



GŁOS SZCZAŃCA

INFORMATOR GMINNY - NR 6 / PAŹDZIERNIK 2021 ISSN 2720-0183





PODEJMOWANIE DECYZJI WIĄŻE SIĘ ZAWSZE Z ICH Z KONSEKWENCJAMI.

Życie każdego z nas jest efektem, a w dalszej konsekwencji splotem skutków niezliczonych decyzji. Cudzych i własnych. Słusznych i błędnych. Zamierzonych i nieprzemyślanych. Zawsze jednak nieodwracalnych!

Pół biedy, jeżeli podejmowane przez nas decyzje wpływają tylko na życie nasze, czy życie najbliższych nam osób. Choć w rzeczywistości nigdy tak nie jest do końca. Każda nasza decyzja jest jak kamyk wrzucony do spokojnej wody... wywołuje na niej kręgi, które rozchodzą się daleko i spotykają na swej drodze kręgi wywołane przez inne, również wrzuczone wcześniej, lub później decyzje-kamyki, zaburzając ich bieg czy zmieniając ich zamierzony wcześniej kierunek. Chcę po prostu powiedzieć, że każda podejmowana przez nas decyzja ma wpływ nie tylko na nasze życie, ale również na życie innych, często nawet nieznanym nam osobom. Tyle o decyzjach.

Teraz trochę o naturze człowieka. Otóż w swej naturze, genetycznie zaprogramowani jesteśmy w taki sposób, że z upodobaniem kwestionujemy otaczającą nas rzeczywistość, a co za tym idzie – próbujemy ją zmieniać i na ile się da – dopasowywać do naszych potrzeb. Jest to bardzo pozytywna cecha naszego gatunku, gdyż od zawsze była katalizatorem, lub wręcz motorem postępu i rozwoju naszej cywilizacji. Uwielbiamy dyskutować, oceniać, a i nierzadko podważać słuszność decyzji podejmowanych przez innych. Bierzemy pod uwagę swoje racje, ale jakże często zapominamy, że podejmowane decyzje – będą rzutowały również na życiowe interesy innych ludzi! Gotowi jesteśmy sprzeczać się z losem, z Panem Bogiem, a ze szczególnym upodobaniem – z lokalną władzą. „- Bo my wiemy lepiej, co jest dla

„Zrozumiałem, że niektóre osoby nigdy nie będą mnie szanować i doceniać. Nie ma znaczenia kim jestem, jaki jestem, co robię, jaką mam historię życia i co osiągnąłem.

Zrozumiałem, że nie ma sensu niczego udowadniać ani tłumaczyć. Szczególnie ludziom, którzy uważają się za lepszych od innych, a tak naprawdę, lepsze mają jedynie mniemanie o sobie...”

-Keanu Reeves (John Wick)

nas dobre”! „Dla nas” – być może!

Jednakże Gmina, to coś więcej, niż „MY”! To 11 sołectw, to 3768 mieszkańców. Każde sołectwo, ba, nieomal każdy mieszkaniec gminy ma swoje indywidualne potrzeby. Każdy ma swoje oczekiwania. Zarządzając gminą, musimy uwzględniać je wszystkie. Oczywiście, nie da się ich wszystkich jednocześnie zrealizować, natomiast znając okoliczności i uwarunkowania każdej miejscowości, oraz nasze realne możliwości pozyskiwania środków zewnętrznych – jesteśmy w stanie realizować je sukcesywnie, realizując gminne inwestycje według określonego harmonogramu. Odwieczne pytanie zadawane przez mieszkańców: „- Dlaczego TAM, a nie TU?”, spędza sen z oczu każdego samorządowca! Zadając takie pytania, często nie pamiętamy, że nie tak dawno, może w ubiegłym roku, bądź niewiele wcześniej, „TU” się również coś działo... droga, chodnik, wodociąg czy zrewitalizowany staw – poszedł już w zapomnienie i głośno dopominamy się, żeby „TU” ponownie trafiła kolejna gminna inwestycja. Nie chcemy wiedzieć, że inni wciąż czekają... natomiast wójt musi wciąż pamiętać również o „innych”!

Pod koniec ub. roku gruchnęła w TV wiadomość o inicjatywie „zrekompensovania” przez Rząd krzywd, jakie byli pracownicy dawnych PGR-ów doznali w efekcie transformacji ustrojowej, i będącej jej skutkiem transformacji gospodarczej. Do wszystkich gmin, na terenie których funkcjonowały kiedyś PGR-y, miał trafić potężny zastrzyk gotówki w ramach Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych. W przestrzeń publiczną poszły informacje o kwotach rzędu nawet pół miliarda złotych... Rzeczywistość zweryfikowała te informacje: ostatecznie kwota wsparcia ze środków Funduszu Przeciwdziałania COVID-19 na ww. cel wyniosła **340 mln. zł.**

Na cały kraj oczywiście! Ale tego już nikt nie przeliczał... apetyty mieszkańców wsi oraz osiedli popegeerowskich zostały rozdmuchane do niewyobrażalnych rozmiarów: „- Wyremontujemy wszystko i wszędzie!” Popuszczono wodze fantazji... zapominając, że Polska, to nie tylko gmina Szczanec!

Dokonano centralnego podziału środków na poszczególne województwa, na terenie których funkcjonowały PGR-y. Z ogromnego początkowo krajowego „tortu”, Lubuskie otrzymało swój kawałek: na 82 gminy województwa Lubuskiego przypadła łącznie kwota ok. **17,4 mln. zł.**

Z tego lubuskiego „torcika”, dla gminy **Szczanec wykrojona została kwota 0,89 mln. zł.** Relatywnie ogromna, biorąc pod uwagę, że w arytmetycznym podziale środków przyznanych na nasze województwo – średnio, przy równym podziale, na każdą gminę wypadała kwota 212 tys. zł.



Przyznana kwota była efektem wniosku złożonego przez gminę Szczanec. Wniosku dobrze przygotowanego i skutecznie umotywowanego. I tu dochodzimy do sedna problemu: na jakie inwestycje złożyć wniosek, skoro wszystkie miejscowości mają uzasadnione potrzeby, a każda z nich na coś liczy! Stałem przed koniecznością wyboru. Wyboru racjonalnego i mającego na celu realizację takich zadań, i w tych miejscach, które najlepiej wpisują się w intencje pomysłodawców tego działania...

Wybór mógł być tylko jeden: **REMONTUJEMY DROGI**, gdyż to jest cią-

gle najbardziej newralgiczny problem w naszej gminie. Żaden kolejny remont świetlicy, nowy plac zabaw, zrewitalizowany staw czy następny odcinek ścieżki rowerowej nie zrekompensuje problemów związanych z brakiem wygodnego dojazdu do miejsca zamieszkania!

Kolejny problem związany był z lokalizacją takiej drogowej inwestycji, gdyż drogę do remontu mamy na terenie naszej gminy sporo... Ostatecznie wybór padł na przejętą w ub. roku od Powiatu drogę do osiedla bloków i domków popegeerowskich w Smardzewie, tzw. droga na Karczyn. Historia remontu tej drogi jest bardzo długa i sięga jeszcze czasów z przed grudnia roku 2014, czyli zanim zostałem wójtem. Odkąd sięgam pamięcią, mieszkańcy Osiedla w Smardzewie zawsze domagali się ode mnie remontu tej drogi nie bacząc na fakt, iż była ona przecież w zarządzie Powiatu, i nikt inny tylko Starosta mógł być adresatem tych żądań!

Niestety, gmina Szczaniec nie mogła wcześniej wystąpić o środki na remont tej drogi, gdyż jej właścicielem był Powiat Świebodzin. Postanowiliśmy w końcu 3 lata temu przejąć po prostu tę drogę, i przy pierwszej nadarzającej się okazji pozyskać dofinansowanie i ją wyremontować. Procedura przejęcia drogi trwała prawie dwa lata, ale ostatecznie staliśmy się jej właścicielami i wystarczył nam 1 rok, aby uzyskać niezbędne środki na jej remont!

