

INFORMACYJNY MIESIĘCZNIK SAMORZĄDOWY

ISSN 1507-885X

Bolesławskie

PREZENTACJE



Bolesławskie Prezentacje nr 9/ 2020 (224) Egzemplarz bezpłatny



11 listopada to dzień, który powinien być najważniejszy dla każdego Polaka. Dzień, kiedy obchodzimy Narodowe Święto Niepodległości – święto państwowe dla upamiętnienia odzyskania niepodległości przez Polskę w 1918, po 123 latach zaborów. W tym długim czasie, trwającym od 1795 do 1918 roku, naród polski był pozbawiony swojej ojczyzny.

Święto zostało ustanowione ustawą z dnia 23 kwietnia 1937, zniesione ustawą Krajowej Rady Narodowej 22 lipca 1945 i ponownie przywrócone ustawą w okresie transformacji systemowej w 1989.

Jakże wiele razy słyszeliśmy historię Polski tamtych czasów, jakże często słyszeliśmy słowa: kolejny rozbiór Polski, zabory, utrata niepodległości, mroczne karty historii Polski, walka o odzyskanie niepodległości, bitwa, przelana krew... Ale było warto, mimo że tak wielu Polaków, ale również ludzi innych narodowości, w walkach o naszą niepodległość oddało to, co najcenniejsze – życie. Zginęli, abyśmy mogli dzisiaj mówić o niepodległej Polsce, naszej wspólnej ojczyźnie.

W listopadzie wspominamy zmarłych, ale także tych, którzy walczyli o Polskę: zarówno wielkich wodzów, jak i zwykłych żołnierzy. Osoby znane, dla których niepodległość ojczyzny była celem życiowym, ale też wiele bezimiennych postaci, które zginęły, abyśmy mogli dzisiaj żyć w wolnym kraju.

Warto w tym miejscu przytoczyć słowa wielkiego wodza i patrioty marszałka Józefa Piłsudskiego, który powiedział: „Tylko ten człowiek wart nazwy człowieka, który ma pewne przekonania i potrafi je bez względu na skutki wyznawać czynem”.

Zawsze, w dniu 11 listopada gromadziliśmy się razem, aby wspólnie świętować. Przed Pomnikiem Wolności składaliśmy kwiaty jako symbol pamięci i wdzięczności za ofiarę tych, których nie ma już wśród nas.

Wiem, jak bardzo zaczyna nam brakować kontaktu bezpośredniego z drugim człowiekiem. Jestem przekonany, że choć nie będziemy mogli w tym roku wspólnie świętować, stanąć razem przed Pomnikiem Wolności, wrócimy pamięcią do chwil sprzed lat i uczciemy bohaterów walk niepodległościowych w naszych myślach. Będziemy kolejny raz żyć wspomnieniami chwil podniosłych, ważnych dla naszej tożsamości, uroczystych. Będziemy żyć nadzieją, że już niebawem, znowu wszyscy razem weźmiemy udział w krótkim przemarszu do pomnika i składaniu kwiatów. Razem odśpiewamy hymn Polski, wysłuchamy pieśni patriotycznych wykonanych przez orkiestrę. Będziemy uczestniczyć w programie przygotowanym



przez młodzież z naszych gminnych szkół, wysłuchamy pieśni w wykonaniu naszego (gminnego) chóru. I oczywiście skosztujemy tradycyjnej „żołnierskiej” grochówki przygotowanej przez koła gospodyń.

Dzisiaj wypada mi podziękować tym wszystkim, którzy tworzyli tradycję naszych wspólnych spotkań i dzięki którym dziś z wielkim wzruszeniem możemy wspominać minione chwile. Dziękuję wszystkim, bez wymieniania, uczestniczącym w uroczystościach: zaproszonym gościom i mieszkańcom. Dziękuję Wam za to, że również dzięki Wam mam co wspominać.

W dniu 11 listopada złożę jak co roku kwiaty pod Pomnikiem Wolności w bolesławskim parku. Złożę je od nas wszystkich, mieszkańców, instytucji, organizacji, stowarzyszeń.

Wy, w trosce o swoje zdrowie, pozostaniecie w domach. Złożę kwiaty, mając Was w pamięci, tak jakbyście byli tam ze mną.

Krzysztof Dudziński

(Na koniec warto dodać, że 11 listopada jest świętem państwowym w Wielkiej Brytanii, Francji, Belgii i w USA, gdzie obchodzone jest jako Veterans Day.)





Gminne Obchody
Święta
Niepodległości
2019 r.





Pisane na paragonie

Jesień... Wzorem naszych prapradziadów obserwujemy przyrodę i... wyciągamy wnioski.

Jest taki gatunek grzybów, co niby nie jest do końca trujący, ale potrafi zepsuć smak całej potrawy z najprzedniejszych grzybów jadalnych. Goryczak żółciowy jest bardzo często mylony z gatunkami grzybów jadalnych, a pomyłka nieodkryta w czas może zrujnować całą porcję gotowanych, duszonych czy suszonych grzybów. Większość z nas bierze go za borowika szlachetnego, który faktycznie, zwłaszcza na samym początku, w młodym wieku, wygląda niesamowicie podobnie. Wszystkim nieuczającym się zbyt pewnie na „leśnym gruncie” należy więc jednoznacznie zaznaczyć, że goryczaków żółciowych nie zbieramy, ale też nie musimy się ich bać. Podobnie jest z ludźmi. Założę się, Drogi Czytelniku, że chociaż raz w życiu znalazłeś się w sytuacji, kiedy taki ludzki goryczak zepsuł Ci smak całego dnia. Ludzkie goryczaki, czyli toksyczne osoby można spotkać wszędzie: w pracy, sklepie, autobusie, poczekalni u lekarza, imprezie, czasem we własnym domu. Każdy z nas doświadczył w swoim życiu katastrofalnych skutków obcowania z wrednymi ludźmi. Co oni tak naprawdę robią, że po kontakcie z nimi czujemy się pokonani emocjonalnie, wytrąceni z równowagi, przynębieni. Co to znaczy, kiedy mówimy, że ktoś jest toksyczny? Toksyczny, czyli jaki? Cóż... po prostu... nie do wytrzymania.

Toksyczni ludzie często pojawiają się w naszym życiu, podobni niczym goryczak do prawdziwka, w kamuflażu, jako osoby na pozór życzące nam dobrze, dlatego tak łatwo przegapić ich „goryczasty” wpływ. Po czym poznać takiego osobnika? Ano po tym, że nas podtruwa. Że przy nim jesteśmy w dużo gorszym stanie niż bez niego. Że znacząco psuje nam nastrój. Masz czasem wrażenie, że w otoczeniu niektórych ludzi czujesz się źle?

„Niektórzy ludzie, niezależnie od płci i wieku, to prawdziwi specjaliści od zadręczania innych i manipulowania nimi. Potrafią sterroryzować cię głośnym mówieniem albo zamrozić ciszą i obojętnością.[...] Po mistrzowsku potrafią wywołać w tobie wątpliwości we własne siły, zdolności i umiejętności... Są pogardliwi, traktują cię z góry, a ty dajesz się im wodzić za nos i pokornie pochylasz głowę. Cechuje ich nieznosna protekcyjność i arogancja.[...] Bywają okrutni, gwałtowni i złośliwi.[...] W miarę upływu lat wytwarzasz w sobie postawę ofiary, osoby zależnej, posłusznej i zniewolonej. To skutek nawarstwiania się nieprzyjemnych uwag i innych przykrości, których doznajesz.” (Pierre Haineault – „Toksyczni ludzie”)

A teraz, Drogi Czytelniku, najważniejsza część cytatu z książki Pierre’a Haineaulta – „Toksyczni ludzie”:

*„Jeśli nie skończysz z tym już teraz, nie krzykniesz jak reżyser na planie ”cięcie!” to w końcu cię zupełnie zniszczą.”
„Człowiek, który nie szanuje siebie, idzie przez życie ze spuszczoną głową, traci zdolność, by kochać i być kochanym. Nie czekaj, aż znajdziesz się pod ścianą... Masz tylko jedno życie i nie ma powodu, żeby nie było ono szczęśliwe i spokojne. Na szczęście jest wielu ludzi, z którymi można spędzać przyjemne chwile, pozbawione arogancji, cynizmu, bezczelności, zawiści, zazdrości, złej woli i nieprzychylności.”*

Toksyczni ludzie, to tacy, którzy nie szanują zdania i życia innych ludzi, dlatego za wszelką cenę, próbują wpłynąć na czyjeś życie. Czy znasz, Czytelniku BP, te nieproszone, kierowane pozorną troską, sprawiające przykrość i dołujące –

dobrze rady osób, które wcale nie chcą naszego dobra. Chcą udowodnić Ci, że się mylisz – a mylić ich zdaniem będziesz się zawsze, jak ich nie posłuchasz. Schemat jest dość prosty. Najpierw toksyczna osoba zadaje Ci niepozorne pytanie. Na każdy całkowicie dowolny temat – on nie ma znaczenia, najważniejsze jest to, by udowodnić, że robisz źle. A robisz, bo nie robisz tak, jak chce tego ta osoba. Udzielasz odpowiedzi, która nie jest wysłuchana do końca, często jest nawet przerwana w trakcie. Wystarczy zadać sobie jedno kluczowe pytanie: „Czy prosiłeś o radę? Czy padło tu pytanie: co o tym myślisz? Jeśli nie, to bardzo mi przykro, ale jest to zwyczajna agresja. Narzucanie komuś swojej woli, nawet tylko podzielenie się swoim zdaniem jest atakiem.”

