływają na układ immunologiczny. Inny błąd popełniany przez rodziców dziecka to przegrzewanie. Czapeczka zakładana nawet latem, zamykanie okien, bo malca przewieje, rajstopki pod spodniami, kilka warstw kaftaników, nawet gdy na dworze jest ciepło, to jego składowe. Troskliwe mamy myślą, że w ten sposób ochronią dziecko przed chorobami, a jednak dzieje się zupełnie odwrotnie. „Wychuchany” organizm nie uczy się bowiem sam walczyć z chłodem i szybciej łapie infekcje. W tym przypadku warto brać przykład z rodziców żyjących w krajach, gdzie przez większość roku panują niskie temperatury. Brak czapki, a nawet gołe nogi w październiku czy listopadzie mogą nas szokować, jednak hartowanie od małego sprawia, że dzieciom rzadko dokucza niska temperatura i ból gardła. I tu dotykamy kolejnego problemu: braku ruchu. Jeśli uważasz, że chorowość twojego dziecka nie ma związku z jego przesiadywaniem przed ekranem komputera bądź telewizora, jesteś w dużym błędzie. Maluch, który biega po podwórku nawet gdy pada, zawsze będzie zdrowszy od dziecka spędzającego większość czasu na grach komputerowych. Naukowcy przekonują, że kilkulatek potrzebuje dziennie czterech godzin nieskrępowanej zabawy, najlepiej na świeżym powietrzu, aby rozwijał się zdrowo. W dzisiejszych czasach, gdy obydwoje rodziców pracuje, to staje się trudne, ale warto zapewnić mu chociaż jedną albo dwie godziny ruchu. Odwdzięczy się lepszą odpornością, rzadszymi wizytami u lekarza i mocniejszym snem. Udowodniono też, że dzieci wychowywane w spokoju, atmosferze miłości i poczuciu bezpieczeństwa, mają silniejszy układ odpornościowy, rzadziej łapią infekcje, a jeśli zachorują, ich organizm szybciej radzi sobie z zakażeniem. Jeśli więc chcesz wzmacniać odporność swojego dziecka i podarować mu jak najlepsze zdrowie, dbaj o jego prawidłową dietę, ubranie, zapewniaj dużo ruchu i... często je przytulaj!

(-)

Dopalacze

Gdzie szukać pomocy?

Najważniejsze numery telefonów.

W ostatnich latach w kraju odnotowano wiele przypadków zatrucia narkotykami, tzw. dopalaczami. Do szpitali trafiły osoby z ostrym zatruciem organizmu. Masz wątpliwości czy Twoje dziecko zażywa dopalacze? Chcesz dowiedzieć się więcej na temat możliwości leczenia? Wiesz wszystko o negatywnych skutkach tych niebezpiecznych substancji? Masz informacje o miejscach, w których handluje się zakazanymi środkami? Jesteś uzależniony? Ministerstwo Spraw Wewnętrznych przygotowało listę numerów telefonów pod którymi można szukać pomocy. Lista została także przekazana do wszystkich resortów, urzędów wojewódzkich oraz powiatów.

800 060 800 – Bezpłatna, całodobowa infolinia Głównego Inspektora Sanitarnego. Pod tym numerem telefonu możemy uzyskać informacje na temat negatywnych skutków zażywania dopalaczy oraz o możliwościach leczenia. Infolinia jest także przeznaczona dla rodziców, którzy mają wątpliwości czy ich dzieci zażywają dopalacze. Na infolinię GIS można przekazywać także informacje, które mogą ułatwić służbom dotarcie do osób handlujących tymi nielegalnymi substancjami.

116 111 – Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży. Służy on młodzieży i dzieciom potrzebującym wsparcia, opieki i ochrony. Zapewnia dzwoniącemu możliwość wyrażania trosk, rozmawiania o sprawach dla nich ważnych oraz kontaktu w trudnych sytuacjach. Telefon prowadzi Fundacja Dzieci Niczyje. Linia jest dostępna codziennie w godzinach 12:00 – 20:00, pomoc online dostępna na www.116111.pl/napisz. Tylko w 2014 roku specjaliści przeprowadzili 3205 rozmów dotyczących dopalaczy.