Podobnie wygląda sprawa drogi dojazdowej do Nowego Karcza, czyli niewielkiej miejscowości w naszej gminie, będącą typową osadą popegeerską. Wraz z likwidacją PGR Myszęcina, czas w Nowym Karczu się zatrzymał! Mieszkańcy, podobnie jak w Smardzewie, domagali się ode mnie remontu drogi nie licząc się z faktem, że jej własnością był z kolei Skarb Państwa, a zarządcą – Starosta Powiatu Świebodzin. Tę drogę również przejęliśmy na majątek gminy Szczaniec.

Trzecią drogą zakwalifikowaną do wniosku, jest droga prowadząca do bloków popegeerowskich w Dąbrówce Małej.

W efekcie mojej decyzji, dzięki pomocy finansowej od Rządu RP, przebudujemy drogi: w Smardzewie za kwotę ok. 450 tys. zł, w Dąbrówce Małej za prawie 300 tys. zł, i w Nowym Karczu ponad 250 tys. zł. Zostały właśnie wykonane

dokumentację na przebudowę tych dróg, i mam nadzieję, że do końca roku wyłonimy, w postępowaniu w ramach zamówień publicznych, wykonawców tych zadań oraz podpiszemy z nimi umowy na realizację.

Na ile moja decyzja była słuszna, i jak ww. inwestycje wpłyną na poprawę jakości życia mieszkańców Naszej Gminy – zapewne czas pokaże, ale jestem osobliście przekonany, że jest to najbardziej optymalne wykorzystanie tych środków. Zresztą fakt, że nasza inicjatywa była słuszna, potwierdziła pozytywna ocena naszego wniosku przez komisję Wojewody Lubuskiego, oraz właściwego ministerstwa polskiego rządu, gdyż w ramach naboru, **do Wojewody Lubuskiego wpłynęło 198 wniosków gmin na łączną kwotę dofinansowania 265 416 672 zł! Natomiast dofinansowanie otrzymały jedynie 42 zadania gminne na kwotę 17 387 500 zł!**

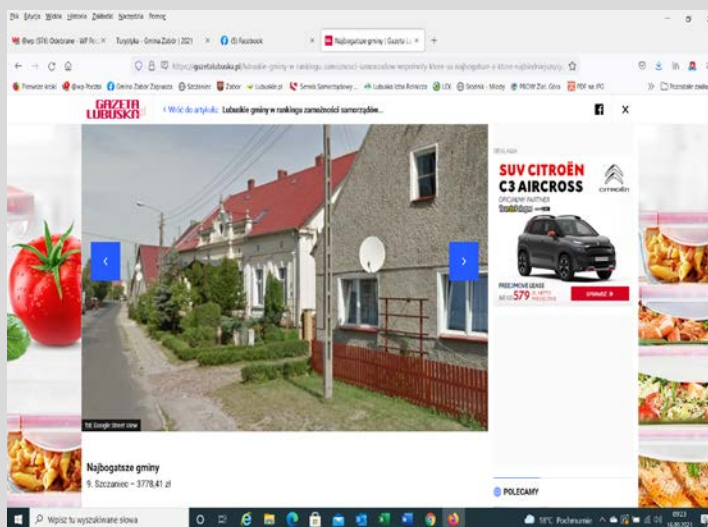
Dla porządku, korzystając z okazji, niejako dla uzupełnienia informacji o realizowanych aktualnie zadaniach drogowych

dodam, że właśnie rozpoczął się remont byłej drogi powiatowej w Kielcu, również z mojej inicjatywy przejętej ostatnio od Powiatu Świebodzin. Dotację w wysokości 278 221 zł, czyli ok. 50% wartości zadania otrzymaliśmy od Wojewody Lubuskiego, w ramach Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg.

Tyle na razie o podejmowanych w Gminie Szczaniec decyzjach. Czasami trudnych i wymagających sporej determinacji ze strony władz Naszej Gminy oraz o ich efektach. W ostatecznym rozrachunku - uważam, że pozytywnych, choć jak znam życie oraz naszą gminną rzeczywistość...malkontenci znów będą mieli używanie, a na forach społecznościowych zapewne ponownie się zagotuje! Cóż, podjąłem taką, a nie inną decyzję i przyjmuję na siebie pełną odpowiedzialność za nią. Pomimo całego odium i hejtu, jaki na moją osobę z tego tytułu spadnie!

Pozdrawiam serdecznie
– Wójt Gminy Szczaniec,
Krzysztof Neryng.

Gmina Szczaniec w pierwszej dziesiątce wśród Lubuskich gmin wiejskich w rankingu zamożności samorządów „Wspólnoty” za 2020r.



Najbogatsze gminy => 9. Szczaniec – 3778,41 zł

Zamożność gmin została określona poprzez wydatki budżetowe na mieszkańca w gminie.

W przypadku naszej gminy to głównie pomnażanie finansów poprzez zdobywanie środków zewnętrznych, zarówno tych unijnych i krajowych przeznaczanych głównie na inwestycje.

Dochody własne Gminy Szczaniec kształtują się na najniższym poziomie wśród gmin w Województwie Lubuskim.





INWESTYCJA Z NIEZŁĄ HISTORIĄ

O kanalizacji w Smardzewie mówiło się w gminie od zawsze, a na pewno od kiedy do systemu zbiorowego odprowadzenia ścieków podłączono niewiele większy Myszecin i wiele mniejsze Ojerzyce. W dokumentach strategicznych gminy, problem zagospodarowania ścieków był zawsze uwypatniany.

W koncepcji gospodarki ściekowej Smardzewo znalazło się jednak poza aglomeracją. Obwarowany przepisami krajowymi i unijnymi wskaźnik 120 mieszkańców na 1 km sieci skutecznie wykluczał Smardzewo z przyłączenia do Aglomeracji Szczaniec i finansowania jej budowy ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Lubuskie 2020. Pozostało poszukiwanie innych rozwiązań. Proponowane przez niektórych przydomowe oczyszczalnie, w tak dużej i tak gęsto zabudowanej miejscowości z pewnością nie sprawdziłyby się. Pozostała budowa systemu lokalnego z niewielką oczyszczalnią ścieków. Nie lada wyzwaniem było zlokalizowanie miejsca posadowienia oczyszczalni. Gmina własnego gruntu oddalonego od miejscowości, i z możliwością odbioru oczyszczonych ścieków nie posiadała. Pozostało kupić działkę od rolnika. W Smardzewie jest ziemia dobrej klasy i w cenie. Determinacja władz gminnych doprowadziła jednak do wydzielenia działki na potrzeby oczyszczalni z dostępem do rowu, a negocjacje z rolnikiem zakończyły się sukcesem zwieńczonym umową u notariusza.

Głosy radnych i mieszkańców ze Smardzewo były zawsze brane pod uwagę i już w 2016r. została zlecona dokumentacja budowy kanalizacji z lokalną oczyszczalnią ścieków. Wybrano rozwiązanie nowatorskie, oparte o ciśnieniowe tłoczenie ścieków. System grawitacyjny ((wykopy na całej długości sieci) - nie wchodził w grę ze względu na niedawno położoną nową nawierzchnię na drodze wojewódzkiej 303, a finansowo też pochłonąłby ogromne środki. Postępowanie przetargowe na wybór wykonawcy i zaproponowane przez niego rozwiązania projektowe doprowadziły nas aż do wsi pod Iławą w woj. war-

mińsko-mazurskim. Z grupą radnych i mieszkańców Smardzewa, Wójt wybrał się na rekonesans. Uczestników interesowało głównie: czy się psuje i czy śmierdzi. Zaproponowany system otrzymał od uczestników wyjazdu pozytywną opinię.