Toksyczni ludzie muszą kontrolować cudze życie. Dlatego zbierają wszelkie informacje o Tobie. Dlatego zaglądają do nie swojego łóżka, torby na zakupy, talerza i portfela. Ale to początek góry lodowej. Jeżeli to tylko możliwe unikaj towarzystwa takich ludzi. Jeżeli musisz z nimi rozmawiać, to tylko na niezbędne tematy. Ograniczaj rozmowę do minimum. Gdy wyczuwasz, że rozpoczyna się toksyczna rozmowa, utnij ją stanowczo i zdecydowanie. Nie daj się wciągnąć takiej osobie w jej gierki. Tacy ludzie to goryczaki. Z zewnątrz mogą nawet wydawać się piękni jak prawdziwki, lecz kontakt z nimi kończy się niesmakami. Relacje z ludźmi są niezwykle ważne, ponieważ wpływają na nasze życie. Ponoć odpowiadają one za 85% naszej życiowej satysfakcji. Więzi z innymi mogą zarówno przyczyniać się do budowania nas i naszego życia, jak i do burzenia oraz niszczenia; mogą być zarówno życiodajne, jak i śmiertelne. Sztuka życia w dziewięćdziesięciu procentach polega na umiejętności stawiania czoła ludziom, których nie możesz znieść.

„Nieprzyjemne słowa potrafią zranić dotkliwiej i głębiej niż miecz. Rana od miecza goi się szybko, pozostawiając jedynie bliznę. Rany zadane słowem krwawią dłużej, zaś głęboki ślad po nich zostaje na zawsze. Istnieje wiele rozmaitych powodów, dla których ludzie mówią źle, obraźliwe, grubiańskie słowa. Jedni chcą sobie ulżyć, inni robią to z zazdrości, jeszcze inni dlatego, że mają zły dzień lub cię nie lubią, niektórzy zaś ze zwykłej nieświadomości. Jednak padając ofiarą ich słownego barbarzyństwa, zwykle nie zastanawiasz się, dlaczego powiedzieli coś takiego i gdzie podziali wtedy rozum. Czujesz się po prostu urażony i zraniony.” (dr Lillian Glass)

Brak natychmiastowego postawienia granic, uczy agresora powtarzania zabronionych zachowań. Jeśli na samym początku nie powiemy: stop, później może znaczyć „za późno”. Stawianie granic to troska o siebie, która nie pozostaje bez konsekwencji także dla innych. Tylko bowiem, kiedy sam jesteś mocny, możesz dawać się innym i kochać ich bez skrywanych pretensji, zakamuflowanego żalu – jasno i czysto.

Właśnie teraz, czytając ten tekst, uświadom sobie, że zawsze masz wybór. Ogranicz swoją przestrzeń, z której korzystają inni. Decyzjami, słowami i gestami tworzymy dla innych instrukcję obsługi naszej osoby. I potem w kontakcie z nami ci inni wyciągają tę instrukcję i zgodnie z nią postępują.

Nie lekceważ rzeczy na pozór drobnych. Kamyk, który wpadnie do buta jest mały, a potrafi poranić całą stopę... Twardo, na zimno powiedz toksycznej osobie, że nie zgadzasz się z jej słowami. Nie daj się zatruć!

Nasze życie jest jak ogród. Nie pozwólmy, aby ukorzeniali się w nim niewłaściwi ludzie. Czytelniku, jeśli nie chcesz w ogrodzie swojego życia cierni i toksycznych chwastów, to reaguj. Wyrywaj ich dosłownie jak perz, pokrzywę czy inne „dziadostwo” – kiedy jeszcze są ledwo kiełkujące. Reaguj na niesmaczne żarty i uwagi. Nie przejmuj się, że jeśli zaprotestujesz, zostaniesz posądzony o brak poczucia humoru. Nie okazuj emocji. Jeśli nie zgadzasz się z uwagą, poprzestań na krótkim komentarzu: „– Przykro mi, że tak o mnie myślisz. Ja mam inne zdanie na swój temat. Ja tak nie uważam.” Nie pozwól w ten sposób mówić do siebie nikomu. Stanowczo zaprotestuj: „– Nie życzę sobie, żebyś w ten sposób do mnie mówił(a).”

Życie składa się w 10% z tego, co nas spotyka i w 90% z naszej reakcji na te wydarzenia. A szczęście społeczeństw zależy od relacji międzyludzkich. Dlatego warto się zastanowić, czy my sami nie bywamy toksyczni?

Beata Bazan-Bagrowska

Kto nabytą wiedzę pielęgnuje....

Nauczyciel ociera się o wieczność. Nigdy nie może stwierdzić, gdzie kończy się jego wpływ.

Henry Adams

Każdy z nas ma w swojej pamięci nauczyciela, który nie tylko przekazywał wiedzę z określonego przedmiotu, ale był też naszym życiowym mentorem. Nauczyciela, którego postawa i stosunek do życia wywarły na nas piętno tak duże, że często wzorowaliśmy się na nim, podejmując własne życiowe decyzje.

Czy mieliśmy szczęście spotkać w swoim życiu takiego Mistrza, który był dla nas chodzącą mądrością i równocześnie wzorem dobroci? Nauczyciel-wychowawca ma ogromny wpływ na kształtowanie oblicza młodych, a z czasem dojrzałej społeczności.

Wszak już Jan Zamojski pisał: „Takie będą Rzeczypospolite, jakie ich młodzieży chowanie”.

14 października to święto wszystkich pedagogów i pracowników oświaty. To wyjątkowa okazja, by uczniowie wyrazili swoje uznanie dla pracy swoich nauczycieli i podziękowali im za trud nauczania. To też okazja docenienia wysiłku i zaangażowania wszystkich pracujących na rzecz edukacji.

*

Dzień Edukacji Narodowej przypomina o najlepszych tradycjach intelektualnych naszego narodu. Upamiętnia rocznicę powstania Komisji Edu-

kacji Narodowej (właśc. Komisji nad Edukacją Młodzi Szlacheckiej Dozór Mającej), która została powołana z inicjatywy króla Stanisława Augusta Poniatowskiego przez Sejm Rozbiorowy w dniu 14 października 1773 roku.

*

Na całym świecie, w ponad 100 krajach, Światowy Dzień Nauczyciela obchodzony jest od 1994 r. w dniu 5 października. Światowy Dzień Nauczyciela został zorganizowany pod patronatem UNESCO. Ciekawostką jest to, że w Polsce datę 5 października za swoje święto uznali nauczyciele akademicy. Na całym świecie nauczyciele obchodzą swoje święto w różnych terminach, np. w Albanii – 7 marca, Chinach – 10 września, Hiszpanii – 27 listopada, Rosji – 5 października, Meksyku - 15 maja, a w Malezji - 16 maja.

Konfucjusz powiedział: Kto nabytą wiedzę pielęgnuje, a nową bez przerwy zdobywa, ten może być nauczycielem innych.

Drodzy Nauczyciele! Dziękujemy Wam za to, że jesteście. Szczególnie w tym jakże trudnym dla nas wszystkich czasie, kiedy potrzeba więcej niż kiedykolwiek czasu, cierpliwości, zdrowia, opanowania i siły do przekazywania wiedzy. Życzymy Wam dobrych owoców Waszej pracy oraz wdzięczności i życzliwości uczniów.

Dobry nauczyciel to taki, który nie zapomina, że sam był uczniem. Szczęśliwy ten, kto przekazuje to, co wie i uczy się tego, czego uczy.

BBB

Literacki Nobel 2020 dla Louise Glück

Tegoroczna literacka Nagroda Nobla została przyznana amerykańskiej poetce Louise Glück „za jej niepowtarzalny poetycki głos, który z surowym pięknem czyni indywidualną egzystencję uniwersalną”. Tak umotywoowała to akademia Noblowska. 77-letnia Glück jest 16. kobietą uhonorowaną literackim Noblem.

Louise Elisabeth Glück urodziła się 22 kwietnia 1943 w Nowym Jorku. Jest autorką kilkunastu tomów wierszy, najnowszy - „Faithful and Virtuous Night” (Giroux, 2014) zdobył National Book Award w kategorii „poezja”. Inne jej tomiki to m.in.: „Poems 1962-2012”, „A Village Life: Poems”, „Averno”, „The Seven Ages”, „Vita Nova”, „October”. *Autor: ft, tas/mtom,, kabŹródło: Reuters, PAP, Źródło zdjęcia głównego: PAP/EPA/SHAWN THEW.*

Należy przypomnieć, że Olga Tokarczuk została laureatką literackiego Nobla za rok 2018. Pisarka dostała tę prestiżową nagrodę „za wyobraźnię narracyjną, która z encyklopedyczną pasją prezentuje przekraczanie granic jako formę życia”. Olga Tokarczuk jest autorką m. in.: „Podróży ludzi Księgi”, „Prawieku i innych czasów”, „Gry na wielu bębenkach”, „Prowadź swój pług przez kości umarłych”, „Ksiąg Jakubowych” oraz „Biegunów”, za którą w 2018 roku dostała międzynarodową Nagrodę Bookera¹. Jej pozycje książkowe można wypożyczyć w bibliotekach na terenie gminy Bolesław.



