

— GAZETA **Z** —
GRÓDZISKA
i okolic

06/ (219)
2020

GAZETA
BEZPŁATNA



**Remont drogi „Przez Wieś”
zakończony**

AKTUALNOŚCI			
WSPOMNIENIE O PROF. STANISŁAWIE GRODZISKIM	3	ZWIERZĘ NIE JEST RZECZĄ!	13
POWSZECHNY SPIS ROLNY 2020	4	KRAJOWA MAPA ZAGROZEŃ	13
INWESTYCJE W SKRÓCIE	5-7	ROWERZYSTO PAMIĘTAJ!	14
GOPS - PUNKT PRZYJMOWANIA INTERESANTÓW	8	KIERUJĄCY AUTAMI- UWAŻAJCIE NA ROWERZYSTÓW	14
PROGRAM „MOJA WODA”	8	ROZPOCZYMY SEZON KĄPIELOWY	15
FUNDACJA PGNIG S.A. WSPOMAGA JEDNOSTKĘ OSP Z GRODZISKA GÓRNEGO	8	ZADBAJMY O BEZPIECZEŃSTWO NASZYCH DZIECI	15
WYCIĘK WODY Z ZAWORU BEZPIECZEŃSTWA W INSTALACJI SOLARNEJ	9	KĄPIELE I PLAŻOWANIE W CZASACH EPIDEMII	16-17
COVID-19-CO POWINNIŚMY WIEDZIEĆ	10-11	UWAGA NA OSZUSTÓW	17
STOP PRZEMOCY DOMOWEJ	11	NIE WSZYSTKIE ROŚLINY LECZĄ	18
KOMUNIKAT POWIATOWEGO INSPEKTORA SANITARNEGO	12	NIE WYRZUCAJ ŚMIECI!	19
KOMUNIKAT POLICJI	12	KOMUNIKAT	19
		GODZINY OTWARCIA KASY URZĘDU GMINY	19
		WYCHOWANIE I EDUKACJA	
		POWIATOWY KONKURS KRASOMÓWCZY	20
		KONKURS „NASZA RODZINA W KWARANTANNIE”	21
		CIEKAWOSTKI	
		OSA, SZERSZEŃ, PSZCZOŁA CZY TRZMIEL?	22
		MIÓD NIE DLA DZIECKA	23
		KLESZCZE MOGĄ PRZENOSIĆ KLESZCZOWE ZAPALENIE MÓZGU	23
		MARZENIA SĄ PO TO, ABY JE SPEŁNIAĆ	24-25
		OGŁOSZENIA	
		OGŁOSZENIA	26-28





Wspomnienie o prof. Stanisławie Grodzkim



W początkach czerwca dotarła do nas wiadomość, iż w dniu 30 maja br. zmarł w Krakowie profesor Stanisław Grodzki; wybitny historyk prawa, wieloletni wykładowca, dziekan Wydziału Prawa i Administracji oraz prorektor Uniwersytetu Jagiellońskiego. Człowiek wielkiego serca i rozumu, zasłużony nie tylko dla polskiej nauki i kultury, ale także szczególnie dla Grodziska. Był bowiem synem cenionego krakowskiego adwokata Stanisława Kulpy – Grodzkiego, urodzonego w Grodzisku Górnym założyciela Orkiestry Włościańskiej, pierwszego jej dyrygenta i mentora. Wychowany w duchu wartości patriotycznych i idei niepodległościowych Stanisław Grodzki senior, przekazał synowi nie tylko przywiązanie do polskiej historii, ale też obdarzył go poszanowaniem rodzimej tradycji i chłopskich korzeni. Profesor niejednokrotnie podkreślał swój związek z Ziemią Grodzką. Lista zasług i osiągnięć profesora jest długa. Oprócz profesury na uczelni był członkiem PEN- Clubu oraz Societe d'Histoire de Droit. Dzięki jego staraniom doszło do reaktywowania Polskiej Akademii Umiejętności, której był wiceprezesem (1994-2000). Uczestniczył również w pracach Centrum Obywatelskich Inicjatyw Ustawodawczych „Solidarności”. Pod jego redakcją ukazała się książka „Wkład krakowskiego i ogólnopolskiego środowiska prawniczego w budowę podstaw ustrojowych III Rzeczypospolitej (1980-1994). Projekty i inicjatywy ustawodawcze, ludzie, dokonania i oceny”.

Profesor Grodzki był wybitnym znawcą ustroju dawnej Polski i Galicji oraz wspaniałym pisarzem, a swoją sumienną nauką łączył z lekkością pióra. Obie te cechy doskonale widać w jego książkach oraz licznych szkicach powstałych na marginesie prac naukowych i licznych wędrowek po kraju. Został zapamiętany jako człowiek wymagający, aczkolwiek bardzo życzliwy i dowcipny. W ciągu życia honorowano go wielokrotnie odznaczeniami i wyróżnieniami, m.in. tytułem doktora honoris causa Uniwersytetu Wrocławskiego oraz Nagrodą Miasta Krakowa w 2018 roku.

Śladami zainteresowań naukowych ojca poszła jego córka Karolina Grodzka-Ożóg. Profesora Grodzkiego gościliśmy w naszej gminie dwukrotnie: po raz pierwszy podczas II Zjazdu Grodziszczan w roku 1998, zaś kolejny sześć lat temu. W 2014 roku podczas obchodów Dni Grodziska mieliśmy zaszczyt gościć profesora Grodzkiego wraz z córką na wieczorze autorskim. Promowali oni wówczas książkę zatytułowaną „Stanisław Grodzki 1889-1946. Dziennik krakowskiego adwokata”. Ta pięknie wydana publikacja oprócz obszernego życiorysu Stanisława seniora oraz jego wspomnień z czasów dzieciństwa aż do odzyskania niepodległości zawiera dziennik prowadzony na bieżąco do sierpnia 1946 roku. Znajdziemy w niej również biografie niektórych osób pojawiających się w Dzienniku oraz cenne porady prawne, wybór artykułów prasowych, ilustracje i inne. W książce tej pojawia się wiele postaci i zdarzeń związanych z Grodzkiem, tym bardziej jest to tak cenny dokument o wartości zarówno historycznej, jak i sentymentalnej. Profesor przekazał jeden egzemplarz na ręce Orkiestry Dętej z następującą dedykacją: „Orkiestrę Włościańską, jakże często w tej publikacji wspomnianą, o przyjęcie wyrazów szacunku prosi Stanisław Grodzki junior. Kraków, 15.VII. 2014 r.”

To była niestety ostatnia wizyta profesora w Grodzisku. W naszej pamięci pozostanie zawsze jako skromny i ujmujący życzliwością człowiek, a zarazem wyjątkowy, będący uosobieniem wiedzy, kultury osobistej i nienagannyh manier humanista naszych czasów.

OK





Powszechny Spis Rolny 2020 w Gminie Grodzisko Dolne

Nabór kandydatów na rachmistrzów spisowych

Od 15 czerwca do 8 lipca Urząd Gminy Grodzisko Dolne prowadzi nabór kandydatów na rachmistrzów spisowych. Kandydat musi:

1. być osobą pełnoletnią,
2. być mieszkańcem naszej gminy,
3. posiadać minimum średnie wykształcenie
4. posługiwać się językiem polskim w mowie i w piśmie;

Ważne! Kandydat nie może być skazany za umyślne przestępstwo lub umyślne przestępstwo skarbowe.

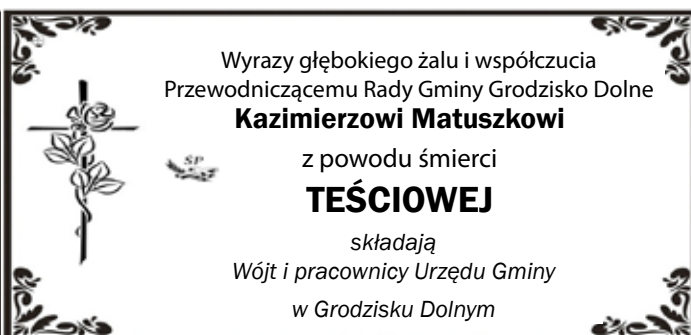
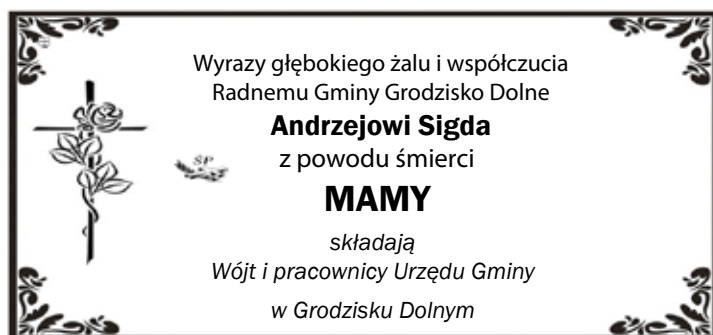
Wybrani kandydaci przejdą szkolenie, które zakończy się egzaminem. Osoby, które odpowiedzą dobrze na co najmniej 60 proc. pytań, zostaną wpisane na listę kandydatów na rachmistrzów terenowych prowadzoną przez Gminnego Komisarza Spisowego - Wójta Gminy.