Projektant przystąpił do prac. Nie szło tak gładko jak sobie zakładał. Pojawiły się problemy z mieszkańcami związane z uzgodnieniami lokalizacji. Nie pomagały nawet zapewnienia projektanta, że wszystko zostanie wykonane „bezwykopowo”. Co opowiadał mieszkańcom projektant - jedynie „Najwyższy” wie. Problemy są również dzisiaj, gdyż mieszkańcy co chwilę protestują, gdy na podwórku pojawi się koparka, niektórzy wręcz rezygnują (zacytować tu należy głos jednej z mieszkanki: „- W mojej ziemi nie pozwolę wkopać żadnej rury”! Oczywiście poszło o tę rurę, która prowadzi do sąsiada. W końcu projektant skończył pracę i złożył dokumentację projektową do Starosty, a Gmina Szczaniec uzyskała pozwolenie na budowę kanalizacji z oczyszczalnią ścieków w Smardzewie.

Kolejny krok, to poszukiwanie środków do sfinansowania inwestycji. Z góry było wiadomo, że inwestycja nie może być finansowana ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego (RPO), bo tam mogą ubiegać się o środki tylko aglomeracje. Smardzewo taką aglomeracją ściekową nie jest i być nie może. Pozostają środki z Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich albo inne krajowe jak uruchomią.

W 2018r. zostaje złożony wniosek do PROW i Gmina Szczaniec otrzymuje dofinansowanie w wysokości prawie 2 mln zł na inwestycję obejmującą budowę systemu kanalizacji w Smardzewie, 85 przydomowych oczyszczalni ścieków w miejscowościach, w których systemy zbiorcze odprowadzenia ścieków nie będą realizowane oraz na kawałek wodociągu w Dąbrówce Małej. Jednak po przetargu rynek weryfikuje wcześniej przeznaczone środki na realizację tych zadań. Z szacunku projektanta, budowa kanalizacji i oczyszczalni



w Smardzewie miała kosztować nieco ponad 3 mln. W przetargu publicznym pada kwota około 6 mln. W kolejnych postępowaniach albo nikt nie składa oferty albo kwoty są jeszcze wyższe. Biorąc pod uwagę z łącznie realizowanymi przydomowymi oczyszczalнями i odcinkiem wodociągu – dofinansowanie zewnętrzne zamknęłyby się poniżej 25%. Pozostało rozwiązać umowę z PROW i poszukiwać kolejnego, lepszego rozwiązania. Nowe rozwiązanie zostało poddane pod rozważenie Radzie Gminy, która w pełni poparła pomysł Wójta na nieangażowanie środków własnych gminy w kwocie prawie 6 mln zł i zaniechanie realizacji inwestycji kanalizacji Smardzewa z budową oczyszczalni.

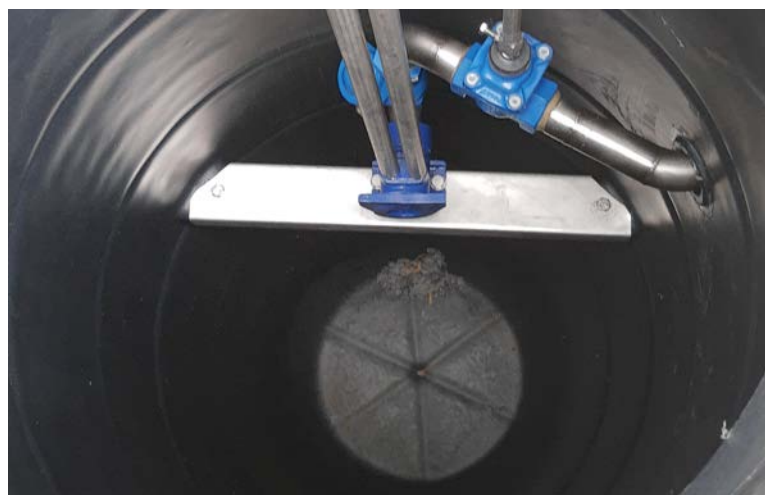
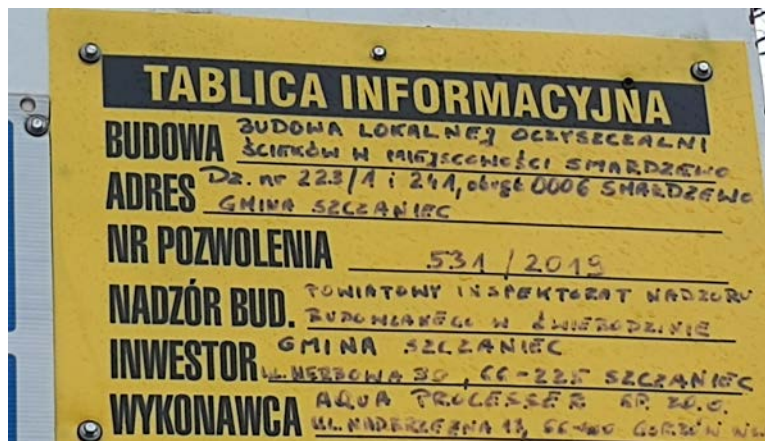
Podjęte decyzje opłaciły się, bo ponownie ogłoszono kolejny nabór wniosków w PROW (środki UE) i WFOŚiGW. Montaż finansowy pozwolił podzielić inwestycję i oddzielnie realizować kanalizację oraz oczyszczalnię - z dwóch różnych źródeł. Sfinansowanie sieci kanalizacyjnej trafiło do WFOŚiGW w Zielonej Górze, gdzie gmina otrzymała nisko oprocentowaną pożyczkę, która po spłaceniu połowy pożyczonych środków zostanie umorzona. De facto, kanalizacja zostanie wtedy zrealizowana z 50% dofinansowaniem! Podobnie ułożył się montaż finansowy budowy oczyszczalni. Złożony do PROW wniosek znalazł się na liście rankingowej i gmina otrzymała dofinansowanie w kwocie ponad 60% wartości inwestycji. Przy okazji, dodatkowo w ramach złożonego wniosku, Wolimirzycy otrzymały nowy obiekt hydroforu. Po zakończeniu tego zadania, z poniemieckiego bunkra będzie można przenieść w Wolimirzycach hydrofornię do nowoczesnego obiektu wraz z montażem nowych urządzeń.

Zarówno na budowę kanalizacji, jak i budowę oczyszczalni, umowy z wykonawcami zostały podpisane już w grudniu 2020r. Oczyszczalnię w Smardzewie buduje Aqua Processer sp. z o.o z Gorzowa Wlkp. za kwotę 3 130 350,00, współfinansowanie z PROW. Zaś kanalizację Przedsiębiorstwo Instalacyjno-Budowlano-Usługowe „SZPAKOWSKI” Wojciech Szpakowski z Sulechowa za kwotę 2 361 600,0, współfinansowanie z WFOŚiGW. Łączny koszt z projektami i nadzorami przekracza dobrze ponad 5,5 mln zł. Roboty ruszyły już zima 2021r. i wszystko wskazuje na to, że zostaną zakończone w terminie, czyli na wiosnę 2022r.

Dzisiaj, inwestycje w Smardzewie, znacznie obciążą nasz budżet, zwłaszcza po stronie pożyczkowej. Po zakończeniu i rozliczeniu otrzymanych środków pozostanie tylko niewielka nisko oprocentowana, długoterminowa pożyczka do spłaty w WFOŚiGW.

Opisana historia może być wzorcowym przykładem współpracy gminnej władzy wykonawczej i stanowiącej, mądrości Wójta i Rady oraz determinacji w poszukiwaniu najkorzystniejszych rozwiązań, które przynoszą najlepsze, a jednocześnie tak oczekiwane rozwiązania dla mieszkańców oraz możliwie najmniejsze obciążenia dla budżetu gminy.