800 100 100 – Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawach bezpieczeń-

stwa dzieci. To bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna i online dla rodziców i nauczycieli, którzy potrzebują wsparcia i informacji w zakresie przeciwdziałania i pomocy dzieciom przeżywającym kłopoty i trudności wynikające z problemów i zachowań ryzykownych takich jak: agresja i przemoc w szkole, cyberprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystywanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, uzależnienia, depresja, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania. Telefon prowadzi Fundacja Dzieci Niczyje. Linia dostępna od poniedziałku do piątku w godzinach 12:00 – 18:00, pomoc online dostępna pod adresem pomoc@800100100.pl. W 2014 roku 61 rozmów dotyczyło problemów z dopalaczami.

800 12 12 12 – Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka. Osoby poszukujące pomocy oraz informacji na temat dopalaczy mogą korzystać także z telefonu zaufania Rzecznika Praw Dziecka. Numer przeznaczony jest zarówno dla dzieci, jak i dorosłych, którzy chcą zgłosić problemy dzieci. Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.15 do 20.00. Po godzinie 20.00 oraz w dni wolne od pracy, każdy może przedstawić problem i zostawić numer kontaktowy. Pracownik telefonu zaufania oddzwoni następnego dnia.

112 – Numer alarmowy obowiązujący na terenie całej Unii Europejskiej.

Maria Ambicka



Z podwórka

Gazociąg rusza

Operator Gazociągów Przesyłowych GAZ-SYSTEM S.A. informuje o rozpoczęciu realizacji projektu przewidzianej na okres od 10. 2018 – 05. 2019 r. Będą to głównie prace przygotowawcze (głównie prace geodezyjne i wycinkę drzew oraz krzewów). Terminy wykonywania robót na poszczególnych działkach będą zgłaszane właścicielom z 28 dniowym wyprzedzeniem. Szczegóły na stronach Urzędu Gminy.

Rajd

W tym roku 4 sierpnia Gmina Bukowsko po raz kolejny była współorganizatorem VIII Beskidzkiego Rajdu Śladami II Kardynałów. Ciepły posiłek czekał na uczestników na paśmie Bukowicy, na trasie rajdu.

Chłop i Baba

Podczas cyklicznej imprezy organizowanej w Bażanówce, naszą gminę reprezentowali Katarzyna Bąk i Artur Byrtek. Rywalizowali w różnych konkurencjach związanych z życiem na wsi. Wprawdzie nie wygrali nagrody głównej, ale mogli cieszyć się nagrodą ufundowaną przez Wójta Gminy Bukowsko i samą zabawą.

Premia na rozpoczęcie działalności pozarolniczej

Od 15 X do 13 XI odbędzie się nabór wniosków w ramach „Premii na rozpoczęcie działalności pozarolniczej”. O premię w wysokości 100 tys. zł. mogą ubiegać się rolnicy, domownicy, małżonkowie rolnika. Powstała firma może zajmować się np. sprzedażą detaliczną, rzemiosłem, rękodziełem czy prowadzeniem obiektów noclegowych. Więcej szczegółów na stronach ARiMR i Urzędu Gminy.