Kolejna ciekawa wiadomość to, że tegoroczna nagroda literacką Nike 2020, otrzymał Radosław Rak - za powieść „Baśń o wężowym sercu. Wtóre słowo o Jakobie Szeli”.

„Moi przodkowie byli chłopami. To, co słyszałem w szkole o Szeli, o rabacji, to była narracja kogoś innego. Czulem, że to nie jest opowieść mojej rodziny, to nie jest głos moich przodków. Pomyslałem, że dam głos tym ludziom, którzy go nie mieli” – mówi Radek Rak². Literat z zawodu jest weterynarzem. Zgodnie z informacją dyrektora Gminnej Biblioteki Publicznej

w Bolesławiu, Renaty Strojnej, wkrótce książki tego autora będą dostępne w naszych bibliotekach.

Tomasz Sawicki

Gminna Biblioteka Publiczna im. Waśniewskich w Bolesławiu

Wiadomości:

Autor: ft, tas/mtom,, kabŹródło: Reuters, PAP, Źródło zdjęcia głównego: PAP/EPA/SHAWN THEW

J. Potocka, „Olga Tokarczuk- laureatka literackiej nagrody Nobla za rok 2018”, 6 grudnia 2019.

N. Szostak, „Radek Rak, laureat Nike 2020: Oglądałem Robin Hooda, dziadek skrzywił się i opowiedział o Jakubie Szeli”, 11 września 2020.

1 J. Potocka, „Olga Tokarczuk- laureatka literackiej nagrody Nobla za rok 2018”, 6 grudnia 2019.

2 N. Szostak, „Radek Rak, laureat Nike 2020: Oglądałem Robin Hooda, dziadek skrzywił się i opowiedział o Jakubie Szeli”, 11 września 2020.

„Niech gra”

Już wkrótce wydawnictwo o Orkiestrze

„Niech gra” - to tytuł obszernego wydawnictwa poświęconego w całości Orkiestrze Dętej ZGH „Bolesław” w Bukownie. Chyba nie ma osób, które by nie słyszały o orkiestrze ZGH. Trudno sobie wyobrazić, aby jakiegokolwiek uroczystości, które odbywają się na terenie powiatu olkuskiego, a zwłaszcza gminy Bolesław czy miasta Bukowno, odbyły się bez znakomitej Orkiestry Dętej ZGH. To nieprawdopodobne, ale historia orkiestry liczy sobie 153 lata. Istniała przez lata w różnych formach, ale to ta sama orkiestra. Zmieniały się pokolenia, a miłość do „muzykowania” była przekazywana z ojca na syna. Orkiestra istniała w czasie kiedy nie było Polski na mapach Europy, przetrwała wojny, okres niepodległości. Rozwijała się w czasach PRL-u i gra aż do dzisiaj.

Prof. nadzw. UMFC dr hab. Adam Bogacki pisze o publikacji: „Jan Ryszard Chojowski i Tomasz Sawicki swą publikacją udowadniają, że działania artystyczne lokalnej społeczności są nie tylko przemysłane, lecz także głęboko zakorzenione w tradycji regionu Bolesławia i Bukowna. Zakładowa Orkiestra Dęta ZGH „Bolesław”, która stanowi przedmiot ich badań, jest tego najlepszym przykładem. Autorzy przytaczają niezwykle ciekawe biografie oraz losy rodzin muzykujących z pokolenia na pokolenie. Osoby związane na co dzień z ciężkim trudem pracy w wielkim zakładzie, z umiłowaniem pielęgnują i uprawiają sztukę muzyczną w sposób równie poważny i profesjonalny jak wykonawcy tzw. zawodu wyuczonego. Sztandarowym przykładem jest przywołana tutaj postać Adama Pędrasa, który łączył pracę cieśli kopalnianego z rolą artysty, czy też Mieczysława Pędrasa, który przeżył piekło Oświęcimia. Z kolei Jerzy Sojka jest żywym przykładem profesjonalizacji Zakładowej Orkiestry Dętej, odpowiedzialnym za jej przemianę z amatorskiego zespołu przyzakładowego w nieomal w pełni dojrzały, dęty skład orkiestrowy. Współcześni animatorzy bolesławskiej kultury muzycznej, tacy jak Jerzy Sojka, Bogusław Solecki czy gospodarz orkiestry – Zdzisław Skrzypiciel, to osoby mające

wpływ na kształtowanie współczesnego obrazu zespołu”.

Natomiast historyk Jacek Sypień napisał między innymi: „Przed kilkunastu laty zbierałem materiały do niewielkiej książeczki „W orkiestrach siła” – pierwszej publikacji poświęconej orkiestrom dętym na ziemi olkuskiej. Kiedy ostatnio wziąłem ją do rąk, uzmysłowiłem sobie, że wielu osób, które wtedy podzieliły się ze mną wspomnieniami dotyczącymi orkiestr, nie ma już wśród nas. Dlatego tak ważne jest opisywanie naszej lokalnej historii. Tę wiedzę trzeba przekazywać następnym pokoleniom, bo nikt tego za nas nie zrobi. Bardzo się cieszę, że Zakłady Górniczo-Hutnicze „Bolesław” dostrzegają potrzebę kultywowania tradycji górniczych, których częścią jest Zakładowa Orkiestra Dęta. Można jedynie żałować, że nie jest kontynuowany powiatowy przegląd orkiestr dętych, który przez kilka lat organizowano na olkuskim rynku z okazji Święta Konstytucji 3 Maja. Dla mieszkańców Olkusza i ziemi olkuskiej była to jedyna okazja, aby posłuchać na żywo występów naszych orkiestr dętych, a dla samych orkiestr – możliwość zaprezentowania swoich umiejętności”.

Tak ważna jest tradycja i historia, którą należy kultywować, ale bez mecenatu, który jest niezwykle istotny, zapewne nie tylko Orkiestra, o której pisaliśmy, nie mogłaby istnieć. My autorzy, Jan Ryszard Chojowski i Tomasz Sawicki serdecznie dziękujemy wszystkim osobom, które pomogły w realizacji tego przedsięwzięcia, aby ta pozycja wydawnicza mogła ujrzeć światło dzienne. Zaraz po ukazaniu się książki będziemy zapraszać państwa – o ile sytuacja pozwoli – na spotkania autorskie.

Ze względu na trudny czas, jaki mamy w tym roku, publikacja ma się ukazać w listopadzie 2020 roku.

Tomasz Sawicki





REKLAMA



Centrum Stomatologii EUROMEDIC



Lekarz dentysta: Agnieszka Knapik – Woźniak

ZAKRES USŁUG:

leczenie zachowawcze dzieci i dorosłych
leczenie endodontyczne (kanałowe)
profilaktyka stomatologiczna
(lakowanie, lakierowanie, fluoryzacja)
protetyka
protezy całkowite i częściowe
protezy szkieletowe
protezy nylonowe
korony i mosty (kompozytowe, porcelanowe)
leczenie i usuwanie zębów w znieczuleniu ogólnym
(narkoza)

GODZINY PRZYJĘĆ:

poniedziałek 9.00–13.00 i 16.00–20.00
wtorek, czwartek 15.00–20.00
piątek 9.00–13.00

PRZYJMUJE CHIRURG
SZCZĘKOWO-TWARZOWY

Sławków, Mały Rynek 6 i 7

Rejestracja:
696 428 700



REKLAMA



SEDACJA gazem rozweselającym

FRESH-DENT

Karolina Dębska

GABINET STOMATOLOGICZNY

☎ 696-382-504 ul. 1 Maja 107B Bukowno
wejście od ul. Dworcowej

Nowo otwarty gabinet stomatologiczny świadczy usługi dentystyczne:

- Leczenie zachowawcze dzieci i dorosłych
- Leczenie kanałowe
- Korony i mosty porcelanowe
- Protezy akrylowe, szkieletowe, kombinowane
- Usuwanie zębów mlecznych i stałych
- Profesjonalna higienizacja (scaling + piaskowanie)

Gabinet jest zaopatrzony w RTG punktowy i mikroskop zabiegowy. Sedacja wziewna gazem rozweselającym.