Czesław Słodnik
Sekretarz Szcząńca



Jak w Rodzinie

Takie słowa wypowiadają nasi seniorzy, gdy słyszą pytanie „Jak jest w tym Domu Seniora”. Są dobrze zintegrowaną grupą wspierającą się nawzajem. Relacje nie kończą się na pobycie w Domu Seniora w Szczañcu czy Klubie Seniora w Smardzewie. Dzwonią do siebie, spotykają się po południu i w wolnych chwilach. A jak jest w domu Seniora? Żyją tu bardzo wesoło, tworzą i intensywnie. Dużo rozmawiają, wspominają. Czują się potrzebni sobie nawzajem i innym. Uczą się jak dbać o własne zdrowie. Już dwukrotnie spotkali się z Panią Lidią Gawełek, która nauczyła seniorów piec czekoladowe ciasto bez mąki i cukru oraz zdrowe bułeczki z mąki migdałowej. Dzięki niej wiedzą jak zrobić piling do rąk i antyperspirant z naturalnych składników. Spotykają się z psychologiem, aby porozmawiać o swoich emocjach, potrzebach i innych ważnych dla nich sprawach. Uczą się prawidłowej komunikacji. Dzięki mini wykładom wiedzą jak bardzo ważne jest picie wody w starszym wieku, jak rozpoznać udar mózgu, jaki potencjał ma każdy w sobie oraz jak ważny jest w codzienności uśmiech. Rozwijają także swoje talenty np. dzięki Pani Kasi Obiała z CKiB w Szczañcu uczyli się malować na szkło. Ćwiczą swoją spostrzegawczość, koncentrację, pamięć długoterminową oraz tę krótkotrwałą, która najczęściej zawodzi. Lubią gry planszowe i zabawy w grupie. Wykonują wiele ćwiczeń ruchowych, aby poprawić swoją kondycję fizyczną. Dużo spacerują, a kto ma ochotę i potrzebę to z kijkami do nordik walkingu. Mają również zajęcia kulinarne, w ramach których przygotowują ciasta, pieką jabłka oraz robią przepyszne desery i owocowe galaretki. Zwiedzają także miejsca, które ich intrygują. Odwiedzili kościół pw. Najświętszej Marii Panny - pomnik historii w Kłępsku oraz Park Książęcy i ruiny pałacu w Zatoniu. Gdy jednak mają ochotę wybrać się w dalszą podróż korzystają z nowoczesnej technologii i oglądają te miejsca w internecie. W ten sposób odwiedzili Ciechocinek, Inowrocław, Iłowę, Polanicę Zdrój i wiele innych ciekawych miejsc. Wysłuchali interesujący reportaż z udziałem Pani Urszuli Dudziak, która utwierdziła seniorów w przekonaniu, że życie na emeryturze może być bardzo ciekawe. W ostatnim czasie seniorzy uczestniczyli w kursie komputerowym prowadzonym w salce Urzędu Gminy, po to, aby zbliżyć się do nowoczesności. W dniach 18-19 września brali czynny udział w Europejskich Dniach Dziedzictwa pod hasłem „Smaki dziedzictwa”. Również aktywnie uczestniczyli w konkursie promującym szczepienia przeciw Covid-19. Wzięli także udział w społecznej akcji „Niebieskie motyle” na rzecz wsparcia dzieci z autyzmem. Gościem Domu Seniora była posłanka Pani Katarzyna Osos wraz z mamą.





Lato w Centrum

Wakacje w CKiB minęły szybko i bardzo aktywnie. W większości instytucji takich jak szkoły, czy przedszkola, lato to „martwy sezon”. U nas wręcz przeciwnie – piękna pogoda pozwoliła nam zrealizować wiele pomysłów na to, jak zapewnić Wam trochę rozrywki, trochę kultury i trochę zabawy. Pomimo braku stałej aktywności naszych sekcji, które w wakacje również miały przerwę, udało się zapisać kalendarz różnego rodzaju imprezami i warsztatami. Zapraszamy do zapoznania się z najciekawszymi wydarzeniami kulturalnymi lata 2021 w gminie Szczaniec!

Wakacyjne miesiące rozpoczęliśmy z przytupem organizując festiwal koloru oraz koncerty połączone z ... akcją szczepień. W pierwszym tygodniu, w Parku Świętojańskim rozbrzmiały dźwięki bardzo lirycznej, poetyckiej i magicznej muzyki. Jarosław Piśkuła wraz ze swoim bandem zagrali znane przeboje z repertuaru Starego Dobrego Małżeństwa. Zaraz po nich swój koncert dały nietuzinkowe Trupięgi, których twórczość śmiało można nazwać poezją śpiewaną, ponieważ zespół aranżuje utwory Bolesława Leśmiana. Wieczór upłynął w naprawdę ciekawym klimacie, podobnie jak przedpołudnie, kiedy to kolorowe proszki pofrunęły w niebo ku uciechu najmłodszych mieszkańców. Przy akompaniamencie dobrej muzyki, pełnoletni mieszkańcy gminy skorzystali z możliwości bezpłatnego zaszczepienia się przeciwko COVID-19. W akcji wzięło udział kilkadziesiąt osób z całej gminy.

Kilka dni później na placu przy świetlicy wiejskiej w Smardzewie odbył się festiwal baniek mydlanych. Dzieci mogły do woli bawić się w puszczanie baniek przy użyciu różnego rodzaju przyrządów. Był konkurs na najdłuższą bańkę mydlaną, wodne tatuaże i zabawa w ganianego w workach. Odwiedziły nas nawet przedszkolaki ze smardzewskiego przedszkola.

Kolejnym punktem wakacyjnej oferty były warsztaty teatralno-aktorskie zrealizowane przy udziale aktora Cezarego Żołyńskiego. Warsztaty odbyły się 13.07.2021 w sali wielofunkcyjnej CKiB. W zajęciach wzięli udział laureaci konkursu LKA-Recytacja, którego byliśmy organizatorem. Dzieci i młodzież mieli okazję pracować z profesjonalistą, na co dzień pracującym w gorzowskim teatrze. W trakcie kilkugodzinnej sesji wręczyliśmy także nagrody, dyplomy i wyróżnienia przyznane uczestnikom w majowym konkursie LKA-Recytacja. Jedną z nagród było





również zaproszenie do występu na dużej scenie zielonogórskiego Winobrania, które odbyło się we wrześniu bieżącego roku.

Bibliotekę plenerową w połowie lipca wypełniły ... kolorowe i oczywiście bezalkoholowe drinki. Kontynuując zeszłoroczną inicjatywę, na szczanieckich stawach zorganizowałyśmy owocowy drink bar i zawody wędkarskie. Bar i stawy ozdobione zostały egzotycznymi palmami, flamingami, kolorowymi serpentynami, owocami, a barmanki nosiły kolorowe stroje. Drinki były przepyszne i zdrowe, w tle leciała delikatna muzyka, a w głębi stawów odbywały się warsztaty gry na ukulele. Wszystko po to by sprowadzić do Szczañca trochę egzotycznego, rajskiego klimatu. Równolegle odbywały się zawody wędkarskie, które tradycyjnie cieszą się dużą popularnością.

Zabawy plastyczne w plenerze polegały na wykonaniu prac malarskich i rysunkowych pod czujnym okiem instruktora. Tematem przewodnim były kontynenty i ich przyroda. Dzieci poznały nieco geografii, porozmawiały trochę o faunie i florze charakterystycznej dla różnych obszarów kuli ziemskiej, a na koniec różnymi technikami wykonały ciekawe prace. Dzieła zostały zaprezentowane na scenie w parku.

Cykl wakacyjnych zabaw plastycznych w plenerze uzupełniła akcja „Rower dla Emilki”. Znany z okolic Urzędu Gminy pomnik Emilii Szczanieckiej otrzymał od dzieci wyjątkowy dar. Był to rower, ale zupełnie niezwykły! Instalacja powstała poprzez obklejenie prawdziwego roweru masą gipsową, a następnie pokolorowanie jej na wyjątkowe kolory i desenie. Zabawa była przednia, a jej efekt możecie do dziś podziwiać przy okazji spaceru lub wizyty w Urzędzie Gminy.

W dni z gorszą pogodą czytelnicy odwiedzali naszą czytelnię, gdzie dzieci bawiły się w baseniku z kulkami, rysowały na ścianie, grały w spadające krzesła i budowały zamki. Podczas dnia kolorowanek mamy oraz ich dzieci odstresowały się w trakcie szczegółowego wypełniania przygotowanych na tą okazję kolorowanek. Wykonane prace oczywiście zostały w naszej bibliotece powieszone tak, aby każdy mógł podziwiać wyjątkowe dzieła. Staramy się być elastyczni więc na prośbę dzieci zorganizowałyśmy też terenowe podchody i kalambury.