Rachmistrza terenowego powoła Zastępca Właściwego Wojewódzkiego Komisarza Spisowego, czyli Dyrektor Urzędu Statystycznego spośród osób z najwyższą liczbą punktów z egzaminu.

Wynagrodzenie rachmistrza terenowego wynosi ilożyczyn stawki 37 zł brutto i liczby przeprowadzonych bezpośrednich wywiadów z użytkownikiem gospodarstwa rolnego.

Wszystkich zainteresowanych zapraszamy do składania podań w ogłoszonym naborze. Niezbędne formularze znajdują Państwo na stronie internetowej

Urzędu Gminy Grodzisko Dolne w zakładce „Spis Rolny”. Dodatkowych informacji udziela telefonicznie, w godz. pracy urzędu tj, 7.30 - 15.30 pracownik odpowiedzialny za przeprowadzenie spisu w naszej gminie p. Zbigniew Gdański pod nr tel. 17 242 82 65 wew. 171.





INWESTYCJE W SKRÓCIE

REMONT DROGI „PRZEZ WIEŚ” ZAKOŃCZONY

Dobiegł końca remont drogi gminnej „Przez Wieś” w miejscowości Grodzisko Górne w km. 0+10-0+755. Wykonawcą robót była Spółdzielnia Usług Drogowo Rolniczych w Grodzisku Dolnym. Wartość zadania wyniosła ogółem 502 721,49 zł. z czego ok 70% wartości zadania to dofinansowanie w ramach „Funduszu Dróg Samorządowych”. Nowa droga wymagała gruntownego remontu. Jej bitumiczna nawierzchnia zawierała liczne wykruszenia oraz przełomy. Ścieki betonowe wymagały wymiany ze względu na duże uszkodzenia, ponadto zamulone rowy uniemożliwiały swobodny spływ wód opadowych do rzeki. Przedmiotowy remont miał na celu poprawę bezpieczeństwa użytkowników ruchu. Jej remont polegał na miejscowym korytowaniu jezdni w miejscach niebezpiecznych i o spękanej nawierzchni bądź na wykonaniu dwóch warstw z mieszanki mineralno asfaltowej na istniejącej, nie wymagającej korytowaniu jezdni. Dodatkowo wykonawca robót dokonał regulacji studzienek i zaworów wodnych, wymiany niezbędnych studzienek, przepustów pod zjazdami z drogi gminnej oraz ułożył ścieki betonowe wzdłuż drogi w newralgicznym miejscu uniemożliwiającym zastosowanie innej technologii odwadniania terenu. W ramach prac towarzyszących wykonano odmulanie rowów biegnących wzdłuż w/w

drogi. W jednym miejscu, szczególnie niebezpiecznym dla użytkowników zamontowana została bariera ochronna. Droga zyskała nowe oznakowanie. Wykonawcy oraz wszystkim podmiotom współpracującym i nadzorującym inwestycję dziękujemy za zaangażowanie i wykonane prace.



ZBIORNIK WODNY „CZYSSTE” WYPOSAŻONY W KOSZE NA ODPADY

Gmina wzorem lat ubiegłych, w ramach przygotowań do kolejnego sezonu kąpielowego, wynajęła od MZK Sp. z o.o. w Leżajsku pojemniki na odpady w ilości 20 szt. Wszystkie kosze zostały rozlokowane wokół zbiornika wodnego. Wraz z rozpoczęciem sezonu, który planowany jest w tym roku na 27 czerwca zostanie dodatkowo zamontowanych kolejnych 20 koszy. Te, które obecnie się znajdują wyposażone są w nowe obejmy utrzymujące je w należytej pozycji. Obejmy wykonała nasza gminna spółka. Mamy nadzieję, że wyposażenie tego miejsca w odpowiednią ilość koszy, zapewni estetykę przez cały okres wakacyjny. W tym miejscu apelujemy do wszystkich przebywających nad zbiornikiem lub w jego okolicy o zachowanie porządku, nie pozostawianie śmieci w dowolnym miejscu, nie prze-

noszenie koszy, nie wyrzucanie z nich śmieci oraz nie niszczenie ich. Dbajmy wspólnie o to miejsce, zwracamy innym uwagę jeżeli zachowują się w sposób nieodpowiedzialny. Jeżeli będziemy świadkami wandalizmu bądź innych zachowań zasługujących na interwencję zgłaszajmy te sprawy do urzędu gminy dzwoniąc pod nr tel. 17 242 82 65 wew. 171 lub na policję 112.





PODZIĘKOWANIA DLA PGE DYSTRYBUCJA S.A. REJON ENERGETYCZNY W LEŻAJSKU

PGE Dystrybucja S.A. Rejon Energetyczny w Leżajsku, na drodze gminnej „Za stadionem” w Grodzisku Górnym, w ostatnim czasie zamontował trzy nowe oprawy oświetleniowe typu led na słupach energetycznych. Ich montaż znacznie poprawi bezpieczeństwo na tej drodze za co serdecznie dziękujemy.



DOFINANSOWANIE NA ROZBUDOWĘ SIŁOWNI PLENEROWEJ ORAZ ZABEZPIECZENIE SKARPY

Gmina Grodzisko Dolne otrzymała dofinansowanie w wysokości 10 tys. zł. z Budżetu Województwa Podkarpackiego w ramach Podkarpackiego Programu Odnowy Wsi na lata 2017-2020 pt. „Aktywizacja i integracja społeczności lokalnej podczas wspólnych prac polegających na rozszerzeniu możliwości wykorzystania obiektów rekreacyjnych w Wólce Grodziskiej”. Prace polegać będą na rozbudowie siłowni plenerowej, która zostanie wyposażona o nowe urządzenie. W bezpośrednim sąsiedztwie siłowni zostanie również zabezpieczona skarpa płytami jomba. Płyty zabezpieczą to miejsce przed niebezpieczeństwem osuwania się ziemi w wyniku opadów deszczu lub erozji gleby.



Podkarpacki
Program Odnowy Wsi
na lata 2017-2020

PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

NOWE NASADZENIA OBOK OŚRODKA KULTURY

W ostatnim miesiącu pracownicy Ośrodka Kultury w Grodzisku Dolnym wokół obiektu sadzili nowe rośliny. Przeróżne gatunki kwiatów i krzewów upiększą otoczenie ośrodka, zachwycając wszystkich odwiedzających to miejsce paletą barw i kolorów. Rabatki kwiatowe powstały z inicjatywy samych pracowników, dzięki czemu to miejsce, które i tak już zachwyca swoim krajobrazem stanie się jeszcze bardziej przyjemnym miejscem do spędzania wolnego czasu na świeżym powietrzu. Nasadzone zostały m. in. rododendrony (rózanechniki), azalie, hortensje, piwonie, liliowce, ostróżki, pięciorniki i inne.

Dziękujemy pracownikom ośrodka za włożony trud w prace związane z nasadzeniami.





ŚDS W ZMYŚLÓWCE ZYSKUJE NOWĄ INFRASTRUKTURĘ

Miejsce rekreacyjne obok Środowiskowego Domu Samopomocy w Zmysłówce, na którym znajduje się wybudowana w ubiegłym roku altanka zyskała dodatkowe elementy infrastruktury w postaci kostki brukowej. Prace polegały na ułożeniu chodnika prowadzącego do altanki, wyłożenia kostką samej płyty altanki oraz jej obrzeży. Był to niezbędny element robót budowlanych, który pozwoli korzystać z tego miejsca wszystkim użytkownikom, zarówno podopiecznym ośrodka jak i mieszkańcom. Miejsce to nie byłoby tak funkcjonalne i estetyczne, gdyby nie ta inwestycja. Prace w tym miejscu wykonywane były w czynie społecznym i realizowane przez strażaków z OSP Podlesie we współpracy z sołtysiem wsi Zmysłówka panem

Kazimierzem Bechta oraz panią sołtys wsi Podlesie Marzeną Czech. Wszystkim zaangażowanym dziękujemy za wykonaną pracę i podejmowane obowiązki.



WIOSENNE SPRZĄTANIE DRÓG POWIATOWYCH ZAKOŃCZONE

W maju firma „G-3 Artur Dziadek” z Dobrzechowa na zlecenie gminy dokonała corocznego czyszczenia dróg z pozostałości piasku i żwiru oraz innych zanieczyszczeń po sezonie zimowym. Prace te służą nie tylko poprawie estetyki dróg, ale również bezpieczeństwu jej użytkowników. Takie zanieczyszczenia jak kamień czy piasek stanowią zagrożenie bezpieczeństwa ruchu pojazdów ale również stają się przyczyną zapychania odpływów studzienek kanalizacyjnych w czasie opadów deszczu.