Gabinet czynny w godzinach:

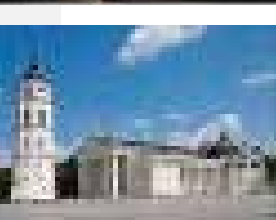
Pn	9:00 – 18:00
Wt	14:00 – 20:00
Śr	9:00 – 14:00
Czw	9:00 – 20:00
Pt	14:00 – 20:00

Rejestracja telefoniczna pod nr 696 382 504

www.stomatologia-bukowno.pl

Z kroniki Koła Emerytów PZERiI w Bolesławiu

17 września 2012 - wycieczka do Wilna, cz.2



Czeka nas zwiedzanie Uniwersytetu Wileńskiego, który miał nazwę „Polskich Aten”, założonego przez króla Stefana Batorego. Wyruszamy zaraz po śniadaniu. Mijamy wspaniałe kościoły, o historii których dużo opowiada nam Nina (nasza przewodniczka po Wilnie). Wchodzimy na dziedziniec Wielki im. Piotra Skargi – pierwszego rektora Uniwersytetu. Jest również dziedziniec im. Adama Mickiewicza. Patrzymy na okna wychodzące na dziedziniec i słuchamy opowieści Niny o znanych Polakach, którzy byli tu profesorami lub pobierali nauki. Lista jest długa: Adam Mickiewicz i jego przyjaciel Tomasz Zan, współzałożyciele „Filaretów i Filomatów”, Juliusz Słowacki, Joachim Lelewel, Ignacy Domeyko – geolog, Jan i Jędrzej Śniadeccy, Józef Ignacy Kraszewski, Paweł Jasienica – pisarz, Czesław Miłosz – noblista i Jerzy Putrament – pisarz – obaj współzałożyciele grupy literackiej „Żagary”. Zwiedzamy sale pełne starych rękopisów i pamiątek. Chodzimy po bruku, po którym chodziło tylu znakomitych Polaków.

Opuszczamy Uniwersytet Wileński i idziemy na ul. zaułek Bernardyński, gdzie w domu, w którym mieszkał Adam Mickiewicz, znajduje się jego Muzeum. Wchodzimy do pokoju, tu pisał „Grażynę”, II i IV część „Dziadów”, I tom „Ballad i romansów”, o czym informuje nas tablica pamiątkowa w jęz. polskim. Jest tu również stół, przy którym pisał, krzesło i wiele jego osobistych rzeczy. Są tu rękopisy Mickiewicza, świadectwa ze studiów, artykuły, bibliografia, zdjęcia, portrety, pierwsze edycje utworu „Sonety” i „Konrad Wallenrod”.

Kolej na zwiedzanie miasta. Chodzimy ulicami Adama Mickiewicza, Tadeusza Kościuszki, Józefa Ignacego Kraszewskiego i podziwiamy gmachy oraz kościoły. Jest ich tak dużo, że nie sposób zwiedzić wszystkich, ale Katedra Wileńska, nazwana Matką kościołów wileńskich, jest dla nas ważna. W katedrze koronowani byli mityr książęcą Witold i jego następcy, aż do Stefana Batorego. Tutaj też potajemnie brał ślub Zygmunt August z Barbarą Radziwiłłówną.

Następny kościół św. Anny, nazwany „perłą architektury”, zbudowany na palach olchowych i workach piasku, jako że stoi na wilgotnym brzegu w zakolu Wilenki, tworzy zespół architektoniczny z kościołem św. Franciszka i św. Bernardyna. Tuż obok, na skwerku pomnik Adama Mickiewicza, przedstawiający młodzieńczą jego postać z twarzą zwróconą w kierunku miasta. Napis na cokole: „ADOMAS MICKEVICIUS”. Wokół 6 płaskorzeźb ze scenami z „Dziadów”.

Obok kościół św. Jana Chrzciciela i św. Jana Ewangelisty, którego powstanie wiąże się z przyjęciem przez Litwę chrztu (fundatorem był Jagiello), z pięknymi barokowymi organami, na których grywał Stanisław Moniuszko, z pomnikami: Adama Mickiewicza, Syrokomli, z tablicą pamiątkową Tadeusza Kościuszki oraz z popiersiem Stanisława Moniuszki, z 10 kaplicami z pięknymi witrażami i pozłacanymi rzeźbami. Dalej Kościół Piotra i Pawła, którego fundator, Michał Pac, pochowany jest pod progiem głównego wejścia. Na płycie wyryty napis w jęz. łacińskim: „Tu spoczywa grzesznik Pac”. Wystrój wnętrza oszałamia. Świątynię zdobi kryształowy żyrandol w kształcie łodzi i niezwykła ambona. Wykonana z drewna ma kształt okrętu z podniesionym żaglem. Od Niny dowiadujemy się, skąd się wzięło powiedzenie „wart Pac pałaca, a pałac Paca”.

Jeszcze Pałac Prezydencki, którego nie zauważylibyśmy, gdyby nie wisiała flaga Litwy, gdyż nie ma żadnej ochrony. Nie sposób zwiedzić wszystkich

pięknych zabytków. Patrzymy na Plac Ratuszowy, na którym oprócz ratusza stała szubienica i przegierz. W murach gmachu ratusza odbyła się premiera „Halki” Moniuszki, który tworzył i mieszkał obok. W przyległych do placu Świętojańskiego kamienicach mieszkali Juliusz Słowacki i Józef Ignacy Kraszewski.

Została nam jeszcze Republika Zarzecze do zwiedzania, ale kończy się nasz czas w Wilnie, więc stoimy przy moście nad Wilenką, patrzymy na drugi brzeg, na którym znajduje się Republika Zarzecze i słuchamy opowieści Niny. Republika ma własny hymn, prezydenta, premiera, ambasadorów, ministrów, nawet biskupa. Mieszkali tu K. I. Gałczyński z żoną, tu urodziła się ich córka Kira. Tu przyszedł na świat sławny śpiewak Bernard Ładysz. Można mieszkać w Nowym Yorku, w Paryżu, gdziekolwiek i być obywatelem Republiki. Tak stanowi Konstytucja, w której wśród 34 punktów wymienione są takie jak: człowiek ma prawo kochać, płakać, być nieznanym i niewybitnym itp. Swoją siedzibę w Republice ma Akademia Sztuk Pięknych. Mieszka tu wielu artystów, pisarzy, poetów, dlatego porównywana jest do paryskiego Montmartre. Nad wszystkim góruje Anioł Zarzecza.

Zmęczeni, ale szczęśliwi żegnamy naszą przewodniczkę Ninę. Robimy sobie pamiątkowe zdjęcie i opuszczamy piękne Wino, zabierając ze sobą wspaniałe wspomnienia.

Przed nami Kowno, drugie co do wielkości miasto Litwy. Starówkę kowieńską zdobią piękne, kolorowe kamieniczki. W jednej z nich, pomarańczowej, odkrywamy pijalnię czekolady, która ma niepowtarzalny smak. Pośrodku Placu Ratuszowego wspaniała, biała gmach ratusza kowieńskiego z wysoką, wysmukłą wieżą zegarową, zwany „białym labędziem”. Mieści się w nim sala ślubów i muzeum ceramiki. Naprzeciw widoczny budynek szkoły, w której uczył i mieszkał Adam Mickiewicz. Na budynku tablica pamiątkowa poświęcona Mickiewiczowi. W narożniku, największy obiekt sakralny na Litwie - Bazylika archikatedralna Świętych Apostołów Piotra i Pawła.

Dalej w uliczce „Dom Perkuna”, gdzie mieści się Muzeum Adama Mickiewicza, prezentujące życie i pracę wieszczą w Kownie, jego portrety, utwory tłumaczone na język litewski i ilustracje do „Pana Tadeusza”.

Jeszcze jedyne na świecie Muzeum Diabłów. Są tu diabły zabawne i przerażające, walczące z mężczyznami i tańczące z kobietami. Namalowane na talerzach, filiżankach i na płótnie, a wraz z nimi czarownice.

I idziemy do Zamku – najstarszej litewskiej budowli obronnej stojącej u zbiegu Niemna i Wilii. Zachowały się 2 narożne baszty i część murów obronnych. W jednej z baszt Muzeum zamku, a w nim zbroje rycerskie i ówczesna broń. Odbijamy pamiątkowy medal na monecie i po wąskich, krętych i stromych schodach, schodzimy do podziemi. Znajdują się tam straszne lochy. Mimo woli na myśl przychodzą słowa z „Elegii o śmierci Ludwika Waryńskiego”: „Szeroka, szeroka jest ziemia,/ gdy myślą ogarnąć ją lotną,/ szeroko po ziemi więzienia,/ głęboka w więzieniach samotność”. To właśnie czujemy, gdy patrzymy na małe, okrągłe, wilgotne pomieszczenie (tuż obok przepływa Niemen). W ściany wbite haki z łańcuchami, do których przykuwano nieszczęśników. Szybko opuszczamy to ponure miejsce i ruszamy w drogę powrotną.

Po drodze zwiedzamy zespół klasztorny sióstr „Kazimierzanek” w Pożajściu. Oglądamy stare druki pisane cyrylicą, obrazy i freski malowane na drewnie i dawne przedmioty użytku codziennego. Odchodzimy żegnani przez sympatyczne siostry.

Wracamy do naszego pięknego kraju, który zawsze witamy z radością po powrocie z zagranicznych wojaży.

*Sekretarz Koła Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Bolesławiu
Józefa Krawczyk*

Od spojrzenia w oczy po... SMS

Używają go starsi i młodszy. Pocztowy SMS ma już 28 lat. Cała historia SMS-a nieodzwrotnie łączy się ze zbliżającym się w realu, a królującym już w markach okresem przedświątecznym.