Paweł Królikowski

OBWIESZCZENIE WÓJTA GMINY BUKOWSKO

z dnia 23 sierpnia 2018 r.

o okręgach wyborczych ich granicach, numerach, liczbie radnych wybieranych w każdym okręgu wyborczym oraz wyznaczonej siedzibie Gminnej Komisji Wyborczej

Na podstawie art. 422 ustawy z dnia 5 stycznia 2011 r. Kodeks Wyborczy (Dz. U. z 2018 r. poz. 734 z późn.zm.) oraz Uchwały Nr XLVII/279/2018 Rady Gminy Bukowsko z dnia 26 marca 2018 r. w sprawie podziału gminy Bukowsko na okręgi wyborcze, ustalenia ich granic i numerów oraz liczby radnych wybieranych w każdym okręgu wyborczym.

obwieszcza się co następuje:

1. W celu przeprowadzenia wyborów do Rady Gminy Bukowsko w dnia 21 października 2018 r. podaje się do wiadomości wyborców informację o numerach i granicach okręgów wyborczych, liczbie radnych wybieranych w każdym okręgu

Nr okręgu wyborczego	Granice okręgu wyborczego	Liczba radnych wybieranych w okręgu
1	BUKOWSKO: 1-52, 81, 252, 270-271, 273-278, 280, 282,282A, 284, 292, 321, 327,346, 359, 362, 398,400,400A,405	1
2	BUKOWSKO: 53-80, 82-99, 262, 264-267, 272-273, 275, 291, 293, 296-313, 322, 326,326A, 338B-339, 344, 360-361, 363-371, 373,375,376,378,388,390,395-397, 400,406	1
3	BUKOWSKO: 100-150B, 268, 268A, 274-274A, 281, 281A, 283, 284-285, 314-315, 317,323, 330, 333-337, 340, 340-351, 381, 399, 403,411, 412,414-417,420	1
4	BUKOWSKO: 151-202, 253-261A, 263, 285, 318-320, 325, 331, 341, 343, 345, 352, 374, 402,407-409, 421-425, 432, 435 KAMIEŃNE	1
5	BUKOWSKO: 203-251, 269, 276, 279, 286, 316, 324, 335, 338, 372, 404, 410,	1
6	DUDYŃCE, POBIEDNO: 1-52, 112, 124, 136, 132	1
7	POBIEDNO: 53-111, 113- 123, 125-135, 137-150, od 153 do końca	1
8	KARLIKÓW, PŁONNA, PRZYBYSZÓW, WOLA PIOTROWA	1
9	TOKARNA, WOLA SĘKOWA	1
10	NAGÓRZANY	1
11	NOWOTANIEC	1
12	BELCHÓWKA , RATNAWICA, ZROSKA	1
13	WOLICA	1
14	NADOLANY: 1-38, 40-45, 47-78, 81, 106, 140-142, 155,164, 168-173, od 175 do końca	1
15	NADOLANY: 39, 46, 79-80A, 82-105A, 107-139, 143-154, 156-163, 165-167, 174	1

2. Gminna Komisja Wyborcza Bukowsko ma siedzibę w Urzędzie Gminy Bukowsko pok. 105, tel. 13 4674015

WÓJT GMINY BUKOWSKO
Piotr Błażejowski

OBWIESZCZENIE

**Wójta Gminy Bukowsko
z dnia 19 września 2018 roku**

Na podstawie art. 16 § 1 ustawy z dnia 5 stycznia 2011 r. – Kodeks wyborczy (Dz. U. z 2018 r. poz. 754, 1000 i 1349) Wójt Gminy Bukowsko podaje do wiadomości wyborców informacje o numerach oraz granicach obwodów głosowania, wyznaczonych siedzibach obwodowych komisji wyborczych oraz możliwości głosowania korespondencyjnego i przez pełnomocnika w wyborach do rad gmin, rad powiatów i sejmików województw oraz w wyborach wójtów, burmistrzów i prezydentów miast zarządzanych na dzień 21 października 2018 r.:

Nr obwodu głosowania	Granice obwodu głosowania	Siedziba obwodowej komisji wyborczej
1	Bukowsko, Wola Piotrowa, Tokarnia, Kamienne, Karlików, Plonna, Przybyszów	Urząd Gminy (sala narad), Bukowsko 290, 38-505 Bukowsko Lokal dostosowany do potrzeb wyborców niepełnosprawnych 
2	Nadolany, Nagórzany, Nowotaniec, Wola Sękowa	Zespół Szkół, Nowotaniec 77, 38-505 Bukowsko Lokal dostosowany do potrzeb wyborców niepełnosprawnych 
3	Bełchówka, Dudyńce, Pobiedno, Wolica, Zboiska, Ratnawica	Zespół Szkół, Pobiedno 105, 38-505 Bukowsko