BUDOWA OGRODZENIA PLACU ZA GOK-iem

Zakończyły się prace w terenie związane z budową ogrodzenia od strony działki bezpośrednio sąsiadującej z zabudowaniami prywatnymi mieszkańców tamtej okolicy. Ogrodzenie służyć ma poprawie estetyki tego miejsca oraz odgródzeniu prywatnych posiadłości od miejsca, które stanowi element przestrzeni publicznej zapewniając spokój i bezpieczeństwo osobom bezpośrednio sąsiadującym z tym miejscem, a tym którzy korzystają z niego komfort przebywania na placu zabaw, siłowni oraz przygotowanych do tego specjalnych miejsc do wypoczynku.





GOPS - punkt przyjmowania interesantów

GOPS uruchomił punkt obsługi swoich interesantów w nowej części kompleksu budynków urzędu gminy. W sprawach zasiłków, świadczeń rodzinnych, świadczeń z pomocy społecznej prosimy udawać się do wejścia wskazanego na zdjęciu obok. Nadal należy pamiętać o przestrzeganiu zasad bezpieczeństwa w związku z pandemią koronawirusa. Udając się do GOPSu obowiązkowo trzeba mieć zasłonięte usta i nos maseczką ochronną i dezynfekować ręce, płynem znajdującym się przy wejściu do budynku.



Program „Moja Woda” - 5 tyś. zł na przydomowe retencje

Z końcem czerwca br. rusza nowy ministerialny program dot. budowy zbiorników retencyjnych na deszczówkę. Każdy właściciel domu jednorodzinnego będzie mógł otrzymać dotację do 5 tys. zł, przy czym nie więcej niż 80% kosztów, które zostaną poniesione po 1 czerwca 2020 r. na zakup, montaż i instalację przydomowego zbiornika na deszczówkę. Wojewódzkie Oddziały Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej będą od lipca przyjmowały wnioski na przydomowe mikroinstalacje wodne.

Wsparcie przewidziano na zakup, montaż i uruchomienie instalacji pozwalających na zagospodarowanie wód opadowych i roztopowych na terenie nieruchomości. Otrzymane pieniądze będzie można przeznaczyć na: przewody odprowadzające wody opadowe (zebrane z rynien, wpustów do zbiornika nadziemnego, podziemnego, oczka wodnego, instalacji rozsączającej), zbiornik retencyjny podziemny lub nadziemny, oczko wodne, instalację rozsączającą oraz elementy do nawad-

niania lub innego wykorzystania zatrzymanej wody. Program „Moja Woda” realizowany będzie w latach 2020-2024.

WFOŚiGW



Fundacja PGNiG S.A. wspomaga jednostkę OSP z Grodziska Górnego

Fundacja PGNiG S.A. pozytywnie rozpatrzyła wniosek jednostki Ochotniczej Straży Pożarnej z Grodziska Górnego o dofinansowanie projektu pod nazwą „Ochrona życia i mienia mieszkańców Gminy Grodzisko Dolne poprzez doposażenie OSP Grodzisko Górne” i przyznała środki finansowe w wysokości blisko 17 tys. zł. na zakup dwóch kompletów aparatów powietrznych z osprzętem tj. butlą kompozytową, maską nadciśn. p/twarzową i pokrowcem na butlę oraz trzy hełmy pożarnicze.

Obecnie jednostka OSP Grodzisko Górne posiada zbyt małą ilość przedmiotowego wyposażenia i jest on już bardzo wysłużony, co powoduje, że w trakcie akcji ratowniczych bezpieczeństwo strażaków jest zagrożone. Ponadto jednostka stara się o dofinansowanie zakupu lekkiego samochodu pożarniczego wyposażonego w system piany

sprężonej CAFS, wykorzystywany szczególnie do gaszenia instalacji fotowoltaicznych, których w ostatnim czasie przybyło na terenie gminy niemal 300 sztuk.

Celem nadrzędnym wszystkich Ochotniczych Straży Pożarnych jest ochrona życia, zdrowia i mienia ludności przebywającej na terenie ich funkcjonowania.

W tym miejscu serdeczne podziękowania za pomoc i wsparcie w pozyskaniu środków dla Pości Na Sejm Jerzego Paula.





Wyciek wody z zaworu bezpieczeństwa w instalacji solarnej

W związku z bardzo częstym zgłaszaniem przez mieszkańców gminy wycieku wody z zaworu bezpieczeństwa, przypominały o prawidłowym użytkowaniu instalacji solarnych.

Zawór bezpieczeństwa jest umieszczony pomiędzy zaworem odcinającym a naczyniem przeponowym (zbiornik w kolorze niebieskim) na odpływie zimnej wody. Zdarza się, że z zamontowanego zaworu bezpieczeństwa wycieka woda. W celu sprawdzenia czy wyciek jest stały, pod zaworem można postawić małe naczynie. Wycieki z zaworu bezpieczeństwa najczęściej są spowodowane spadkiem ciśnienia w przestrzeni powietrznej naczynia przeponowego. Ciśnienie w naczyniu przeponowym zgodnie z instrukcją, użytkownik powinien sprawdzać przynajmniej raz do roku i uzupełniać samodzielnie w przypadku spadku poniżej 3,5 bara.

Powietrze w zbiornikach uzupełnia się w następujący sposób: W pierwszej kolejności należy zamknąć dopływ zimnej wody do zasobnika na zaworze odcinającym, a następnie odkręcić w najbliższym kranie ciepłą wodę. Za pomocą kompresora lub pompki nożnej należy włączyć do naczynia przeponowego powietrze, aż do uzyskania właściwego ciśnienia (3,5 bara). Podczas uzupełnienia powietrza z odkręconego kranu mogą wydostawać się duże ilości wody. Po uzupełnieniu poduszki powietrznej w naczyniu przeponowym należy zakręcić kran z ciepłą wodą i otworzyć zawór na odpływie zimnej wody do instalacji c.w.u.

Jeżeli wyciek wody pojawi się ponownie, należy zgłosić ten fakt, jako usterkę do Urzędu Gminy w Grodzisku Dolnym dzwoniąc pod nr tel: 17 242 82 65 wew. 231, 233 lub mailowo na adres: serwis@grodziskodolne.pl

Dodatkowo:

1. Długie przerwy w poborze wody

W przypadku przerwy w korzystaniu z zestawu solarnego zaleca się włączenie na ten czas funkcji urlopowej. Spowoduje to wychładzanie wody w podgrzewaczu poprzez oddawanie w

okresie nocnym ciepła do kolektorów. Jeżeli użytkownik planuje bardzo długą przerwę w korzystaniu z solarów, można wtedy przykryć kolektory jasnym materiałem czy plandeką.

2. Brak przepływu

W słoneczny dzień w przypadku zagrzaania zasobnika wody do wymaganej temp.- zdarza się, że w usunięciu tej usterki pomaga (w godzinach braku operacji słońca na kolektorach) zresetowanie sterownika poprzez wyciągnięcie wtyczki z gniazda lub dwukrotne naciśnięcie przycisku OK.

3. Spadek ciśnienia glikolu

Aktualny stan ciśnienia glikolu w instalacji można zaobserwować na manometrze umieszczonym w korpusie zespołu pompowo-sterowniczego. Wskazówka powinna wskazywać wartość od 1,5 do 4 bar. Poziom ciśnienia glikolu uzależniony jest od temperatury panującej na zewnątrz. W przypadku spadku ciśnienia poniżej 1,5 bara należy o tym fakcie zawiadomić Urząd Gminy.