Dużą liczbę osób przyciągnęło również letnie kino plenerowe. 13.08.2021 w Świętojańskim Parku rozłożono 100 leżaków i ... wszystkie zostały zapelnione. Tego wieczoru wyświetlone zostały dwa seanse : dla dzieci i dla dorosłych. Kino na leżakach to świetne doświadczenie.

Miło jest wziąć koc, coś ciepłego do picia i zasiąść wygodnie do wieczornego seansu pod gołym niebem. Koło Gospodyń Wiejskich ze Szczañca zapewniło widzom smaczne posiłki w formie frytek i hamburgerów.

W poprzednim numerze Głosu Szczañca opisywałam indiańską imprezę, a tym razem do parku zawitał prawdziwy dziki zachód. Nasi pracownicy z wielką starannością i w duchu DIY (Do it yourself) wykonali piękną scenografię, dzięki której poczuliśmy się jak na prawdziwym dzikim zachodzie i mogliśmy zrobić sobie zdjęcia w ręcznie malowanej foto-budce. Tego dnia był z nami gang Daltonów (znanych z bajki Lucky Luck) oraz praworządna drużyna szeryfa. Zespoły rywalizowały w kilku nietrywających konkurencjach takich jak strzelanie do celu, rzut podkową, czy nawijanie rewolweru na kaburę (oczywiście na czas). Dzieciom i dorosłym impreza bardzo przypadła do gustu. Całości szczęścia dopełniła budka z lodami, która do nas przyjechała.

Mieszkańcami gminy są nie tylko dzieci, dlatego też myśląc o pozostałych zaproponowaliśmy zajęcia plastyczne w klubie seniora. Seniorzy zechcieli popracować trochę z farbami i szkłem. Gościnnie wspomogliśmy ich inicjatywę w siedzibie klubu seniora. W trakcie zajęć powstały piękne, ręcznie malowane szklane pojemniki, karafki i szklanki.

Wyjątkową imprezą dla dorosłych była też dyskoteka plenerowa. Z uwagi na COVID-19 przez ponad półtora roku nie było możliwości zorganizowania takiego eventu. Szczęśliwie pod koniec sierpnia sytuacja epidemiczna była na tyle opanowana, że dyskoteka w plenerze mogła się odbyć. Zabawę taneczną rozkręcił DJ ADI, a tańce trwały do samego rana. Dyskotekę oceniamy jako bardzo udane wydarzenie, mocno wyczekiwane przez mieszkańców gminy.

Wraz z początkiem września wracamy do szkoły i do regularnej działalności naszych sekcji. Nowy sezon artystyczny to również nabór do działających przy CKiB grup. Żeby zachęcić potencjalnych uczestników zajęć i zarazem zaprezentować wszystkie nasze sekcje spotkaliśmy się w parku, gdzie można było na żywo zobaczyć, usłyszeć i posmakować dorobku artystów CKiB. Działo się bardzo wiele: Koło Gospodyń częstowało mini kanapkami, dzieci z grup tanecznych ćwiczyły swoje układy, uczestnicy zajęć wokalnych oraz Osoria śpiewali, dzieci mogły zobaczyć i zbudować roboty LEGO, a rodzice dowiedzieć się jak będą wyglądały zajęcia sensoryczne dla najmłodszych oraz lekcje języka





angielskiego. 4-tego września świętowaliśmy też Narodowe Czytanie – ogólnopolską akcję propagującą czytelnictwo w Polsce. W naszym wykonaniu impreza ta miała nieoczywisty charakter. Niektóre z naszych sekcji otrzymały specjalne zadanie- zaaranżować fragment tekstu według własnego pomysłu. Efekty wyzwania utrwaliłyśmy na filmie opublikowanym na naszym FB. Zachęcamy do oglądania.

Ostatnie dwie duże imprezy tego lata to IV Rodzinny Rajd Rowerowy oraz Europejskie Dni Dziedzictwa, które odbyły się kolejno 11 oraz 19 września.

Rodzinny Rajd Rowerowy to impreza znana w całej gminie już od kilku lat. W tym roku udział w niej wzięło ponad 150 osób, które pokonały trasę Myszęcín-Szczaniec-Ojczyce. Na trasie rajdu znajdowało się wiele atrakcji takich jak koło fortuny, gdzie losowano wartościowe nagrody, punkt pokazu kwalifikowanej pierwszej pomocy, alko-google oraz specjalnie przygotowane przeszkody dla rowerzystów. Uczestników częstowano ciastem, gorącą zupą i kielbasą z grilla. Odbyło się też rozstrzygnięcie szkolnego konkursu wiedzy o bezpieczeństwie na drodze.

Europejskie Dni Dziedzictwa w Szczawnie odbyły się pod hasłem „Miodowy smak przeszłości”. Jak wskazuje hasło, tematem przewodnim EDD były pszczoły, miód i jego pochodne. Nasz event zaplanowany był na dwa dni -dzień gotowania i dzień kiermaszu. W dzień kiermaszu mogliśmy podziwiać stoiska hodowców pszczół i pszczelarzy z terenu gminy, którzy przywieźli ze sobą wszelkiego rodzaju miody, kosmetyki na bazie miodu, wirówki do miodu, pokazowe ule i stroje pszczelarskie, nalewki, miody pitne itp. Nie zabrakło nawet żywych pszczół w specjalnych ramkach oraz prawdziwych plastrów miodu. Oprócz kiermaszu odwiedzających czekała jeszcze między innymi wystawa prac plastycznych dzieci przedszkola, poczęstunek aromatyczną kawą i lemoniadą z miodem oraz gorącymi daniami przygotowanymi przez Dyrektora Centrum Kultury i Biblioteki- Martę Napierałę. Do udziału w wydarzeniu zaprosiliśmy także Szkolny Klub Pszczelarza, Klub Seniora oraz Koło Gospodyń Wiejskich ze Szczawnia.

Przy tej okazji wsparliśmy też akcję zbiórki pieniędzy dla Mai Tomczak – małej dziewczynki chorej na SMA. Na naszym kiermaszu stanęło stoisko wolontariuszy, a cały ich dochód przeznaczony został na leczenie Mai.

NOWY ROK SZKOLNY W GMINNYM PRZEDSZKOLU W SZCZAŃCU

Pomimo iż niedawno w naszym przedszkolu zaczął się nowy rok i okres zajęć dydaktycznych, zdążyliśmy już doświadczyć niesamowitych przeżyć.

Jeszcze podczas przerwy wakacyjnej w naszym przedszkolu odbyły się zajęcia adaptacyjne, dla dzieci które dopiero rozpoczynają swoją przygodę z przedszkolem. Miały one okazję zobaczyć jak wyglądają nasze piękne kolorowe sale, plac zabaw. Wszystkie dzieci mogły wziąć udział w ciekawych zajęciach i poznać nowych znajomych.

15 września 2021 roku obchodziliśmy w naszym przedszkolu Międzynarodowy Dzień kropki. Nasze przedszkolaki tego dnia miały wiele możliwości aby pobudzać swoją kreatywność wśród otaczających ich kropek. Na początku wszyscy zapoznali się z historią Vashti, bohaterki książki „The Dot”. Następnie dzieci wypowiadały się na temat obejrzanej bajki i wymieniali swoje spostrzeżenia. Po seansie wszyscy udali się do ogrodu przedszkolnego gdzie czekało na nich wiele aktywności. Było malowanie w otoczeniu natury na folii stretch, wykonywanie prac plastycznych z wykorzystaniem przedmiotów w kształcie kropki, tworzenie własnego dzieła powstającego z kropek, trafiać obręczą do celu, stacja „Gimnastyka” na której dzieci miały za zadanie wykonać różne ćwiczenia, gra w Twistera, przechodzenie tunelem, układanie kształtów z zakrętek przyniesionych przez przedszkolaków, dopasowywanie kształtów, które pobudzały umiejętność logicznego myślenia. Czas umilała Fotobudka, dzięki której każde dziecko mogło zrobić sobie pamiątkowe zdjęcie. Na koniec wszyscy wspólnie stworzyli „Drzewo talentów”, udowadniając, że w każdym drzemia jakieś talenty i umiejętności. Każde dziecko potwierdziło swój udział w zorganizowanych zajęciach zostawiając odcisk palca na przygotowanym „Drzewie paluszków”, które będzie zdobiło przedszkolny hol. Wszyscy otrzymali piękne pamiątkowe dyplomy.