Głosować korespondencyjnie mogą wyborcy posiadający orzeczenie o znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności, w rozumieniu ustawy z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych, w tym także wyborcy posiadający orzeczenie organu rentowego o:

- 1) całkowitej niezdolności do pracy i niezdolności do samodzielnej egzystencji;
- 2) całkowitej niezdolności do pracy;
- 3) niezdolności do samodzielnej egzystencji;
- 4) o zaliczeniu do I grupy inwalidów;
- 5) o zaliczeniu do II grupy inwalidów;

a także osoby o stałej albo długotrwałej niezdolności do pracy w gospodarstwie rolnym, którym przysługuje zasiłek pielęgnacyjny.

**Zamiar głosowania korespondencyjnego powinien zostać zgłoszony do Komisarza Wyborczego w Krośnice II
najpóźniej do dnia 8 października 2018 r.**

Głosować przez pełnomocnika mogą wyborcy którzy najpóźniej w dniu głosowania ukończą 75 lat, lub posiadający orzeczenie o znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności, w rozumieniu ustawy z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych, w tym także wyborcy posiadający orzeczenie organu rentowego o:

- 1) całkowitej niezdolności do pracy i niezdolności do samodzielnej egzystencji;
- 2) całkowitej niezdolności do pracy;
- 3) niezdolności do samodzielnej egzystencji;
- 4) o zaliczeniu do I grupy inwalidów;
- 5) o zaliczeniu do II grupy inwalidów;

a także osoby o stałej albo długotrwałej niezdolności do pracy w gospodarstwie rolnym, którym przysługuje zasiłek pielęgnacyjny.

**Wniosek o sporządzenie aktu pełnomocnictwa powinien zostać złożony do Wójty Gminy Bukowsko
najpóźniej do dnia 12 października 2018 r.**

Głosowanie w lokalach wyborczych odbywać się będzie w dniu 21 października 2018 r. od godz. 7⁰⁰ do godz. 21⁰⁰.

Wójt Gminy Bukowsko

Piotr Błażejowski

OBWIESZCZENIE

Gminnej Komisji Wyborczej w Bukowsku
z dnia 2 października 2018 r.

o zarejestrowanych listach kandydatów na radnych w wyborach do Rady Gminy Bukowsko zarządzonych na
dzień 21 października 2018 r.

Na podstawie art. 435 § 1 ustawy z dnia 5 stycznia 2011 r. – Kodeks wyborczy (Dz. U. z 2018 r. poz. 754, 1000 i 1349) Gmina Komisja Wyborcza w Bukowsku podaje do wiadomości publicznej informacje o zarejestrowanych listach kandydatów na radnych w wyborach do Rady Gminy Bukowsko zarządzonych na dzień 21 października 2018 r.

Okręg wyborczy Nr 1

1. **LUSZCZ Piotr**, lat 41, zam. Bukowsko,
zgłoszony przez KW PRAWO I SPRAWIEDLIWOŚĆ - Lista nr 10

Okręg wyborczy Nr 2

1. **KOWALIK Stanisław Walenty**, lat 60, zam. Bukowsko,
zgłoszony przez KW PRAWO I SPRAWIEDLIWOŚĆ - Lista nr 10
2. **SOKÓŁ Jan Henryk**, lat 62, zam. Bukowsko,
zgłoszony przez KWW NASZA GMINA BUKOWSKO - Lista nr 14

Okręg wyborczy Nr 3

1. **NIŁKA Krzysztof Łukasz**, lat 31, zam. Bukowsko,
zgłoszony przez KW PRAWO I SPRAWIEDLIWOŚĆ - Lista nr 10