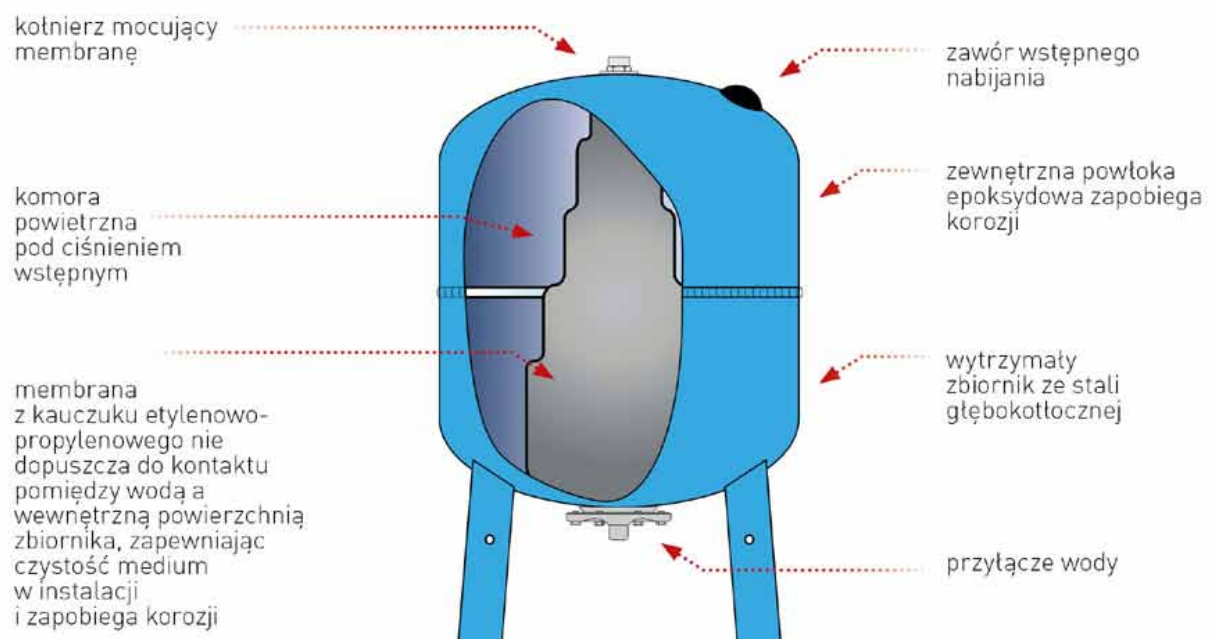
4. Wyciek glikolu

Wyciek glikolu może powstać na skutek uszkodzeń mechanicznych przewodów wypełnionych glikolem, nieszczelności, a także przyczyną może być wyciek płynu przez zawór bezpieczeństwa w wyniku osiągnięcia przez glikol wysokiego ciśnienia spowodowanego znacznym wzrostem temperatury. W takim przypadku należy dbać o stały rozbiór wody. Bywa również, że wyciek glikolu mógł powstać z powodu braku poduszki gazowej lub uszkodzenia naczynia przeponowego.

5. Planowane remonty

Wszelkie planowane remonty, podczas których zachodzi ryzyko ingerencji w instalację solarną (np. wymiana dachu), należy zgłosić do Urzędu Gminy. Podczas wykonywania robót wysokościowych, gdzie istnieje ryzyko uszkodzenia kolektorów, powinno się je zabezpieczyć przed ewentualnym uszkodzeniem

Źródło: z instrukcji obsługi instalacji solarnych





Covid-19 -co powinniśmy wiedzieć

Choroby zakaźne towarzyszą człowiekowi od zawsze. Czasem, gdy zachorowań jest szczególnie dużo, przybierają postać epidemii lub pandemii. Powszechne szczepienia ochronne i antybiotyki trwale uwolniły nas od wielu z nich (np. od 1972 nie zanotowano ani jednego przypadku ospy prawdziwej) albo znacznie ograniczyły ilość zachorowań.

Mogłoby się wydawać, że w dobie ogromnych osiągnięć medycyny infekcje są schorzeniami mało istotnymi. Ostatnie miesiące pokazały, że tak nie jest. Szczególnie trudne do opanowania są wirusy, bo nie poddają się leczeniu, nie giną pod wpływem antybiotyków, niektóre są niestabilne, nieustannie się zmieniają (mutują), przez co nie można utworzyć przeciw nim skutecznej szczepionki.

O nowym wirusie wywołującym chorobę SARS-CoV-2 wiemy, że jest wirusem odzwierzęcym. Jego nosicielami są nietoperze, które jednak same nie chorują. Są zresztą odporne na prawie wszystkie (oprócz wścieklizny) przenoszone przez siebie choroby. W wyniku przybliżania się siedzib ludzkich, w tym wypadku ogromnej metropolii Wuhan, do terenów zajmowanych przez dzikie zwierzęta obrzeża miast stają się żerowiskiem tych ssaków. Dochodzi wtedy do kontaktu z człowiekiem lub zwierzętami w jego otoczeniu. Nie wiadomo czy do zakażenia doszło w wyniku spożywania mięsa nietoperzy, jego obróbki, czy też pośredniczył w nim jakiś inny gatunek. Oficjalnie pierwszą wzmiankę o nowej chorobie opublikowano pod koniec grudnia 2019 roku, jednak naukowcy sądzą, że wirus był obecny w środowisku między 30 października a 30 listopada.

Krótki czas obserwacji powoduje, że nie wiemy o nim wszystkiego, jednak wydaje się, że jest dość stabilny, nie mutuje szybko, co zmniejsza ryzyko uzłośliwienia i daje większą szansę na skuteczną szczepionkę.

Aby wywołać chorobę, koronawirus musi dostać się do płuc-trzeba go zainhalować. Dzieje się tak, kiedy oddychamy powietrzem, w którym unoszą się cząsteczki rozpylone przez kaszlącego chorego. Objawy występują najczęściej w ciągu siedmiu dni. Są to gorączka i kaszel. U niektórych pacjentów, zwłaszcza młodych, pierwszym sygnałem choroby może być utrata węchu lub smaku. Ogólnie rzecz biorąc objawy są zbliżone do grypowych ale trwają dłużej. Dla grypy jest to 4-5 dni, dla SARS-CoV 2 tygodnie. U 85% z nas choroba przebiegnie w sposób lekki. Nie

będziemy wymagać leczenia szpitalnego, wystarczy przebywanie w domu, odpoczynek i przyjmowanie leków przeciwgorączkowych. U 15% stan może się pogorszyć, czego objawem będzie narastająca duszność. Jest to wskazanie do leczenia szpitalnego. Z dotychczasowych obserwacji wynika, że cięższy przebieg dotyczy w większości osób starszych, zwłaszcza obciążonych chorobami przewlekłymi. I tu dochodzimy do niezwykle ważnej sprawy: **pacjenci biorący leki z powodu chorób przewlekłych powinni je brać nadal**. Nieprawdą jest, że niektóre z nich pogarszają przebieg infekcji. Jest wręcz przeciwnie: im lepiej jest kontrolowana choroba podstawowa, w im lepszym stanie jest nasz organizm tym lepsze rokowanie w przypadku zakażenia.

Pojawianie się nowych koronawirusów obserwuje się co 8-10 lat.

Dotychczas na świecie ogłaszano stan zagrożenia wirusowego: świńską grypą H1N1 (2015), SARS (2002-2003) i MERS (2012). Epidemia SARS (zespół ciężkiej niewydolności oddechowej) wygasła po dwóch latach, obecnie notuje się na świecie pojedyncze przypadki MERS. Niestety wirusy na tyle różnią się między sobą, że wytworzone przeciw nim szczepionki nie chronią przed tym obecnym. Nie chroni przed nim również szczepionka grypowa. W wielu ośrodkach na świecie (również w Polsce) prowadzone są intensywne badania nad skutecznym lekiem i szczepionką. Niestety jest to praca czasochłonna i jej rezultaty poznamy najprawdopodobniej wiosną przyszłego roku, choć są również doniesienia bardziej optymistyczne. Póki nie mamy skutecznej broni przeciwko nowej chorobie spróbujmy, w miarę możliwości, jej uniknąć, a więc

- unikajmy kontaktu z chorymi
- w miarę możliwości unikajmy skupisk ludzkich (dotyczy to zwłaszcza osób starszych)
- jeśli jesteśmy w trakcie leczenia poważnych chorób (np. nowotworu) nie unikajmy wizyt kontrolnych i leczenia, bo takie postępowanie może okazać się dużo groźniejsze niż wirus
- pomimo poluzowania przepisów nośmy maski, ponieważ zmniejszają ilość wirusów w powietrzu, a na razie nie wiemy jaka ich liczba jest potrzebna do wywołania choroby
- szczepmy się! grypa, choć przystąpiła ją nowa choroba, nie śpi
- nie śpią również inne choroby zakaźne, więc szczepmy swoje dzieci.



W tym miejscu przypominamy, że osoby po 65 roku życia mogą kupić szczepionkę przeciwko grypie ze 50 % zniżką (o szczegółach porozmawiaj ze swoim lekarzem). Sporo już wiemy na temat nowej choroby, jednak wielu informacji brakuje. Mało wiemy na temat odległych skutków przechorowania SARS-CoV2, dlatego stosujemy się do zaleceń służb sanitarnych i medycznych, nośmy maski w miejscach publicznych, chrońmy tym samym swoje zdrowie i życie.

Małgorzata Pielą



STOP przemocy domowej



ZGŁOŚ SIĘ PO BEZPŁATNĄ POMOC!

Koronawirus przedłużył czas, który musimy spędzać w domu często z tymi samymi osobami. Zwiększa to poziom stresu w naszych domach i na pewno zwiększyło liczbę przypadków przemocy domowej. Dla wielu małżeństw moment, w którym druga osoba wyjeżdżała do pracy na kilka godzin, był momentem ulgi od zastraszania, emocjonalnego wycieńczenia i znęcania się. Teraz większość z nas pracuje albo w domu, albo pozostało bez pracy. Jesteśmy ze sobą 24 godziny na dobę.