Pierwsza wysłana wiadomość tekstowa brzmiała właśnie „Merry Christmas” („Wesołych Świąt”). Tyle historii z wielkiego świata. Czas jednak wrócić na ziemię, do swej małej ojczyzny, a konkretnie do bolesławskiego dworku...

Od spojrzenia w oczy po... SMS. Od esemesa w pocztę. Kochani! Kolejna bolesławska Jesień Poetycka rozstrzygnięta. Od blisko pół wieku Centrum Kultury w Bolesławiu organizuje liczne konkursy literackie. Jednym z nich jest Jesień Poetycka.

Na zorganizowany przez Centrum ogólnopolski konkurs napłynęło łącznie 33 wiersze (20 w kategorii: Dzieci i Młodzież do lat 16 i 13 w kategorii: Dorosli).

Jury, którym w tym roku była Redakcja Kuriera Olkuskiego, nagrodziło najlepszych twórców.

Oto jego werdykt.

W kategorii młodzieżowej pierwsze miejsce przyznano Karolinie Biel, drugą nagrodę wypisała Wiktoria Ekiert, trzecie miejsce „wyesemesowała” Klaudia Tkaczyk.

W kategorii dorosłych poetów pierwszą nagrodę wywalczyła – Kazimiera Janczy, drugie miejsce przypadło Małgorzacie Żak, trzecie Maciejowi Henrykowi Modzelewskiemu.

Wszystkim zwycięzcom i uczestnikom gratulujemy i zachęcamy do udziału w kolejnych naszych konkursach.

Podsumowując...

Kiedyś śpiewano: „Ludzie listy piszą”. Kiedy to było? Teraz niedawno nowoczesny SMS zaczyna być klasycznym tekstem.

SMS-y są z założenia wiadomościami krótkimi. Uczestnicy konkursu musieli zmierzyć się z nie lada wyzwaniem: jak w kilku słowach zawrzeć ekspresyjne wyznaczenie miłości.

Pamiętajmy, że poświęcanie sobie wzajemnej uwagi to nie tylko sposób na wyznaczenie miłości, ale i na jej pielęgnowanie. Ważna jest treść, forma często jest sprawą drugorzędną.

Czytelniku BP, bez względu na to czy jesteś poetą czy nie... Pamiętaj, że w razie braku pomysłów zawsze sprawdzi się mocne przytulenie.

Podobno dla prawidłowego funkcjonowania człowiek potrzebuje 12 przytulen dziennie, a przytulenie może być szybsze i krótsze niż niejeden esemes.

BBB

Śpieszmy się kochać ludzi, tak szybko odchodzą...

W sieci aż ZA DUSZNO od przewidywań, co w związku z pandemią czeka nas we Wszystkich Świętych i Dniu Zadusznym.

Wedle polskiej tradycji Dzień Wszystkich Świętych (1-go listopada) i Dzień Zaduszny (nazywany też Zaduszkami - 2-go listopada) wedle polskiej tradycji są świętami pamięci o zmarłych.

Pierwszy termin został ustanowiony w 835 r. przez papieża Jana XI ku czci zmarłych świętych. Ponad wiek później - w 998 r. ustanowiono Dzień Zaduszny, a to dzięki przełożonemu benedyktynów z opactwa w Cluny, późniejszemu świętemu Odilonowi.

Jednak tradycja Zaduszek sięga jeszcze czasów przedchrześcijańskich. Pierwotnie obrządku odprawiane w dniu tzw. Dziadów miały na celu nawiązanie kontaktów z duszami zmarłych oraz uzyskanie ich przychylności. Obrzędy te stały się inspiracją dla Adama Mickiewicza do napisania dramatu „Dziady”, który poprzedzony był takimi oto objaśnieniami autora: „Dziady: Jest to nazwisko uroczystości obchodzonej dotąd między pospółstwem w wielu powiatach Litwy, Prus i Kurlandii, na pamiątkę dziadów, czyli w ogólności zmarłych przodków. Uroczystość ta początkiem swoim sięga czasów pogańskich i zwała się niegdyś uczta kozła, na której przewodniczył Kozłarz, Huslar, Guślarz, razem kapłan i poeta (gęślarz). [...] pospółstwo więc święci Dziady tajemne w kaplicach lub pustych domach niedaleko cmentarza. [...]”.

Poniżej kilka cytatów skłaniających do refleksji w tym szczególnym czasie:

Prawdziwym nieszczęściem jest być człowiekiem żyjącym,
bardziej zapomnianym niż zmarli.

Autor nieznanym

Wspomnienie jest formą spotkania.

Khalil Gibran

Zadziwiające jak oszczędzamy bliskich, nie zdając sobie sprawy z podłości
naszego lekceważenia, dopóki ich nam nie zabraknie, dopóki nie zabiorą ich
nam. Zabierają, bo nigdy do nas nie należeli.

Carlos Ruiz Zafon

Człowieka trzeba mierzyć miarą serca.

Jan Paweł II

Czujesz się osamotniony. Postaraj się odwiedzić kogoś, kto jest jeszcze
bardziej samotny.

Jan Paweł II

Wracając to współczesności, to z uwagi na pandemię osoby słabszego zdrowia powinny się udać na groby 2 listopada – to dzień znacznie luźniejszy niż 1 listopada, w dodatku naprawdę zaduszny.

BBB

PS. Kto liczy na dodatkowy dzień wolny za 1 listopada 2020, bo święto przypada w niedzielę, zawiadzie się: za święto przypadające w niedzielę nie należy się dodatkowy dzień wolny od pracy.

Oszczędzaj w zgodzie ze sobą



„Październik miesiącem oszczędzania”-

któż nie pamięta tego popularnego przez dziesięciolecia hasła i oszczędzania w Szkolnych Kasach Oszczędności. Dlaczego akurat wybrano do tego celu miesiąc październik, nie wiem - jednak zawsze w październiku to hasło mi się przypomina. A Wam?

Jeśli wierzyć statystykom Google, temat oszczędzania pieniędzy jest w ścisłej czołówce najchętniej wyszukiwanych treści. Chcemy oszczędzać, a przynajmniej czujemy, że powinniśmy. Problem w tym, że większość z nas tego nie potrafi. Ponad połowa Polaków nie oszczędza, lecz wszystkie swoje dochody wydaje na bieżące potrzeby – wynika z badania przeprowadzonego przez Fundację Kronenberga przy Citi Handlowy. Z badań wynika, że Polacy oszczędzają nie tylko znacznie mniej niż pozostali obywatele państw Unii Europejskiej, ale także mniej niż obywatele krajów o gospodarce porównywalnej do naszej lub biedniejszych.

Niski odsetek Polaków, którzy dbają o finansowe zabezpieczenie na przyszłość, najczęściej tłumaczy się niskimi zarobkami w naszym kraju. Tymczasem okazuje się, że chociaż nasze obiektywne możliwości finansowe wpływają na sposobność zgromadzenia pokaźnych oszczędności, to sam fakt, czy w ogóle oszczędzamy czy nie, jest znacznie słabiej związany z poziomem dochodów. 70 proc. z nas ma świadomość, że oszczędzać trzeba. Tylko 13 proc. Polaków oszczędza regularnie, 41 proc. robi to od czasu do czasu.

Najogólniej rzecz ujmując przez oszczędzanie rozumie się powstrzymywanie się człowieka czy gospodarstwa domowego od bieżącej konsumpcji na rzecz jej zwiększania w przyszłości. Oszczędzanie to może mieć charakter dobrowolny lub przymusowy.

Prawda jest taka, że większość ludzi, słysząc sło-

wo „oszczędzanie”, wyświetla w swoim umyśle ponure scenariusze. Zaraz przyłapujemy się na tym, że pomysł odkładania pieniędzy wpłynie na komfort naszego życia. Sporo osób kojarzy oszczędzanie z wyrzeczeniami, brakiem przyjemności, po prostu smutnym życiem.

Psycholodzy ekonomiczni tłumaczą, że oszczędzamy przede wszystkim dla ...większego poczucia kontroli nad własnym życiem. Ponoć oszczędności na koncie zmniejszają też poziom ogólnego stresu i znacząco zwiększają poczucie bezpieczeństwa.

Emocje odgrywają bardzo ważną rolę w efektywnym zarządzaniu finansami osobistymi. Niestety, większość z nas nigdy nikt nie uczył, jak radzić sobie z pieniędzmi.

Jak oszczędzać i po co to robić. Podstawowy czynnik, na który zwracają uwagę naukowcy, to samokontrola. Im łatwiej nam ona przychodzi, tym oszczędzanie sprawia mniej kłopotów. Ważna jest regularność. To tak jak z nauką języka obcego lub ćwiczeniami na siłowni. Raz, drugi odpuścisz i coraz trudniej będzie Ci się zmotywować do powrotu.

Oszczędzanie nie wiadomo na co jest bardzo trudnym zadaniem, a często - w przypadku wielu osób - kompletnie nierealnym.

Dopóki nie ustalimy, jaka kwota nas interesuje oraz jak wiele musimy zaoszczędzić, to proces odkładania pieniędzy będzie dla nas bliżej niesprecyzowaną, kompletną abstrakcją.