Okręg wyborczy Nr 4

1. **RAKÓCZY Zenon**, lat 42, zam. Bukowsko,
zgłoszony przez KW PRAWO I SPRAWIEDLIWOŚĆ - Lista nr 10

Okręg wyborczy Nr 5

1. **KLEPCZYK Marek Robert**, lat 51, zam. Bukowsko,
zgłoszony przez KW PRAWO I SPRAWIEDLIWOŚĆ - Lista nr 10
2. **KLEPCZYK Adrian Jan**, lat 24, zam. Bukowsko,
zgłoszony przez KWW NASZA GMINA BUKOWSKO - Lista nr 14

Okręg wyborczy Nr 6

1. **BREJTA Łukasz**, lat 36, zam. Pobiedzno,
zgłoszony przez KW PRAWO I SPRAWIEDLIWOŚĆ - Lista nr 10

Okręg wyborczy Nr 7

1. **KOŁODZIEJ Andrzej**, lat 42, zam. Pobiedzno,
zgłoszony przez KW PRAWO I SPRAWIEDLIWOŚĆ - Lista nr 10

Okręg wyborczy Nr 8

1. **HOLOMEK Jan**, lat 63, zam. Wola Piotrowa,
zgłoszony przez KWW NASZA GMINA BUKOWSKO - Lista nr 14

Okręg wyborczy Nr 9

1. **KRZYWIŃSKI Stanisław**, lat 65, zam. Tokarnia,
zgłoszony przez KKW SIELEWICA RAZEM –
Lista nr 5
2. **CZAPLA Marian Franciszek**, lat 65, zam. Wola Sękowa,
zgłoszony przez KW PRAWO I SPRAWIEDLIWOŚĆ - Lista nr 10
3. **SOLTYS Marian Franciszek**, lat 62, zam. Wola Sękowa,
zgłoszony przez KWW NASZA GMINA BUKOWSKO - Lista nr 14

Okręg wyborczy Nr 10

1. **KOWALCZYK Maria Anna**, lat 63, zam. Nagłuszny,
zgłoszona przez KW PRAWO I SPRAWIEDLIWOŚĆ - Lista nr 10

Okręg wyborczy Nr 11

1. **BIŁAŻEJOWSKI Sebastian Władysław**, lat 38, zam.
Nowotaniec,
zgłoszony przez KW PRAWO I SPRAWIEDLIWOŚĆ - Lista nr 10

Okręg wyborczy Nr 12

1. **MACYK Mieczysław Jan**, lat 60, zam. Zboiska,
zgłoszony przez KW PRAWO I SPRAWIEDLIWOŚĆ - Lista nr 10
2. **RAKÓCZY Mieczysław Anselm**, lat 60, zam. Zboiska,
zgłoszony przez KWW NASZA GMINA BUKOWSKO - Lista nr 14

Okręg wyborczy Nr 13

1. **CHREJASZCZ Leszek Grzegorz**, lat 41, zam. Wolica,
zgłoszony przez KW PRAWO I SPRAWIEDLIWOŚĆ - Lista nr 10

Okręg wyborczy Nr 14

1. **KOZIMOR Danuta Anna**, lat 49, zam. Nadolany,
zgłoszona przez KOMITET WYBORCZY PSL –
Lista nr 2
2. **KOZIMOR Zbigniew Piotr**, lat 56, zam. Nadolany,
zgłoszony przez KW PRAWO I SPRAWIEDLIWOŚĆ - Lista nr 10

Okręg wyborczy Nr 15

1. **NĘDZA Krystyna Halina**, lat 48, zam. Nadolany,
zgłoszona przez KW PRAWO I SPRAWIEDLIWOŚĆ - Lista nr 10
2. **JAKUBOWSKI Zbigniew**, lat 60, zam. Nadolany,
zgłoszony przez KWW NASZA GMINA BUKOWSKO - Lista nr 14

Przewodniczący
Gminnej Komisji Wyborczej w Bukowsku
Katarzyna Justyna Sobieszczyk

Aforyzmy i myśli Tadeusza Kotarbińskiego

Znakomitym nauczycielem jest dopiero ten, kto umie innych nauczyć nawet tego, czego sam nie umie.