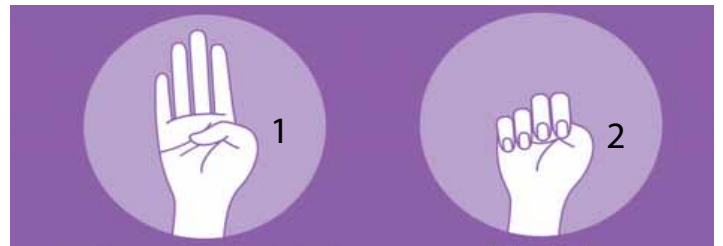
Wiele osób patrząc na niektóre związki z zewnątrz nie zdaje sobie sprawy, co tak naprawdę dzieje się za zamkniętymi drzwiami w czterech ścianach domu. Nie zawsze uśmiech, życzliwość drugiej osoby przekłada się na spokój i szczęście rodzinne. Niestety często prawda jest taka, że żyją one w ciągłym napięciu i w strachu.

Większość mediów koncentruje się na osobach dotkniętych kryzysem medycznym lub finansowym. Ale pandemia to również ból osób psychicznie, emocjonalnie i / lub fizycznie wykorzystywanych, w swoich własnych domach. Ta często pomijana grupa również potrzebuje pomocy.

Teraz, gdy spędzamy cały czas w tym samym domu, jest wiele okazji do tego by się kłócić, krytykować na oczach dzieci. Są momenty, gdy nie czujemy się bezpieczni. Przychodzą chwile, w których wydaje nam się, że nie wytrzymamy dłużej tego napięcia.

Niektóre organizacje kobiece wypracowały subtelne sygnały, znaki, gesty, których można użyć w trakcie rozmowy na wideoczacie, aby ułatwić wołanie o pomoc.

Kanadyjska organizacja Canadian Women's Foundation opracowała w ostatnim czasie dyskretny gest, który pozwoli zasygnalizować, że jest się ofiarą przemocy. Gest nie zostawia śladów, to nieme wołanie o pomoc. Jak wygląda ten znak? Chodzi o zaciśnięcie kciuka na otwartej dłoni. Można to zrobić niepostrzeżenie, kontynuując przy tym zwykłą rozmowę.



Kolejność wykonywania gestu

Jeżeli jesteśmy świadkami przemocy bezzwłocznie powinniśmy reagować. Najlepiej skontaktować się z odpowiednimi organizacjami, takimi jak:

- **Centrum Praw Kobiet 600-07-07-17**
- **Niebieska Linia 800-12-00-02**
- **Feminoteka 888-88-33-88**
- **numer alarmowy 112**

Jeżeli jesteśmy ofiarami przemocy, możemy umówić się z zaufaną osobą na własny, subtelny znak, który będzie oznaczał wołanie o pomoc.

Wspierajmy i nie zapominajmy o osobach potrzebujących pomocy. Zainteresujmy się tym jak się czują i co się z nimi dzieje. Kiedy trzeba, interweniuje. Pomagajmy dziś tym, którzy nie mogą sami zrobić zakupów. Pomóżmy i tym, którzy zamknięci w domu przeżywają swoje ciche dramaty w jeszcze większej ciszy i w jeszcze większym poczuciu bezradności niż zazwyczaj.

Najtrudniej zrobić pierwszy krok, jednak jest on niezbędny do tego abyśmy mogli pomóc sobie i być pomocnym dla innych. Nie odwracajmy głowy, nie bądźmy obojętni na przemoc powodowaną nadużywaniem alkoholu, nękaniami psychicznymi i przemocą fizyczną wśród naszych bliskich i sąsiadów.



Komunikat Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Leżajsku

W związku z licznymi sygnałami i coraz częściej widocznym nieprzestrzeganiem zasad bezpieczeństwa epidemicznego, Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Leżajsku apeluje, by dostosować się do obowiązujących rozporządzeń i zaleceń Ministra Zdrowia i Głównego Inspektora Sanitarnego.

Pamiętajmy, że pomimo braku nowych zakażeń na koronawirusa w powiecie leżajskim, epidemia nadal trwa, a realne zagrożenie zachorowania na SARS-CoV-2 jest nadal duże. Kierujmy się zdrowym rozsądkiem i odpowiedzialnością, by chronić siebie i innych przed potencjalnym zarażeniem.

W dalszym ciągu bezwzględnie należy:

- często i dokładnie myć ręce i je dezynfekować,
- zasłaniać usta i nos w przestrzeniach zamkniętych, zwłaszcza w kościołach, sklepach, urzędach i w innych miejscach, gdzie występują skupiska ludzi,
- zachowywać dystans społeczny, co najmniej 1,5 metra od rozmówcy.

Pamiętajmy, że w dużej mierze to od nas samych zależy jak rozwinie się sytuacja epidemiologiczna w naszym powiecie i w kraju.

Zasady bezpiecznego zachowania podczas epidemii

1. Często myj ręce (4-5 razy dziennie).
2. Unikaj uścisków i podawania dłoni.
3. Unikaj płatności gotówką, korzystaj z kart płatniczych.
4. Unikaj dotykania oczu, nosa i ust.
5. Myj lub dezynfekuj powierzchnie dotykowe.
6. Dezynfekuj swój telefon i nie korzystaj z niego podczas spożywania posiłków.
7. Zachowaj bezpieczną odległość od rozmówcy.
8. Zakrywaj usta i nos podczas kichania i kaszlu.
9. Odżywiaj się zdrowo i pamiętaj o nawodnieniu organizmu.
10. Korzystaj ze sprawdzonych źródeł wiedzy o koronawirusie.



**DZIELNICOWI Z POSTERUNKU POLICJI
W GRODZISKU DOLNYM
Przypominają! Ostrzegają! Radzą!
WŁAŚCICIELOM PSÓW!**



W gospodarstwach domowych psy pełnią ważne funkcje. Traktowane są jak członek rodziny, stają się najlepszym przyjacielem. Jednak coraz częściej zapominamy, aby sprawować nad nimi właściwą opiekę. Pozostawiamy je na nieogrodzonych posesjach, bez uwięzi, wolno biegające. Chodzimy na spacer bez trzymania na smyczy, bez kagańca, doprowadzając do tego, że biegają po miejscowości jak bezpańskie. Tym zachowaniem doprowadzamy do różnych nieszczęść takich jak: atakowanie przechodniów - najczęściej dzieci, osób jadących na rowerze lub wpadają pod nadjeżdżające pojazdy.

Pamiętaj! Jesteś osobą odpowiedzialną za swojego psa. Wychodząc z nim na spacer zakładaj mu kaganiec i nie pozostawiaj go w miejscu publicznym bez kontroli. Jeżeli posiadasz psa rasy np.: Pit Bull Terrier, Pies z Majoroki, Buldog Amerykański, Dog Argetyński, Pies Kanaryjski, Rottweiler, Owczarek Kaukaski, musisz posiadać zezwolenie gminy lub starosty.

Ważne! Nie zabijaj i nie uśmiercaj swojego zwierzęcia oraz nie znęcaj się nad nim. Skoro zdecydowałeś się je posiadać, jesteś za nie odpowiedzialny, za cały jego okres życia. Jesteś odpowiedzialny za jego zachowania względem innych osób. To nie on, a Ty możesz zostać ukarany grzywną nawet do 1000 zł. lub nawet zostać pozbawiony wolności. Dodatkowo każdy, kto został przez zachowanie Twojego psa poszkodowany (przestraszył się, uciekając uległ wypadkowi lub zniszczył bądź uszkodził swoją rzecz), może żądać od Ciebie odszkodowania pieniężnego, nawet w wys. 20 tys. zł. i więcej.

W sytuacji zagrożenia, ataku przez psa bezwzględnie zgłaszaj taką sytuację na Posterunek Policji w Grodzisku Dolnym **tel. 17 240 63 71** lub na Posterunek Komendy Powiatowej w Leżajsku **tel. 17 240 63 71**.



Zwierzę nie jest rzeczą!

Policjanci apelują do właścicieli zwierząt o zapewnienie im należytej opieki w wakacje. Okres urlopowy, to czas wyjazdów i odpoczynku, a jednocześnie najgorszy okres dla niektórych zwierząt, które w letnich miesiącach są porzucane i krzywdzone.

Policjanci każdego roku w okresie wakacyjnym zwracają uwagę na zjawisko porzucania zwierząt, najczęściej psów i kotów. Dzieje się tak z powodu niepremyślanej decyzji o posiadaniu zwierzęcia, braku wiedzy jak należy się nim opiekować oraz jakie obowiązki są z tym związane. Często niestety zwierzęta kupuje się komuś w prezencie. Osoba obdarowana, gdy zwierzę zaczyna sprawiać kłopot najczęściej pozbywa się go. Właśnie w wakacje, domowe zwierzęta stają się prawdziwym utrapieniem, kiedy okazuje się, że na letni wypoczynek nie możemy zabrać psa, czy kota.