Nie tylko postawmy sobie konkretny cel, konkretną kwotę, ale również często cieszymy się tym, jakbyśmy cieszyli się po zrealizowaniu naszego celu. Systematyczność nie bierze się sama z siebie. Czas by zrozumieć, że jest dobrym nawykiem. Dlatego, jeśli przez całe życie słyszeliśmy, że nie jesteśmy systematyczni, to czas to zmienić. Wszystkiego możemy się nauczyć tylko wymaga to czasu. I tutaj może brzmieć to nieco absurdalnie, ponieważ do nauki systematyczności musimy być

systematyczni. Ale tak właśnie jest. Im częściej będziemy powtarzać do powtarzania tej samej czynności lub myślenia o gromadzeniu oszczędności, tym szybciej wejdzie nam to w krew.

Im więcej efektów, tym lepiej.

Jeśli na początek założymy sobie, że mamy odłożyć 50 złotych, to zmobilizujemy się do kolejnego etapu, czyli odłożenia 100 zł. Takie oszczędzanie będzie działało jak machina samonapędzająca się. Ustal określoną część dochodów, które będziesz odkładać miesięcznie (optymalna wartość to nie więcej niż 20%). Płać sobie na samym początku miesiąca, przed rachunkami i innymi wydatkami. Zrób z oszczędzania swój priorytet i nie zostawiaj tego na sam koniec miesiąca.

Kolejny pomysł, jak oszczędzać pieniądze w domu to ograniczenie liczby urządzeń znajdujących się w trybie czuwania. Oświetlenie zamień na to energooszczędne. Zmywarkę uruchamiaj tylko, gdy jest pełna.

Często ograniczając małe przyjemności, możemy zaoszczędzić pieniądze na realizację tych większych. Lepiej zrobić pierwszy krok niż żaden.

Poniżej kilka metod na mini oszczędzanie:

Podczas prania ubrań w pralce, odwróć je na lewą stronę, wtedy przetrwają więcej prąi.

Nie chodź głodnym do sklepów. Jak jesteś głodny, wszystko wydaje ci się dobre, przez co robisz więcej impulsywnych zakupów.

Nie kupuj niepotrzebnie dużej ilości ubrań, jeżeli chcesz na nich zaoszczędzić. Zastanów się dobrze, czy na pewno potrzebujesz 30. pary spodni?

Idź do pracy na piechotę, jeżeli jest blisko.

Drogi Czytelniku BP, zauważ, że wkładanie do skarbonki dzień w dzień 2 zł daje po roku ponad 700 zł. Pamiętasz swinkę skarbonkę? Sumiennie odkładaliśmy do niej część kieszonkowego. Gdy kolejne monety lądowały na jej dnie, przed naszymi oczami stała już wymarzona rzecz.

Człowieka oszczędnego nie można utożsamiać z dusigroszem. Czasem w poszukiwaniu oszczędności i najniższych cen można zapędzić się za daleko. Idealnie byłoby wypośrodkować gdzieś między byciem oszczędnym, a sknerą i między oszczędzaniem rzeczywistym a pozornym. Pozorne jest wtedy, kiedy tracisz 2 godziny na znalezienie w Internecie 15 zł rabatu, podczas gdy w ciągu godziny byłbyś w stanie zarobić 30 zł albo zrobić coś innego, co ma większą wartość. Granica między oszczędnością a skąpstwem jest względna i zależy od naszej aktualnej sytuacji życiowej.

Nade wszystko zaś oszczędzajmy innych i siebie poprzez zwykłą uprzejmość i życzliwość.

BBB

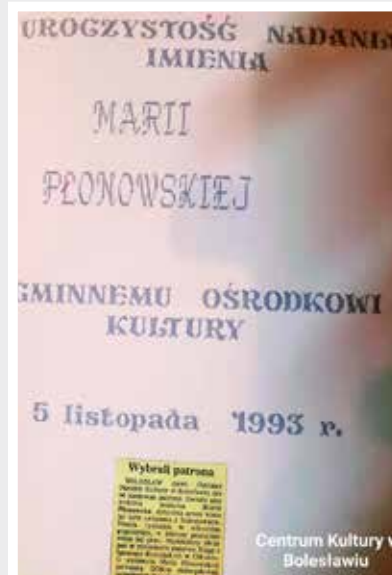
Wspomnienie o Marii Płonowskiej

„Przypomnieli o zapomnianej artystce” - taki tytuł notatki ukazał się w „Dzienniku Śląskim” z listopada 1993 roku, pamiętacie? Tej Artystki nie da się zapomnieć. Jej prace gościły w warszawskim Towarzystwie Zachęty Sztuk Pięknych, we Lwowie, Krakowie, Zakopanem, Olkuszu, a także u nas w Bolesławiu.

Mogliśmy podziwiać jej talent i twórczy dorobek. Pejzaże i portrety to główne tematy prac, jakie można było zobaczyć na tej wystawie.

Nieczęsto można było oglądać u nas prace osoby, która studiowała w paryskiej Ecole des Beaux-Arts. Była to jedna z ważniejszych wystaw, jakie prezentowaliśmy w Galerii GOK. Jesienią warto odkurzyć wspomnienia...

Iwona Skupińska



Izolacja i kwarantanna

Jeżeli jeszcze nie spotkała Was ta niespodziewana sytuacja, to zapewne każdy zadaje sobie pytania: jak się przygotować i jak ewentualnie postępować, gdy będziemy musieli poddać się kwarantannie.

Aby powstrzymać rozprzestrzenianie się choroby zakaźnej, władze odpowiedzialne za zdrowie publiczne opierają się na wielu strategiach. Dwie z tych strategii to izolacja i kwarantanna. Obie są procedurami powszechnie stosowanymi w zakresie zdrowia publicznego i obie mają na celu zmniejszenie prawdopodobieństwa, że osoby zakażone zarażą innych. Obie strategie mogą zostać wprowadzone dobrowolnie lub nakazane przez władze ds. zdrowia publicznego. Obie strategie różnią się w sposobie izolacji, pierwszą stosuje się wobec osób, o których wiadomo, że są chore, natomiast kwarantannę stosuje się wobec tych osób, które zostały wystawione na ryzyko zakażenia chorobą i w związku z tym mogą, ale nie muszą, zachorować.

Odizolowanie chorych osób (IZOLACJA) ma za zadanie odosobnienie osób zdrowych od osób ze specyficznymi objawami choroby zakaźnej. Izolacja pozwala na leczenie osób chorych i chroni zdrowych ludzi od zachorowania. Chorzy przebywający w izolacji mogą pozostawać pod opieką w swoich domach, w szpitalach lub w innych wyznaczonych placówkach opieki zdrowotnej. W większości przypadków, izolacja jest dobrowolna, jakkolwiek stosowne organy mają prawo nakazania izolowania chorych w celu ochrony zdrowia publicznego.

Wg ustawy z 2008 r. o zapobieganiu oraz zwalczaniu chorób zakaźnych u ludzi KWARRANTANNA to „odosobnienie osoby zdrowej, która była narażona na zakażenie, w celu zapobieżenia szerzeniu się chorób szczególnie niebezpiecznych i wysoce zakaźnych”. Kwarantanna u osób, u których nie występują objawy kliniczne COVID-19, trwa 10 dni i kończy się automatycznie. Kwarantannę nakłada inspektor sanitarny. Może on też zdecydować o jej skróceniu lub zwolnieniu z obowiązku jej odbywania. Kwarantannę nakłada się na zdrowe osoby, które miały styczność z osobą zakażoną lub mieszkają z osobą, która zostaje skierowana na kwarantannę. Chodzi o odseparowanie osób, które miały kontakt z patogenem i mogą w ciągu kilku dni być nosicielami wirusa i zakażać innych.

W czasie kwarantanny osoba, która została na nią skierowana, nie może wychodzić z domu, na spacer z psem, do sklepu i lekarza. Policjanci odwiedzają osobę objętą kwarantanną, by sprawdzić, czy nie opuszczają one miejsca zamieszkania. Jeśli osoba złamie kwarantannę, funkcjonariusze mogą nałożyć na nią karę finansową do 30 tys. zł. Jest to decyzja indywidualna. O kwarantannie informację sanepid przekazuje telefonicznie lub ustnie, a potem przesyła dokument.

Jeśli u osoby przebywającej w kwarantannie wystąpią objawy chorobowe sugerujące zakażenie COVID-19 (gorączka powyżej 38 st. Celsjusza, duszności, kaszel, utrata węchu i smaku), powinna się ona skontaktować z lekarzem rodzinnym, który zadecyduje o dalszym postępowaniu – diagnostyce w kierunku wykrycia wirusa SARS-CoV-2. W razie pogorszenia stanu zdrowia należy wezwać pogotowie, informując o tym, że odbywa się kwarantannę lub indywidualnym środkiem transportu udać się do szpitala zakaźnego.

Sytuacja epidemiologiczna w Polsce spowodowała, że coraz więcej osób przebywa obecnie na kwarantannie.

Czy w trakcie kwarantanny zawsze przysługuje zasiłek chorobowy? Kto może z niego skorzystać i na jakich zasadach? Wyjaśniamy.