Dzień kropki



Kiermasz





Dzień Przedszkolaka



Kiermasz

19 września 2021 roku Centrum Kultury i Biblioteki w Szcząncu zorganizowało kiermasz pt. Miodowy smak przeszłości. Przy okazji tego wydarzenia odbyła się wystawa prac plastycznych przygotowanych przez dzieci z naszego przedszkola. Wszystkie dzieci wykonały piękne, kolorowe prace, których tematem przewodnim były oczywiście pszczoły.

20 września 2021 roku świętowaliśmy niezwykle ważny dzień dla naszych podopiecznych, Ogólnopolski Dzień Przedszkolaka. Tego dnia w naszym przedszkolu na dzieci czekało wiele atrakcji, ścieżka sensoryczna dzięki której dzieci mogły poszerzać zakres doświadczania przez nią świata. Za pomocą dotyku bosej stopy odczuwały różnego rodzaju powierzchnie i materiały. Ścieżka sensoryczna pobudzała ich zmysły oraz ciekawość badawczą. Kolejną atrakcją były zajęcia umuzykalniające z wykorzystaniem Bum Bum Rurek, dzieci mogły wziąć udział w niezwykle ciekawych i przyjemnych zajęciach, obudzić w sobie kreatywność oraz ćwiczyć poczucie rytmu. Nasze przedszkolaki wzięły również udział w zajęciach plastycznych, które rozpoczęły się eksperymentem „Deszczowa chmurka”, wszyscy zobaczyli w ten sposób dlaczego deszcz pada z chmur, zobrazować pomogła to pianka do golenia, która była chmurą oraz barwnik symulujący deszcz. Potem wszyscy dali się ponieść inwencji twórczej, tworząc kolaż z jesiennych liści i ozdabiając jeża kolcami za pomocą widelca i kolorowych farb. Czas spędzony w przedszkolu umilały również zabawy z chustą Klanza, podczas których dzieci mogły się zintegrować. Nasze przedszkole brało również udział w ogólnopolskiej akcji „Dzień Przedszkolaka to ważne święto-uczcijmy je razem tańcem i piosenką”, przedszkolaki przed budynkiem przedszkola odśpiewały wspólnie piosenkę pod tytułem „Życie przedszkolaka”.

To były niesamowite przeżycia, które na pewno na długo zostaną w naszej pamięci.

LIPIEC... SIERPIEŃ... WRZESIEŃ... START!

Po dwóch miesiącach wakacyjnego odpoczynku wróciliśmy do szkoły, która wraz z naszymi wychowawcami i innymi nauczycielami czekała na nas z otwartymi na oścież drzwiami.

1 września o 8.00 uczestniczyliśmy we Mszy Świętej, którą odprawił nasz nowy katecheta - ks. Stanisław Rębeliński. Następnie udaliśmy się na boisko szkolne, gdzie przywitał nas pan dyrektor Jacek Melnyk. Uroczystość rozpoczęcia roku szkolnego swoją obecnością uświetnili: proboszcz parafii pw. św. Anny w Szcząncu - ks. Dariusz Siek, przewodniczący Rady Gminy - pan Daniel Sokołowski oraz przewodnicząca Rady Rodziców - pani Magdalena Nowacka.



Po odśpiewaniu hymnu narodowego głos zabrał pan Daniel Sokołowski, przybliżając zarówno uczniom, jak i rodzicom symbolikę 1 września, który kojarzy się nie tylko z rozpoczęciem nauki, ale także ze smutną datą w historii naszego narodu, który właśnie tego dnia w 1939 roku został zaatakowany przez nazistowskie Niemcy. Pan przewodniczący zaakcentował, że tych bolesnych kart przeszłości nie możemy zniszczyć, ani zamazać. Musimy o nich pamiętać.



Aby wyrazić naszą wdzięczność dla obrońców Ojczyzny delegacja składająca się z przedstawicieli szkoły oraz władz samorządowych złożyła kwiaty i znicze pod pomnikiem upamiętniającym poległych na frontach II wojny światowej.

W drugiej części uroczystości pan dyrektor powitał uczniów, którzy po raz pierwszy przekroczyli progi szkoły oraz przedstawił kadrę pedagogiczną. Otwierając nowy rok szkolny, życzył uczniom i nauczycielom, by rozwijali swoje talenty. Rodzi-

com przekazał, aby odkrywali bogactwo swoich możliwości, a wszystkim życzył sukcesów, radości oraz energii do podejmowania kolejnych przedsięwzięć.

Po zakończeniu apelu uczniowie starszych klas udali się do gabinetów na spotkanie z wychowawcami, a pierwszoklasiści wraz z rodzicami, wychowawczynią – panią Beatą Żelechowską oraz dyrektorką i zaproszonymi gośćmi przeszli do świetlicy szkolnej, gdzie miała miejsce uroczystość ślubowania i pasowania na ucznia Szkoły Podstawowej im. Emilii Szczanieckiej w Szcząncu.



3 września delegacja naszej szkoły, w skład której weszli: pan Jacek Melnyk – dyrektor, pani Aldona Pokrywczyńska – pełniąca obowiązki opiekuna sztandaru oraz poczet sztandarowy w składzie: chorąży – Szymon Górka, asysta: Kornelia Jędrasiak i Małgorzata Wróblewicz, wzięła udział w uroczystości poświęcenia i przekazania sztandaru w Szkole Podstawowej im. Emilii Szczanieckiej w Lwówku. Uroczystość dostarczyła zarówno gospodarzom, jak i gościom głębokich i niezapomnianych przeżyć. Jesteśmy dumni, że należymy do grona szkół noszących imię tak wielkiej patriotki.



8 września w naszej szkole odbył się Konkurs Wiedzy o Ruchu Drogowym. Wyniki zostały ogłoszone w sobotę 11 września w Ojczyszach na mecie IV Rodzinnego Rajdu Rowerowego, w którym niektórzy z nas wzięli udział. I miejsce zajęła Aleksandra Kaczmarek z klasy VIIa, II Mateusz Greszta z klasy VIIa, a III Nikola Ikiert z klasy VIIa.





10 września już po raz 28. wyruszyliśmy, by posprzątać Polskę w ramach Akcji Sprzątanie świata – Polska, która jest częścią międzynarodowego ruchu „Clean Up The World”, wywodzącego się z Australii. Uczestniczy w nim blisko 40 milionów wolontariuszy na całym świecie. W tym roku przyświecało nam hasło: „**Myszę, więc nie śmieję**”.



15 września obchodziliśmy Dzień Kropki - międzynarodowe święto dziecięcej kreatywności. Inspiracją do zorganizowania tego święta stała się niepozorna książeczka pt. „The Dot” Petera H. Reynoldsa. Opowiada ona historię dziewczynki, która nie wierzy we własne możliwości. Przetłumaczona na kilkadziesiąt języków i wydana alfabetem Braille’a stała się pretekstem do zorganizowania wielkiej światowej akcji. W tym dniu na korytarzu szkolnym i w klasach królowała Kropka, która inspirowała do zabawy uczniów naszej szkoły. Nauczyciele zwrócili ich uwagę na to, że każdy ma jakiś talent - wystarczy tylko go odkryć. Młodszy i starsi uczniowie podczas przerw mogli rysować własne kropki na przygotowanych arkuszach papieru. Dzień Kropki bardzo się nam spodobał.