Policja przypomina, że porzucenie zwierzęcia przez właściciela bądź przez inną osobę, pod której opie-

ką zwierzę pozostaje, jest prawnie uznane za znęcanie się nad zwierzęciem. Jeżeli widzimy, że ktoś porzuca zwierzę, wyjechał i pozostawił je bez opieki i nikt do niego nie zagląda, zwierzę zostało przywiązane do drzewa, błąka się, wygląda na zagubione, a także inne przypadki gdy zwierzęciu dzieje się krzywda, powinniśmy zawiadomić Policję lub inne właściwe służby.

Numery alarmowe w sprawie porzuconych zwierząt:

- 112 - ogólnopolski nr alarmowy
- 697 076 310, 693 150 860 - Gabinet Weterynaryjny Eskulap w Nowej Sarzynie (podmiot realizuje zadania w zakresie profilaktyki i ochrony zwierząt na terenie Gminy Grodzisko Dolne)



Krajowa Mapa Zagrożeń Bezpieczeństwa na Podkarpaciu

Ponad 72 tysiące zgłoszeń zostało naniesionych na Krajową Mapę Zagrożeń Bezpieczeństwa od początku jej funkcjonowania. Od ponad trzech lat mieszkańcy naszego województwa za jej pomocą mogą zgłaszać zagrożenia, które w ich ocenie mają wpływ na bezpieczeństwo.

To interaktywne narzędzie zostało stworzone, aby przeciwdziałać negatywnym zjawiskom w lokalnych środowiskach. Każdy, kto jest świadkiem niebezpiecznych sytuacji lub według jego oceny, jakieś zachowanie zagraża bezpieczeństwu, może bez wychodzenia z domu poinformować o tym Policję.

Obsługa Krajowej Mapy Zagrożeń Bezpieczeństwa jest bardzo prosta. Wystarczy wejść na stronę internetową Podkarpackiej Policji i kliknąć w zakładkę Krajowa Mapa Zagrożeń Bezpieczeństwa. Znajdują się tam wskazówki dotyczące funkcjonowania aplikacji, odnośniki do KMZB oraz dane statystyczne. Bardzo ważne, aby spokojnie i z uwagą zapoznać się z regulaminem. Po jego zatwierdzeniu można rozpocząć korzystanie z aplikacji. Nanosząc zagrożenie przekazujemy policjantom informacje o niepokojących nas zjawiskach. Policja ma 3 dni na podjęcie zgłoszenia i 7 dni na jego weryfikację. Jeśli informacja potwierdzi się, policjanci nadają jej status „potwierdzone” i dążą do usunięcia

konkretnego zagrożenia.

Przypominamy, że zgłoszenia w ramach Krajowej Mapy Zagrożeń Bezpieczeństwa nie zastępują potrzeby wezwania pilnej interwencji Policji. W tego typu przypadkach należy korzystać z numerów alarmowych **112 lub 997**.



Rowerzysto pamiętaj!

1. Jesteś obowiązany korzystać z drogi dla rowerów lub pasa ruchu dla rowerów oraz zachować szczególną ostrożność i ustępować miejsca pieszym.
2. Jeśli nie ma drogi przeznaczonej specjalnie dla rowerzystów, powinieneś poruszać się po boku, prawą stroną jezdni.
3. Korzystając z chodnika lub drogi dla pieszych, jesteś obowiązany jechać powoli, zachowując szczególną ostrożność i ustępując miejsca pieszym.

Pamiętaj!

- Dzieci poniżej 10-tego roku życia mogą poruszać się na rowerze jedynie pod opieką osoby dorosłej.
- Dziecko w wieku do 7 lat musi być przewożone na rowerze w siodełku.

Ważne!

Każdy rowerzysta ma zakaz:

- jazdy wzdłuż po przejściu dla pieszych.

- jazdy po jezdni obok innego uczestnika ruchu,
- czeplania się pojazdów,
- jazdy bez trzymania rąk na kierownicy i nóg na pedałach,
- kierowania rowerem w stanie nietrzeźwości
- korzystania podczas jazdy z telefonu
- nagłego włączania się do ruchu z drogi podporządkowanej lub własnego podwórka.

Przepisy dotyczące ruchu rowerów nie nakładają obowiązku korzystania z kasków ochronnych i elementów odblaskowych. Należy jednak pamiętać, że kask chroni głowę – część ciała najbardziej narażoną na urazy. Z kolei kamizelka odblaskowa, szelki odblaskowe czy opaski, ułatwiają dostrzeżenie rowerzysty przez kierowcę, zwłaszcza w trudnych warunkach atmosferycznych.

Mając na uwadze powyższe pamiętajmy również i przede wszystkim o odpowiednim wyposażeniu roweru w niezbędne akcesoria (hamulec, światła, dzwonek) oraz sprawdzajmy jego stan techniczny.



Kierujący autami - uważajcie na rowerzystów

Znaczna część niebezpiecznych sytuacji z udziałem kierowców aut i rowerzystów jest skutkiem nieuwagi podczas wykonywania manewrów. We wszystkich bowiem potencjalnie kolizyjnych sytuacjach, bardzo ważne jest nawiązywanie kontaktu wzrokowego z rowerzystą i innym uczestnikiem ruchu. W ten sposób może on upewnić się czy inny uczestnik ruchu drogowego go widzi. Bardzo częstą przyczyną wypadków i zdarzeń drogowych z udziałem rowerzystów jest nieważne wysiadanie z samochodu. Kierowca, który

nagle otwiera drzwi po zatrzymaniu pojazdu stwarza niebezpieczeństwo spowodowania poważnego wypadku drogowego z udziałem rowerzysty. Pojawia się bowiem niespodziewanie przeszkoda mechaniczna, której nie jest on w stanie w żaden sposób ominąć. Aby temu zapobiec, nie otwierajmy drzwi samochodu pochopnie. Przed ich otwarciem spoglądajmy w lusterka boczne i wsteczne samochodu. Wyróbmy sobie nawyk obserwacji otoczenia z pozycji kierowcy lub pasażera przez czas 5 sekund przed wyjściem z samochodu.



Rozpoczynamy sezon kąpielowy nad zalewem „Czyste”

Wielkimi krokami zbliżają się wakacje, czas odpoczynku i zabawy. Jest to idealny moment na kąpiele w miejscach bezpiecznych, do tego przeznaczonych. Już od 27 czerwca nad „Czystym” rozpoczynamy tegoroczny sezon kąpielowy w Gminie Grodzisko Dolne. Nad bezpieczeństwem pływających jak i plażowiczów będą czuwać ratownicy wodni. Teren kąpieliska wydzielony będzie kolorowymi bojami, brzegi plaży zostaną wyrównane nowym piaskiem oraz wymienione zostaną ławki. Jak co roku przed rozpoczęciem sezonu, woda została przebadana i dopuszczona do kąpielii przez Sanepid.

Obok zbiornika postawione zostały nowe kosze na śmieci i toalety. Apelujemy przy tym o dbanie o porządek wokół zbiornika, by nie zostawiać po sobie śmieci. Wyrzucajmy je do koszy, zabierajmy z miejsc, w których spędzamy swój wolny czas, pozostawiajmy te miejsca posprzątane dla kolejnych plażowiczów.

Korzystając z kąpieliska pamiętajmy o kilku bardzo ważnych zasadach bezpieczeństwa i przestrzeganiu regulaminu.

Przede wszystkim:

- zabrania się wstępu i przebywania na terenie miejsca wykorzystywanego do kąpielii osobom po spożyciu alkoholu lub zażyciu środków odurzających,

- osobom zgrzanym i po intensywnym wysiłku zaleca się, aby gwałtownie nie zanurzać się w wodzie,

- osoby korzystające z miejsca wykorzystywanego do kąpielii zobowiązane są ściśle stosować się do zaleceń ratownika.

- do wody można wchodzić tylko wówczas, gdy na maszcie kąpieliska jest zawieszona biała flaga

- zakaz wchodzenia do wody z podniesioną czerwoną flagą na maszcie

- zakaz skakania do wody z molo, gdyż woda w tym miejscu jest płytka

Skok na główkę grozi kalectwem na całe życie!

Kąpielisko będzie czynne codziennie
w godz. od 11.00 - 19.00



Zadbajmy o bezpieczeństwo naszych dzieci podczas wakacji

Zabawy dzieci mogą generować różne zagrożenia: Pamiętaj:

- Przypominaj dzieciom, że nie wolno bawić się na placach budowy, w pobliżu ulic, rzek, jezior, urwisk czy innych miejsc niebezpiecznych.
- Zapinaj dzieci w fotelikach podczas jazdy samochodem lub rowerem, zakładaj dziecku kask.
- Nie zostawiaj dziecka w nagrzanym samochodzie.
- Dopytuj, gdy dziecko opowiada o różnych sytuacjach bądź przychodzi do domu z uszkodzeniami ciała.
- Ucz, że w przypadku problemów czy zagrożeń można zadzwonić na nr alarmowy 112.
- Nie pozwalaj, aby dziecko przebywało w pobliżu uruchomionego pojazdu czy maszyny rolniczej.
- Nie zatrudniaj dzieci do tak zwanej „pomocy” podczas prac polowych do obsługi maszyn rolniczych.
- Zabezpiecz wszystkie chemiczne preparaty, opryski, środki ochrony roślin przed dostępem dzieci.
- Upewnij się, że wszystkie narzędzia rolnicze przechowywane są w miejscu niedostępnym dla dzieci.