Osoby przebywające na kwarantannie, jeśli czują się dobrze mogą bez prze-

szkód świadczyć pracę w formie zdalnej. Jeżeli jednak ich stan zdrowia bądź forma pracy uniemożliwia wykonywanie obowiązków służbowych z domu, mogą ubiegać się o wypłatę świadczeń z tytułu choroby (wynagrodzenia za czas choroby lub zasiłku chorobowego). Nie każdy jednak uzyska prawo do wypłaty tych świadczeń. Zgodnie z przepisami prawa osobie przebywającej w izolacji, za okres kwarantanny przysługuje wynagrodzenie za czas choroby lub zasiłek chorobowy. Warunek jest jeden – należy być zgłoszonym w ZUS do ubezpieczenia chorobowego. Warto przy tym zaznaczyć, że podstawą ubiegania się o wypłatę świadczeń z tytułu choroby jest decyzja państwowego inspektora sanitarnego. Jeżeli więc decyzję o przebywaniu na kwarantannie podejmujemy samodzielnie, prawo do świadczenia nie będzie przysługiwało.

Zdarzyć się może, że obowiązkową kwarantanną zostanie objęte dziecko. Z uwagi na konieczność sprawowania opieki nad dzieckiem rodzic, jako prawowity opiekun ma prawo ubiegać się o wypłatę zasiłku opiekuńczego. Z zasiłku opiekuńczego skorzystać może również rodzic w przypadku zamknięcia szkoły, przedszkola bądź żłobka, do którego uczęszczało dziecko. Zasiłek ten, na dziecko do ukończenia 8. roku życia, przysługuje aktualnie wyłącznie na zasadach ogólnych. Dodatkowy zasiłek opiekuńczy wypłacany w ramach Tarczy antykryzysowej, nie jest już wypłacany przez państwo.

Co należy robić, a czego nie wolno podczas kwarantanny?

Nie wolno opuszczać domu. Zakupy warto robić zdalnie, przez Internet. Osoba realizująca zamówienie powinna pozostawiać je pod drzwiami mieszkania. Należy myć ręce i codziennie dezynfekować często dotykane powierzchnie, takie jak klamki, klawiatury komputerów, krany, telefony, blaty stołów.

Obowiązek dotyczy wszystkich domowników. Osoba mająca kontakt z koronawirusem bądź innym drobnoustrojem chorobotwórczym musi odizolować się od innych członków gospodarstwa domowego, czyli najlepiej przebywać w osobnym pomieszczeniu.

Nie należy używać z domownikami przedmiotów wspólnych. Dotyczy to sztućców, naczyń, ręczników czy pościeli. Jeśli kontakt z domownikami jest niezbędny, należy zachować dystans, czyli odległość co najmniej metra. To konieczne, ponieważ właśnie na taką odległość może przenosić się wirus. Trzeba również nosić maskę ochronną, a podczas kaszlu i kichania zasłaniać usta chusteczką, po czym od razu wyrzucić ją do zamykanego kosza i umyć ręce. Należy obserwować się pod kątem występowania objawów choroby.

Od 2 września osoby przebywające na kwarantannie, które nie mają objawów COVID-19, nie są już poddawane testom. Po 10 dniach automatycznie są z niej zwalniane. Źródła:

- <https://serwisy.gazetaprawna.pl/>
- strona Instytucji Kontroli Chorób i Ochrony (Centers for Disease Control & Prevention)
- <https://portal.abczdrowie.pl/kwarantanna>

Jedno jabłko dziennie trzyma lekarza z daleka ode mnie



Powołując się na słynne kroniki J. Długosza, uprawa jabłoni w Polsce rozpoczęła się w XII wieku, dzięki cystersom. Ojcowie zakonni poznali i docenili właściwości smakowe oraz zdrowotne jabłek i sprowadzili je do naszego kraju z Europy Zachodniej.

Anglicy mawiają: „zjedz jedno jabłko dziennie, a lekarz nie będzie ci wcale potrzebny”, zaś dietetycy zalecają zjedzenie przynajmniej dwóch jabłek w ciągu dnia – ponoć rano dla urody, a wieczorem dla dobrego zdrowia. Jabłko nie jest kaloryczne, w prawie 85% składa się z wody, średniej wielkości zawiera mniej niż 100 kcal. Owoce te zawierają kwas chlorogenowy, który ma bardzo silne właściwości przeciwutleniające, a zwalczając wolne rodniki działa przeciwnowotworowo. Kolejną zaletą kwasu chlorogenowego jest zdolność do stabilizowania poziomu cukru we krwi, co powoduje zmniejszenie łaknienia – ma to istotne znaczenie szczególnie dla osób dbających o linię.

Jabłka chronią przed zawałem i zaporami, wzmacniają zęby, ułatwiają odchudzanie. Kwasy owocowe pobudzają pracę przewodu pokarmowego, zwiększając wydzielanie soków trawiennych. Garbniki zawarte w jabłkach dezynfekują przewód pokarmowy, regulują trawienie i zapobiegają nadmiernej fermentacji w jelitach.

Najcenniejsze w nich jest to, co zwykle odrzucamy: gniazda nasienne i skórka, gdyż w nich znajduje się najwięcej pektyn, które mają tę zaletę, że oczyszczają organizm z substancji trujących. Podczas trawienia pektyny wiążą niektóre metale ciężkie, np. kobalt i ołów, w nierozpuszczalne sole, które są potem łatwiej wydalone z organizmu. Jabłka ułatwiają przyswajanie wapnia przez organizm, dzięki czemu wzmacniają zęby, włosy i paznokcie. Gryzienie twardego jabłka służy działaniu.

Jabłka - ulubione owoce Polaków, ale nie tylko... Jabłka są najpopularniejszym owocem nie tylko w naszym kraju, ale i na świecie.

Jabłko jest też częścią naszej kultury, a nawet nauki. Było symbolem niezgody pomiędzy Ateną, Afrodytą a Herą. Powszechnie uważa się, że było też symbolem pokusy, kiedy Ewa ofiarowała je Adamowi, choć Biblia wspomina w tym miejscu o owocu zakazanym, nie precyzując jego gatun-

ku. Jabłku zawdzięczamy m.in. prawo powszechnego ciążenia (grawitacja) czy zobrazowanie wielkości atomu. Obecnie jest najchętniej wykorzystywanym owocem do badań w dziale inżynierii genetycznej.

Smakiem jabłek możemy cieszyć się przez cały rok. Jesienią generalnie powinny być najtańsze, chociaż na razie nic na to nie wskazuje.

Od dawien dawna znawcy pielęgnacji skóry zalecają stosowanie miąższu jabłek jako maseczki oczyszczającej, nawilżającej i wygładzającej, dlatego specjalnie dla Was poniższe przepisy:

Maseczka z jabłka i miodu

Obrane jabłko utrzyj, zmieszaj z 1 łyżką stołową płynnego miodu, nanieś na twarz i zmyj letnią wodą po 20 minutach. Likwiduje zanieczyszczenia skórne.

Maseczka nawilżająca do cery normalnej

Jabłko umyj i utrzyj na tarce, dodaj kilka łyżeczek naturalnego serka homogenizowanego i łyżeczkę płynnego miodu. Maseczkę nałóż na twarz na 15 minut, spłucz letnią wodą.

Maseczka wygładzająca do cery mieszanej

Utarte na tarce z drobnymi oczkami jabłko zmieszaj z łyżką mąki ziemniaczanej i dodaj kilka kropel soku z cytryny. Nałóż papkę na twarz, a po 15 minutach zmyj ciepłą wodą.

BBB

Maria Stachurska i obrazy dla biblioteki w Bolesławiu



Maria Stachurska
(fot. arch. Centrum Kultury im M. Płonowskiej w Bolesławiu)

Maria Stachurska przekazała w darze Gminnej Bibliotece Publicznej w Bolesławiu dwa obrazy olejne swojego autorstwa. Są to portrety pierwszych założycieli czytelnicy bolesławskiej – Waśniewskich. Na jednym z nich jest Stanisława i Józef Waśniewscy. Natomiast drugi obraz to portret ich syna, Jana Waśniewskiego.

Autorka obrazów mieszka w Karnej od 1997 roku. Maluje od 1979 roku. Uprawia malarstwo sztalugowe, akwarelę, pastel oraz rysunek. W swojej pracowni, utworzonej w uroczym domku otoczonym kwia-

tami, powstają niezwykle prace malarskie. Najczęściej maluje pejzaże, portrety, architekturę czy martwą naturę. Od wielu lat współpracuje ze środowiskami artystycznymi, czego efektem były wspólne i indywidualne wystawy. Uczestniczyła w wielu plenerach w kraju, np. w Słupsku, Trzebini, Elblągu, Bolesławiu, Krzykawce i za granicą: we Włoszech czy Niemczech. Pani Maria cały czas tworzy, jest niezwykle płodną artystką. W swoim dorobku ma setki obrazów, które znalazły swoje miejsce w domach w Polsce i za granicą.



Stanisława i Józef Waśniewscy



Jan Waśniewski

Dyrektor Gminnej Biblioteki
Publicznej im. Waśniewskich
Renata Strojna oraz pracownicy
składają serdeczne podziękowania

Pani Marii Stachurskiej

za wspaniały dar,
życząc wielu sukcesów w dalszej
pracy twórczej.