16 września na stadionie OSiR w Świebodzinie w ramach Lubuskiej Olimpiady Młodzieży odbyły się rozgrywki w piłce nożnej chłopców klas VII-VIII. Ostatecznie nasza drużyna

uplasowała się na 4. miejscu. Szkołę reprezentowali: Patryk Chłopowiec, Paweł Chmielowiec, Mateusz Greszta, Adrian Majda, Radosław Potrzeba, Kacper Spychała, Nikodem Tide, Cezary Urbaniak, Filip Walaszek, Jakub Węgrowski i Patryk Znamirowski.



22 września nasi piłkarze brali udział w Powiatowym Turnieju Piłki Nożnej Szkół Podstawowych w Dąbrówce Wielkopolskiej. W rozgrywkach wzięło udział pięć drużyn. Nasza reprezentacja w składzie: Paweł Chmielowiec, Radosław Potrzeba, Kacper Spychała, Cezary Urbaniak, Filip Walaszek, Jakub Węgrowski i Patryk Znamirowski zajęła drugie miejsce. Sportowcy uhonorowani zostali pucharem, piłką oraz srebrnymi medalami.

24 września w naszej szkole obchodziliśmy Europejski Dzień Języków. Kilka dni wcześniej klasy VIIa, VIIb oraz VIIIA i VIIIB przygotowały tablice z informacjami na temat wylosowanych przez siebie krajów. Zainstalowane one zostały na dolnym korytarzu, dzięki czemu młodszy uczniowie mieli okazję poszerzyć swoją wiedzę na temat Gruzji, Szwajcarii, Peru oraz Australii. Piątkowy finał stanowiła smakowita konkurencja, podczas której degustowaliśmy narodowe potrawy wybranych krajów.



Na zakończenie bogatego w wydarzenia września, w ostatnim jego dniu świętowaliśmy Dzień Chłopaka. Wszystkim chłopcom - małym i dużym życzymy dużo uśmiechu.



Wakacje za nami



Zajęcia w przedszkolu w Smardzewie podczas wakacji

Okres wakacji to czas, na który dzieci czekają ze szczególnym utęsknieniem. To czas beztroskiej zabawy. Takie też były wakacyjne zajęcia w oddziale przedszkolnym przy Szkole Podstawowej w Smardzewie. W lipcu 2021 roku placówka była czynna a dzieci mogły skorzystać z wielu ciekawych atrakcji jakie zostały dla nich przygotowane m.in. tworzyły ciekawe prace plastyczne, piekły ciasteczka, budowały zamki z piasku, chodziły na spacer . Nie zabrakło również zabaw muzycznych: tańców i zabaw chustą animacyjną. Były również lody ufundowane przez jedną z mam. Dzieci uczestniczyły również w festiwalu baniek mydlanych zorganizowanych przez CKiB w Szcząńcu.



Festiwal baniek mydlanych

W czasie wakacji w Szkole Podstawowej w Smardzewie trwały również prace remontowe. Odnowiony został gabinet matematyczny. Wymieniono oświetlenie oraz pomalowano ściany.



Gabinet matematyczny przed remontem



Gabinet matematyczny po remoncie



1 września 2021r. rozpoczął się nowy rok szkolny w Szkole Podstawowej im. św. Jana Pawła II w Smardzewie. Uczniowie naszej szkoły wrócili z wakacji wypoczęci i zadowoleni. Wszyscy cieszymy się z faktu, iż zajęcia na chwilę obecną z zachowaniem reżimu sanitarnego, mogą odbywać się stacjonarnie i mamy nadzieję, że potrwa to jak najdłużej.



Powitanie uczniów I klasy w Szkole Podstawowej w Smardzewie



Inauguracja roku szkolnego 2021/2022 w Szkole podstawowej w Smardzewie



Pożegnanie emerytów

Wraz z początkiem nowego roku nastąpiło też wiele zmian które dotyczą m.in. kadry pedagogicznej. Pani Janina Łopatko – nauczyciel j. polskiego oraz pani Barbara Malecka nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej przeszły na emeryturę. Grono pedagogiczne powiększyło się natomiast o 3 nowe osoby. Są to: pani Anna Czepizak nauczyciel j. polskiego, pani Dominika Dynowska nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej oraz pani Katarzyna Liera – również nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej.



Certyfikat Szkół Promujących Zdrowie

Od września 2021r. Szkoła Podstawowa w Smardzewie została wpisana na listę Lubuskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie i otrzymała Certyfikat Lubuskiego Kuratora Oświaty. Jest on ważny 3 lata i jest potwierdzeniem, iż przedszkole i szkoła jest wynikiem wieloletniej i systematycznej pracy w zakresie promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej. Nasza szkoła od wielu lat realizuje program współtworzenia środowiska wspierającego zdrowie członków społeczności szkolnej.

„Bieganie, to wspaniały Świat, który warto poznać samemu”!

Tak zgodnie twierdzą trzej bohaterowie naszego aktualnego wydania Głosu Szczarńca: Monika Wencel-Bąk, Wojciech Podemski i Przemysław Bąk. Niezwykli ludzie, przełamujący naturalne ludzkie granice. Połączyła ich pasja do biegania. Ekstremalnego biegania! Sami mówią o sobie tak:

WOJCIECH PODEMSKI



„- Kiedy ludzie pytają mnie, dlaczego biegam, to odpowiadam, że nie ma żadnego specjalnego powodu. Chodzi tylko o adrenalinę na starcie i uczucia, których doświadczasz, gdy przekraczasz linię mety, wiedząc, że jesteś zwycięzcą bez względu na to, które miejsce zajęłeś. Każdy z nas ma swój indywidualny powód rozpoczęcia przygody z bieganiem, jednak wszyscy posiadamy wspólny mianownik dzięki któremu tak się stało. To chęć zmiany czegoś w swoim życiu.

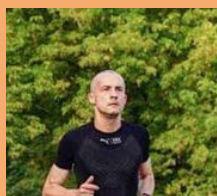
Odkąd sięgam pamięcią miałem w sobie zamiłowanie do sportu, z pewnością miało ono wpływ na ukształtowanie pewnych cech mojego charakteru, które obecnie mogę wykorzystać w bieganiu. Ta przygoda trwa nieprzerwanie od 2016r. i stała się czymś, co napędza mnie do działania i uświadomiła mi, że pewne ograniczenia znajdują się tylko w mojej głowie. Kiedy ukończyłem swój pierwszy maraton, pomimo ogromnego bólu i zmęczenia wiedziałem, że jest to pasja w której chcę się realizować. Takim sposobem bieganie stało się czymś co wypełnia kolejne dni i tygodnie, a każdy kolejny trening przybliża do realizacji celów biegowych”.

MONIKA WENCEL-BĄK



„- Moja przygoda z bieganiem rozpoczęła się ponad 4 lata temu. Pierwszy dystans jaki pokonałam, to 2 km i od tego się zaczęło. W głowie zrodził się plan, aby przebiec 10 km w zawodach w określonym czasie, potem był plan na półmaraton, maraton. Złapałam „bakcyła”, a ogromnym zaskoczeniem dla mnie stał się fakt, że pokonywanie coraz większej ilości kilometrów i wychodzenie ze swojej strefy komfortu może być naprawdę przyjemne i sprawiać satysfakcję. W bieganiu zafascynowała mnie samotność niezbędna do przemyślenia wielu spraw i bycia samej ze sobą, radość z bycia w grupie kiedy biegnie się ramię w ramię z podobnymi sobie ludźmi, pokonywanie własnych słabości, przyjemność i radość kiedy widać efekty treningów. Wciąż wyznaczam przed sobą nowe cele dzięki którym wiem, że ta pasja naprawdę ma sens. Nie mam dni, w których mam poczucie bezsensu, nudy i braku chęci do treningu. Cały czas planuję zawody, marzę i cieszę się każdym kolejnym sukcesem. Bieganie to moja pasja, a moja pasja to moje życie”!

PRZEMYSŁAW BĄK



„- Od 6 lat bieganie zajmuje szczególne miejsce w moim życiu. Iskrą zapalną do pokonania pierwszych kilometrów był zamiar zrzucenia kilku kilogramów. Szybko one zniknęły ale bieganie...nie zniknęło!