- Nie pozwalaj dziecku na zabawę ze zwierzętami hodowlanymi bez towarzystwa osoby dorosłej.
- Wytłumacz jak niebezpieczna może być zabawa w zbożu w czasie żniw np. w „chowanego”.
- Bezwzględnie zabezpiecz zbiorniki wodne, otwarte studnie.
- Nie oferuj atrakcji w postaci przejażdżki traktorem np. na jego nadkolu.
- Nie pozwalaj na przebywanie na podwórku w czasie dużych upałów i najintensywniejszego promieniowania słonecznego.
- Nie pozwalaj dziecku kierować traktorem i nie przewoź go na ciągniku np. sadzając na nadkolu lub między nogami, pozwalając samodzielnie kierować





Kąpiele i plażowanie w czasach epidemii koronawirusa



Wiele kąpielisk w Polsce rozpoczyna sezon wakacyjny i zaprasza do spędzania czasu nad wodą. W tym roku kąpiel oraz plażowanie będą wyglądały zupełnie inaczej niż przed rokiem.

Zgodnie z najnowszą wiedzą korzystanie z kąpieleli w basenie, zalewie, czy morzu jest stosunkowo bezpieczne. Do tej pory nie stwierdzono przypadku przenoszenia się COVID-19 przez wodę. Dodatkowo, jak zapewnia Sanepid, woda we wszystkich czynnych kąpieliskach jest regularnie badana pod kątem zanieczyszczeń.

Największym zagrożeniem podczas tegorocznych wakacji nad wodą nie będzie sama kąpiel, lecz plażowanie. Sama woda nie jest problemem. Większym jest fakt, że na basenach i kąpieliskach jest dużo ludzi. Szatnie, prysznice – to miejsca gdzie istnieje największe ryzyko zakażenia. Koronawirus, rozprzestrzenia się drogą powietrzno-kropelkową. Jeśli nawet wirus dostanie się do wody, w której pływamy, to będzie w niej rozcieńczony. W takiej sytuacji prawdopodobieństwo zakażenia bardzo spada. Jest coś takiego jak dawka zakażająca. - To nie tak, że każda, pojedyncza cząsteczka wirusa, z którą mamy kontakt, od razu zakaża. Jak opalać się i kąpać w czasie pandemii, by uniknąć zarażenia? Niezależnie od panującej epidemii podczas plażowania nie możemy zapominać o podstawowych zasadach przebywania na kąpieliskach publicznych.

- Należy zachowywać dystans społeczny i minimalną odległość od osób postronnych zgodnie z obowiązującymi regulacjami prawa na całym obszarze obiektu. Rekomendowana odległość to minimum dwa metry – zarówno na plaży, jak i w wodzie. Wyjątkiem są jedynie osoby, które razem mieszkają – ich dystans nie dotyczy.
- Należy unikać zatłoczonych plaż/miejsc lub

zgromadzeń na terenie kąpieliska.

- Należy stosować środki ochrony zgodnie z regulacjami obowiązującego prawa.
- Zaleca się szczególnie staranne zasłanianie ust i nosa (z użyciem chusteczki) podczas kaszlu i kichania.
- Należy korzystać z własnego sprzętu turystycznego, przyborów toaletowych (koce, pledy, leżaki, maty, ręczniki, sprzęt do nauki lub ułatwienia pływania, sprzęt ochronny).
- Zaleca się szczególną dbałość o higienę rąk – częste mycie rąk wodą z mydłem oraz/lub ich dezynfekcja, po skorzystaniu z toalety, także po kontakcie z wszelkimi powierzchniami/urządzeniami publicznego użytku.
- Należy zachowywać czystość w otoczeniu, wyrzucać odpady do właściwych pojemników.
- Nie należy korzystać z kąpielisk w przypadku złego samopoczucia i podwyższonej ciepłoty ciała, infekcji oraz objawów chorobowych sugerujących chorobę zakaźną.
- Zakrywanie ust i nosa należy odnosić do aktualnych przepisów prawa dotyczących stosowania maseczek ochronnych. Nie zaleca się zasłaniania nosa i ust podczas kąpieleli w wodzie.

Ważne! Nie należy korzystać z kąpielisk w przypadku przebywania na kwarantannie/izolacji oraz zamieszkiwania z osobą przebywającą na kwarantannie/izolacji, a także w przypadku kontaktu z osobą podejrzaną o zakażenie.

Na plażach strzeżonych będziemy mogli usłyszeć komunikaty o wymaganiach dotyczących zachowania dystansu społecznego. Najważniejsze informacje będą się również znajdować na tablicach informacyjnych przy obiekcie.

Pamiętajmy, że korzystając z kąpielisk otwartych jesteśmy odpowiedzialni za zdrowie swoje i innych. Każde miejsce, gdzie ludzie przebywają obok siebie w bliskiej odległości i dzielą się jedzeniem i napojami, jest podatne na rozprzestrzenianie się wirusa. W związku z tym, idąc na plażę powinniśmy być tego świadomi, nauczyć się żyć z wirusem i nie zapominać, że nie jesteśmy jeszcze w rzeczywistości postpandemicznej. Od tego, jak się zachowamy, będzie zależeć nasza przyszłość.



JAK ROZPOZNAĆ OSOBĘ TONĄCĄ

DRYFUJĄCE
CIAŁO NA
POWIERZCHNI
WODY (OK 60 S)



SZKLANE LUB
ZAMKNIĘTE
OCZY

RĘCE
ROZPOSTARTE
NA
POWIERZCHNI



BRAK
MOŻLIWOŚCI
WOŁANIA
O POMOC

RUCHY
IMITUJĄCE
WSPINANIE PO
ŚCIANIE



GŁOWA
ODCHYLONA
DO TYŁU

PIERWSZA POMOC OSOBIE TONĄCEJ

ALARMUJ,
GDY KTOŚ TONIE



WOŁAJ
RATOWNIKA



DZWOŃ
NA 112



POMÓŻ
TONĄCEMU
PODAJĄC
MU GAŁĄŻ
LUB COŚ CZEGO
MOŻE SIĘ ZŁAPAĆ



NIE WCHODŹ
DO WODY BEZ
ASEKURACJI
Z BRZEGU



PO WYCIĄgniĘCIU Z WODY:

SPRAWDŹ
ODDECH



SPRAWDŹ
PULS



UŁOŹ
POSZKODO-
WANEGO
W ODPOWIE-
DNEJ POZYCJI



WYKONAJ
SZTUCZNE
ODDYCHANIE



WYKONUJ
ZABIEG DO
MOMENTU
PRZYJAZDU
KARETKI



UWAGA NA OSZUSTÓW

W związku z licznymi pytaniami kierowanymi do Urzędu Gminy w sprawie zmian urzędowych nr telefonów, informujemy, że nie uległy i w najbliższym czasie nie ulegną one zmianie.

Do abonentów telefonów stacjonarnych dzwonią osoby, które starają się wmusić zakup książki telefonicznej tłumacząc, że następuje zmiana numerów telefonów różnego rodzaju placówek publicznych. Nieuczciwa firma bez skrupułów wykorzystuje osoby starsze.

Podobne zdarzenia miały już miejsce w innych częściach kraju. Scenariusz jest zawsze taki sam. Najpierw dzwoni przedstawiciel firmy, oferując nową książkę telefoniczną. Później, nawet, jeśli rozmówca nie zgodzi się na jej zakup, ta zostaje do niego wysłana, a kurier pobiera opłatę w wysokości kilkudziesięciu złotych. Jeśli adresat nie chce odebrać paczki, sugeruje, że za zerwanie umowy zostanie mu naliczona kara.

Prosimy o zachowanie szczególnej ostrożności i nie oddzwanianie na nieznanne, podejrzane nam numery telefonów. Pamiętajmy również, by nie przyjmować przesyłki, jeśli jej nie zamawialiśmy.

Prosimy nie sugerować się stanowiskiem listonosza lub kuriera, jakoby musimy odbierać od niego przesyłkę. Jest to nieprawda!

Nie wszystkie rośliny leczą

Starzec Jakubek

Lasy Państwowe ostrzegają przed rośliną, która w Polsce rośnie niemal wszędzie. Niegdyś uważano ją za leczniczą, dziś wiadomo jednak, że jest silnie toksyczna i rakotwórcza. Mowa o Starcu Jakubku (*Jacobaea vulgaris*) - co to jest, jak wygląda i gdzie występuje? Kilka słów na jego temat.

Dziś wiadomo, że jest ona silnie trującą rośliną. Szkodzi nie tylko, gdy jest świeża, ale także wtedy, gdy jest już wysuszona czy zwiędła. Zawiera alkaloidy, które działają bardzo szkodliwie na zdrowie. Jest groźna nie tylko dla ludzi, ale stanowi śmiertelne zagrożenie także dla zwierząt: koni, psów czy kotów. W przypadku kontaktu z rośliną należy skonsultować się z lekarzem.