Historyk bada przeszłość, aby wytłumaczyć teraźniejszość, etnolog bada teraźniejszość, aby odtworzyć dzieje minione.

Kulturę przeciwstawia się naturze, jednakże kulturalność godzi się z naturalnością.

W sprawach moralnych na ogół im radykalniejsze środki, tym radykalniej sprzeciwiają się celom.

Zło jest w tym, że wielkie świństwa uważa się za małe rzeczy.

Dobro ma ręce związane, gdyż zawsze się czymś krępuje, zło jest wolne, gdyż nie krępuje się niczym.

Krzyżówka nr 55



Poziomo:

- 1A napój orzeźwiający owocowy lub owocowo-mleczny
- 1I uniform dla służby
- 2G okres dziejów, epoka geologiczna
- 3A dawniej najemny robotnik rolny
- 3I jednolity blok kamienny
- 4G rodzaj, kategoria
- 5A sygnał dźwiękowy ostrzegający przed niebezpieczeństwem
- 5K wąski wyorany pas ziemi
- 6F gra rolę w filmie lub teatrze
- 7A gliniany instrument muzyczny dęty
- 7I mała walizeczka
- 9A łączność, styczność
- 9I metal szlachetny barwy srebrzystobiałej
- 10F duży garnek kuchenny
- 11A sąsiednia gmina
- 11I jedno z imion Norwida
- 12G prośba o podanie lub ofiarowanie czegoś
- 13A złudne, udawane
- 13I przykładą wielką wagę do ubioru
- 14G dźwięk lub miara odległości między dźwiękami skał
- 15A była taka Zosia
- 15I belka poprzeczna między filarami

Pionowo:

- A1 wysuszony miąższ orzechów kokosowych, z którego tłoczy się olej
- A1I rezerwa na jakiś czas
- B5 cukier mlekowy
- C1 dźwignia z rączką zakładana na wał maszyny
- C1I można iść po niego do głowy
- D5 rzadkość, coś bardzo smacznego
- E1 książka z kartami przystosowanymi do wkładania fotografii
- E1I szkic, kontur
- F6 dodatkowe pisma do zawartej umowy
- G1 rodzaj krzesła na drążkach, służącego do przenoszenia ludzi
- G9 rzecz o złej jakości
- I1 kolorowa latarnia z papieru
- I9 chory u lekarza lub w szpitalu
- J6 prawdziwy, rzeczywisty, osiągalny
- K1 premia, gratyfikacja
- K1I autor wierszy
- L5 twórca np. mody
- L1 ruchome kółka na osi, służące do przesuwania czegoś
- Ł11 obraz, wizerunek postaci publicznej
- M5 teren przeznaczony do biegów sportowych
- N1 jeden z modeli samochodów m-ki Opel
- N1I podręczny zeszyt, notatnik

Henryk Pałuk

Zespół redakcyjny Kwartalnika: Maria Ambicka, Paweł Królikowski, Ewa Kseniak, Henryk Pałuk, Barbara Podstawka, Renata Preisner-Rakoczy. Współpracują: Zdzisław Bednarczyk, Adrian Klepczyk, Danuta Kozimor, Kazimierz Rakoczy, Beata Woroniec, Katarzyna Zabiega.

Wydawca: Gmina Bukowsko
Adres Redakcji: 38 - 505 Bukowsko 290
tel/fax 13 46 74 015 w. 37
www.bukowsko.pl, e-mail: naszkwartalnik2@wp.pl
skład: www.gfx.sanok.pl - 604 409 716





Złote Gody Bukowsko 2018