Historia bolesławskiej biblioteki sięga 1902 roku. Zbiory pierwszej biblioteki powstały dzięki miejscowej inteligencji: Waśniewskim, Schmidtom, Kramarczykom, Ossowskim czy Gromkiewiczom. W 1906 roku biblioteka została formalnie zalegalizowana, jednak władze carskie szybko ją zamknęły. Po I wojnie światowej, staraniem Stanisławy Waśniewskiej i jej męża, z pomocą Związku Zawodowego robotników górniczych oraz Stowarzyszenia Spożywców „Społem”, w 1918 roku otworzono Bibliotekę Publiczną i Czytelnię w Bolesławiu. Po II wojnie światowej do 1971 roku bibliotekę prowadził Marian Labisko. W późniejszym czasie biblioteka była filią biblioteczną przynależącą do Bukowna. W 1991 roku Bolesław na nowo stał się samodzielną Gminą, a biblioteka stała się odrębną jednostką. W 1997 roku nową siedzibą biblioteki został lokal Domu Wiejskiego w Bolesławiu – Ćmielówce.

13 maja 2004 roku odbyło się uroczyste nadanie imienia Waśniewskich Gminnej Bibliotece Publicznej w Bolesławiu.

Państwo Waśniewscy za swoją działalność niepodległościową otrzymali odznaczenia: Józef Waśniewski (1869-1938) – Krzyż Niepodległościowy i Srebrny Krzyż Zasługi, a Stanisława Waśniewska (1905-1946) – Medal Niepodległościowy. Syn Waśniewskich – Jan (1896-1945), był literatem i spikerem Polskiego Radia.

Tomasz Sawicki
Gminna Biblioteka Publiczna
w Bolesławiu



**Kobieta wiejska
potęgą jest i basta!**

Surfując po Internecie, żyjemy wszyscy w globalnej wiosce. Masowe media elektroniczne obalają bariery czasowe i przestrzenne, umożliwiając ludziom komunikację na masową skalę. W tym sensie glob staje się coraz mniejszy za sprawą elektronicznych mediów.

Po czym dzisiaj rozpoznać mieszkankę miasta od kobiety żyjącej na wsi? Jest to trudniejsze niż kiedyś. Stereotyp kobiecinę w kwiecistej chustce, w kałozach i z motyką w ręku już dawno odszedł do lamusa. Panie z miasta i ze wsi żyją bardzo podobnie: odwiedzają te same galerie handlowe, kupują w marketach spożywczych identyczne produkty, ćwiczą zumbę czy jogę, oglądają te same seriale.

Kobiety stanowią połowę społeczności wiejskiej i 30 procent wszystkich kobiet żyjących w naszym kraju. Kobiety na wsi szeroko udzielają się społecznie. Pełnią ważne funkcje w radach gmin, w radach powiatu, województwa. Udzielają się w radach parafialnych. Pielęgnują tradycję i kulturę regionu. Liderki to często członkinie kół gospodyń wiejskich, organizacji pozarządowych czy lokalnych grup wsparcia. Wielu twierdzi, że najbardziej aktywne kobiety na wsi to... sołtyski:

- Gdy się patrzy na rolę sołtysek, to faktycznie można powiedzieć, że wieś to jest Ona.

Kobiety na wsi mogą od niedawna świętować Międzynarodowy Dzień Kobiet Wiejskich.

Święto zostało ustanowione w 2007 roku rezolucją Zgromadzenia Ogólnego ONZ w celu podkreślenia kluczowej roli kobiet w rozwoju obszarów wiejskich. Obchodzone jest 15 października.

Dziękujemy, Kochane Panie, że jesteście motorem działania w swojej małej ojczyźnie i w swoich rodzinach.

Dziękujemy Wam, że bardzo często bierzecie sprawy we własne ręce i kreatywnie podchodzicie zarówno do tradycji, jak i nowych wyzwań. Wszak cechuje Was siła, determinacja i wytrwałość.

Kochane! Bądźcie zdrowe, silne i uśmiechnięte. Działajcie dla siebie i dobra naszych małych miejscowości. Zawsze wiercie w swoje możliwości.

Kochane Panie!
Mamy moc
- damy radę, także teraz,
w tym trudnym
dla wszystkich czasie!

BBB



Wyniki konkursu plastycznego „Ekologiczny pojazd przyszłości”

Uprzejmie informujemy, iż w związku z realizowanym w ramach Europejskiego Tygodnia Zrównoważonego Transportu konkursem plastycznym, do Urzędu Gminy wpłynęły łącznie 63 prace. Dzieci za pomocą rozmaitych technik przygotowały prace przedstawiające „Ekologiczny pojazd przyszłości”.

W dniu 5 października 2020 r. zebrała się Komisja w składzie: Pani Agata Borkiewicz - Zastępca Wójta Gminy Bolesław, Pani Joanna Wróbel – kierownik Referatu Rozwoju Gospodarczego, Planowania Przestrzennego i Komunikacji w Urzędzie Gminy w Bolesławiu oraz Pani Agnieszka Mól – Ekodorka w Urzędzie Gminy w Bolesławiu, która oceniła prace i wyłoniła zwycięzców. W tym miejscu należy podkreślić, że wszystkie prace zostały wykonane z dużym zaangażowaniem i pomysłowością.

Konkurs adresowany był do dzieci i młodzieży uczęszczających do szkół z terenu Gminy Bolesław, a odbył się w trzech kategoriach wiekowych.

Poniżej przedstawiamy pełną listę zwycięzców:

1) uczniowie klas I-III:

• miejsce pierwsze (ex aequo):

- Bartosz Krzywda, klasa 1, Szkoła Podstawowa w Bolesławiu,
- Laura Nowakowska, klasa 1, Szkoła Podstawowa w Bolesławiu.

wyróżnienia:

- Estera Chorążak, klasa 2, Szkoła Podstawowa w Bolesławiu,
- Roksana Izdebska, klasa 1, Zespół Przedszkolno-Szkolny w Podlipiu,
- Mateusz Wesołowski, klasa 1, Szkoła Podstawowa w Bolesławiu,
- Wiktor Kubański, klasa 1, Szkoła Podstawowa w Bolesławiu,
- Igor Kalemka, klasa 1, Szkoła Podstawowa w Bolesławiu.

2) uczniowie klas IV-VI:

• miejsce pierwsze (ex aequo):

- Kinga Koział, klasa 4, Szkoła Podstawowa w Bolesławiu,

- Jakub Nowak, klasa 4, Szkoła Podstawowa w Bolesławiu.

wyróżnienia:

- Zuzanna Krupa, klasa 6, Szkoła Podstawowa w Bolesławiu,
- Julia Białas, klasa 4, Zespół Przedszkolno-Szkolny w Krzykawie,
- Oliwia Książek, klasa 6, Szkoła Podstawowa w Bolesławiu,
- Natalia Gomółka, klasa 4, Szkoła Podstawowa w Bolesławiu,
- Adrian Dreksa, klasa 6, Szkoła Podstawowa w Bolesławiu,
- Jakub Puz, klasa 4, Szkoła Podstawowa w Bolesławiu,
- Aleksander Rak, klasa 4, Szkoła Podstawowa w Bolesławiu,
- Maja Oleś, klasa 4, Szkoła Podstawowa w Bolesławiu,
- Emilka Maj, klasa 4, Szkoła Podstawowa w Bolesławiu,
- Kuba Maroszek, klasa 4, Zespół Przedszkolno-Szkolny w Krzykawie.

3) uczniowie klas VII-VIII:

miejsce pierwsze: Kamil Banasik, klasa 7, Zespół Przedszkolno-Szkolny w Podlipiu, (w kategorii wiekowej uczniowie klas VII-VIII wpłynęła tylko jedna praca).

Serdecznie dziękujemy wszystkim dzieciom i młodzieży za udział w konkursie, a nauczycielom i rodzicom za wsparcie i zaangażowanie. Do zobaczenia za rok!

Wszystkie prace zostaną udostępnione na stronie:

www.facebook.com/Boleslawwzdrowejatmosfera/?modal=admin_todo_tour



do której odwiedzenia zapraszamy.

Agnieszka Mól
Ekodorka
Urząd Gminy Bolesław



Projekt LIFE-IP MAŁOPOLSKA / LIFE14 IPE PL 02-
realizowany przy wsparciu programu LIFE Unii Europejskiej

„Bolesławskie Prezentacje”

Nakład: 1500 egz. **Kolportowany na terenie sołectw:**

Bolesław, Hutki, Kolonia, Krzęk, Krze, Krzykawka, Krzykawka, Laski, Małobądz, Międzygórze, Podlipie, Ujków Nowy

Wydawca: Centrum Kultury im. Marii Płonowskiej w Bolesławiu, ul. Główna 55, tel. 32 642 40 73, **e-mail:** boleslawskie.prezentacje@wp.pl

Red. naczelna: Beata Bazan-Bagrowska

Redakcja: Agata Borkiewicz, Agnieszka Anioł

Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń i listów od Czytelników oraz zastrzega sobie prawo do zmiany tytułów i objętości nadesłanych tekstów.

Redakcja nie zwraca nadesłanych materiałów.

Opracowanie graficzne, skład: Grafpress

Druk: Grafpress