Z narzędzia do walki z nadwagą stało się pasją, która trwa do dzisiaj. W pewnym sensie jest to już mój styl życia bo oprócz biegania samego w sobie powstała cała ta otoczką w postaci wspólnych wyjazdów na zawody, niekończących się rozmów i wymiany doświadczeń. Maraton jest dystansem, który traktuję wyjątkowo i ze szczególnym respektem. Stojąc na starcie wiem, że bez walki i łamania indywidualnych ograniczeń nie mam szans na pokonanie dystansu ponad 42 kilometrów! Natomiast przekroczenie linii mety daje nieocenioną satysfakcję i poczucie, że słabości są po to aby je zwalczać a limity zawsze można przesunąć”.

Bieganie łączy ludzi, i tak też było w ich przypadku. Cotygodniowe, wspólne wycieczki biegowe stały się dla nich niemal rutyną. Towarzystwo i wspólne rozmowy sprawiają w ich przypadku że 25-kilometrowy bieg, trwający ponad dwie godziny, mija w kilka chwil.

Godne podziwu, godne naśladowania i godne szacunku...

Życzymy wielu sukcesów i wielu pokonanych kilometrów i... własnych słabości!



@haflinnnteam

W kolejnym już wydaniu naszego kwartalnika, pragniemy Państwu zaprezentować Joannę Masiarz, wyjątkową osobę, z wyjątkową pasją, mieszkankę Szczawnicy, miłośniczkę koni, instruktorkę, zawodniczkę sportową. W życiu codziennym, jak sama mówi, przyświeca jej motto: „Czas i cierpliwość kluczem do sukcesu”!

Maksymę tę zaszczerpiła w niej mama, natomiast Asia swoje pierwsze kroki w pasji, która zawładnęła jej życiem stawiała od najmłodszych lat, zaczynając od fascynacji kucykami, co było następstwem zainteresowań jej najstarszej siostry.

Na poważnie, w magiczny świat koni, weszła w 2011 roku, z chwilą uruchomienia działalności przez Stajnię Laguna w Świebodzinie, gdzie pobierała pierwsze, regularne lekcje jazdy konnej.

W 2014 roku spełnieniem jej marzeń okazał się zakup pierwszego konia-kuca, o dźwięcznej nazwie „Nutka”, z którą do dzisiejszego dnia pracuje podczas nauki jazdy konnej z młodymi adeptami jeździectwa. Nutka, jak mówi Joanna, bohaterka dzisiejszego wywiadu; jest wspaniałą nauczycielką, uczy pokory, cierpliwości i jest ulubieńcem wielu uczniów. Obecnie Asia jest w posiadaniu stada, które liczy już 9 koni, w tym pięć należy do niej, a jeden z nich - Nico Night Sky, jest pierwszym koniem pochodzącym z jej własnej hodowli i jest żrebakiem wspomnianej Nutki. Niesamowita miłość do koni stała się dla Asi nie tylko pasją, ale jak podkreśla - jej powołaniem i sposobem na życie.

Olbrzymią satysfakcję daje jej już samo przebywanie z końmi, opiekowanie się nimi, poznawanie ich natury, spacerowanie czy nawet sprzątanie w stajni. Poprzez swoją pasję, pracę, mozolne budowanie relacji z końmi, Asia stała się dla wielu wzorem do naśladowania, autorytetem, wsparciem, a przede wszystkim - kompendium wiedzy o koniach. Na co dzień Asia poza nauczaniem jazdy konnej, trenuje i przygotowuje się do zawodów jeździeckich gdzie reprezentuje Zielonogórski Klub Sportowy EQUINE SPORT, pod czujnym okiem doświadczonej i utytułowanej trenerki, Pani Joanny Skibińskiej, na klaczy Jovanka G.

W celu szerszego poznania Joanny Masiarz i jej niesamowitej pasji zapraszamy koniecznie do odwiedzin jej profilu na instagramie: @haflinnnteam, gdzie obserwuje ją już ponad 12 tysięcy osób, oraz kanału YouTube o tej samej nazwie.

(Autorzy zdjęć: Katarzyna Sebastian, Aleksandra Bursztyn, Krystian Szafraniec, Zenon Masiarz.)



Bezpieczne grzybobranie.



Tegoroczne lato zostało już tylko miłym wspomnieniem. Wszelkie znaki na ziemi, zapewne również na niebie, ale przede wszystkim w kalendarzu wyznaczyły nam już nową porę roku - JESIEŃ. Szczególnie jej początek bywa równie piękny jak poprzedzające lato, głównie za sprawą całkiem przyjemnej jeszcze aury, ale też efektów wizualnych dających się zaobserwować w związku ze zmieniającą się przyrodą.

Jesień jest fantastycznym czasem na wzmożoną aktywność poza murami mieszkań i domów, jest czasem na wyprawy, spacer, rowery i wszelkie inne znane nam aktywności. Swoistą tradycją stało się już w naszym pięknym kraju, gdzie jesień bywa zachwycająca (o czym prawili nawet poeci) – grzybobranie!

Wyprawy do lasu w celu zbierania jego najsmaczniejszych darów- GRZYBÓW, niosą za sobą wiele korzyści. Oczywiście na pierwszy plan wysuwają się te związane z walorami smakowy-

mi, ale to również fantastyczny relaks, możliwość pooddychania zdrowym, świeżym, leśnym powietrzem, słuchania ptasich koncertów i przede wszystkim – ruch!

Żeby to wszystko przynosiło nam same korzyści, musimy oczywiście zadbać również o swoje bezpieczeństwo. Zakładam że każdy z nas wie że przed wyprawą należy powiadomić najbliższych w jaki rejon dokładnie się udajemy, kiedy planujemy powrót. Niezbędnym gadżetem podczas grzybobraniowych wypraw, poza niewielkim nożykiem do ich wycinania, będzie zapewne telefon, odpowiedni ubiór i latarka na wypadek gdyby nasz pobyt w lesie się przedłużył. Są to sprawy oczywiste i wydawałoby się rzeczą zbędną ich przypomnienie, a jednak...zapewne nie zaszkodzi. Skoro podstawy bezpieczeństwa w lesie mamy już za sobą to przejdźmy do samego zbierania grzybów. Otóż starajmy się unikać tych rosnących przy dzikich wysypiskach, rowach, czy na skraju lasu. Zbierane bowiem w tych miejscach grzyby, jak przysłowiowa gąbka chłoną metale ciężkie, które są dla nas zwyczajnie szkodliwe. Najczęściej występującym i zarazem najbardziej niebezpiecznym dla ludzi, jest zatrucie spowodowane spożyciem muchomora sromotnikowego. Dzieje się tak przeważnie z powodu mylenia go z grzybami jadalnymi - gąską zieloną i czubajką kanią.

Zatem pamiętajmy: grzybów których sklasyfikować nie jesteśmy w stanie, nie zabierajmy nigdy do domu! Jest to jedna z najskuteczniejszych metod zachowania zdrowia podczas grzybobrania.

**Najczęściej występującymi
objawami zatrucia grzybami,
jak już do niego dojdzie to:**

- silne bóle brzucha,
- wymioty,
- biegunka.

Pojawiają się zazwyczaj po 8 do 12 godzinach po zjedzeniu grzyba. Często też później następuje pozorna poprawa, która może potrwać nawet kilka godzin. Po niej jednak może się pojawić żółtaczka, która jest następstwem uszkodzenia wątroby. Niezwłocznie po wystąpieniu pierwszych objawów należy zgłosić się do lekarza. Osobie z objawami nie wolno podawać mleka i alkoholu, które powodują szybsze wnikanie toksyn do krwiobiegu. Badaniu i leczeniu muszą poddać się wszystkie osoby spożywające potrawę z grzybami trującymi, nawet te u których nie wystąpiły objawy.

Dbajmy o swoje bezpieczeństwo, gdyż dzięki temu, w przyszłości - jesień będzie kolejną piękną porą roku w naszych wspomnieniach.

Do zobaczenia zimą!