Jest to roślina bardzo pospolita. Rośnie na łąkach, przy drogach, na brzegach pól i lasów oraz w rowach. Ma wysoką, charakterystyczną łodygę, osiagającą nawet 120 cm wysokości. Roślina ta kwitnie od czerwca do września. Wkrótce po kwitnieniu pojawiają się jedwabiste, białe włoski.



Barszcz Sosnowskiego

We wszystkich częściach rośliny występuje olejek eteryczny, zawierający szkodliwe substancje stanowiące jednocześnie zagrożenie dla zdrowia, a nawet życia ludzi. W komórkach skóry, które zostały narażone na kontakt z tymi substancjami dochodzi do wzmożonej produkcji melaniny, co powoduje powstawanie przebarwień, które mogą utrzymywać się nawet kilka lat po zagojeniu się oparzeń.

Można spotkać ją w wielu miejscach. Rośnie na łąkach i w przydrożnych rowach, nad brzegami rzek i jezior, w ogrodach i parkach. Rozpoznać ją można przede wszystkim po okazałych wymiarach, niektóre potrafią dorastać nawet do 5m wysokości. Duże, szerokie liście przypominają łopian, a długie pędy z wieloma białymi kwiatami – wyrosnięty koper. Łodyga jest u góry zielona, a w dolnej części pokryta fioletowymi plamkami.

Włoski na łodygach i liściach barszczu wydzielają parzącą substancję, która uaktywnia się w wysokich temperaturach i przy dużej wilgotności powietrza. W soku Barszczu Sosnowskiego znajdują się niebezpieczne dla skóry związki, które mogą powodować oparzenia I, II, a nawet III stopnia. Kontakt z nią powoduje zapalenie skóry, powstawanie pęcherzy, niegojące się rany, długo niezanikające blizny. Do poparzenia może dojść nawet pomimo braku bezpośredniego kontaktu z rośliną. W czasie upałów toksyczne związki mogą wydostawać się z rośliny w postaci lotnej. Wdychanie olejków eterycznych może powodować bóle i zawroty głowy oraz nudności.

Roślina jest szczególnie niebezpieczna dla dzieci i alergików. Oprócz poparzeń skórnych, związki chemiczne zawarte w soku Barszczu Sosnowskiego mogą również wywoływać: podrażnienia dróg oddechowych, nudności, wymioty, bóle głowy, zapalenie spojówek.

W przypadku natknięcia się na Barszcz Sosnowskiego, należy zachować ostrożność. Najlepiej nie zbliżać się do niego i nie dotykać go. Jeżeli jednak doszło do kontaktu z rośliną i pojawiły się w/w objawy należy bezwzględnie, niezwłocznie skontaktować się z lekarzem.





Nie wyrzucaj śmieci!

W związku z niedawno obchodzonym Światowym Dniem Ochrony Środowiska Naturalnego (5 czerwca) przypominamy o zwracaniu szczególnej uwagi na problem naszej wspólnej, zbiorowej odpowiedzialności za środowisko naturalne. Spalanie śmieci w domowych kotłowniach, zaśmiecanie lasów i przydrożnych rowów, czy wywóz nieczystości płynnych na nieużytek rolny sąsiada, to działania nadal cieszące się sporą popularnością wśród naszej lokalnej społeczności. Nie bądźmy egoistami i pozwólmy cieszyć się pięknem przyrody, która nas otacza również naszym dzieciom i wnukom. Pamiętajmy o tym, że emitując szkodliwe i trujące związki i substancje chemiczne, czy to do gruntu, czy do atmosfery, niszczymy i zabijamy przyrodę, a w następstwie tego również siebie i swoich bliskich.

Pozostawiane przez ludzi śmieci, np. butelki - nie tylko szpecą krajobraz, ale też mogą być śmiertelną pułapką dla małych zwierząt, jak i dla nas samych. Śmieciemy na potęgę, a do środowiska trafia cała masa niebezpiecznych odpadów. Niemal wszędzie, bo w przydrożnych rowach, w lasach, w okolicach stawów i rzeczek, na przystankach autobusowych leżą butelki i puszkę po napojach.

Z kolei porzucane szkło i niedopałki papierosów są najczęstszą przyczyną pożarów.

Dbajmy o nasze środowisko naturalne i pamiętajmy, że kto zanieczyszcza lub zaśmieca miejsca dostępne dla publiczności, a w szczególności drogę, ulicę, plac, ogród, trawnik lub zieleniec, podlega odpowiedzialności karnej. Apelujemy do mieszkańców gminy, aby nie pozostawiać butelek i innych śmieci w miejscach ogólnie dostępnych. Każdy jest zobowiązany do segregacji i oddawania śmieci ze swoich gospodarstw domowych w wyznaczonych do tego miejscach.

Dbajmy o wizerunek naszych miejsc zamieszkania i okolic.

Jak długo trwa rozkład śmieci?

◆ karton po napoju	10–30 lat
◆ puszka po konserwie	40–80 lat
◆ puszka aluminiowa po napoju	50–100 lat
◆ jednorazowa torba foliowa	100–120 lat
◆ opona samochodowa	300–500 lat
◆ butelka plastikowa	500–1000 lat
◆ butelka szklana	kilka tysięcy lat

Komunikat

Czyszczenie przepustów pod zjazdami

Z uwagi na intensywne opady deszczu, wszystkich mieszkańców gminy - właścicieli działek przylegających do dróg powiatowych i gminnych prosimy o przegląd i przeczyszczenie przepustów pod zjazdami na swoje posesje. Opady deszczu powodują, że woda, która znajduje się w przydrożnych rowach nie ma ujścia. Musimy być wszyscy odpowiedzialni za stan zagrożenia powodziowego na naszym terenie. Służby gminne nie są w stanie w jednym czasie dokonać przeglądów i udrożeń wszystkich zanieczyszczonych miejsc.

Prosimy o współpracę.

Kasa Urzędu Gminy - godziny otwarcia

Wszystkim korzystającym z Kasy Urzędu Gminy przypominamy, że kasa jest otwarta codziennie **w godz. 7.30 - 13.00**. Z uwagi na prace urzędu i obowiązki poszczególnych osób, prosimy o regulowanie należności za pośrednictwem kasy w godz. wskazanych wyżej. Niejednokrotnie zdarza się, że interesanci chcą uregulować należność poza godz. funkcjonowania kasy np. po godzinie 14.00 lub przed zamknięciem urzędu. Często z tego powodu wyrażają swoje niezadowolenie, że jest ona zamknięta. Godziny otwarcia kasy nie są ustalone w sposób przypadkowy. Zamknięcie jej o określonej godzinie wiąże się z podejmowaniem czynności dodatkowych, niezbędnych z jej obsługą np. rozliczeniami bankowymi i innymi operacjami finansowymi, które wymagają kontaktów również osobistych z zewnętrzną placówką bankową i jest uzależnione od godzin otwarcia banku.

Powiatowy Konkurs Krasomówczy w nowej odsłonie

Jak przemawiać, aby zainteresować swoją historią innych? Już dwunasty raz podjęli się tego zadania uczniowie szkół podstawowych z powiatu leżajskiego podczas Powiatowego Konkursu Krasomówczego „Moja mała Ojczyzna”. Ten rok dla wszystkich jest inny z powodu sytuacji epidemiologicznej, dlatego zmagania uczniów też miały zmienioną formę. W przygotowanie konkursu zaangażowane były dwie szkoły: Zespół Szkół im. Jana Pawła II w Grodzisku Dolnym i Zespół Szkół im. prof. Franciszka Leji w Grodzisku Górnym.

Zadaniem chętnych uczniów kl. I-VIII było nagranie krótkiego filmu, w którym opowiadają historię związaną z małą Ojczyzną: poruszają tematy piękna, krajobrazu i architektury regionu, sylwetek ciekawych ludzi, wydarzeń historycznych, legend, zwyczajów. Oratorzy tym razem nie stanęli przed widzami i komisją konkursową, ale przed kamerą. Jury oceniało i obradowało dopiero później podczas spotkania online. W skład komisji wchodziły następujące osoby: Andrzej Piecuch – aktor Teatru Maska w Rzeszowie, Katarzyna Mach-Wawraszek – dyrektor Ośrodka Kultury w Grodzisku Dolnym, Katarzyna Wikiera – nauczycielka ucząca w Zespole Szkół w Żołyni, Lucyna Słoniec – nauczycielka z Zespołu Szkół Licealnych w Leżajsku, Jacek Sała – nauczyciel z I Liceum Ogólnokształcącego im. Mikołaja Kopernika w Jarosławiu. Okazało się, że wypowiedzi tych najmniejszych, ale i tych starszych zafascynowały słuchających. Byli pod wrażeniem zaprezentowanych historii. Podziwiali umiejętności oratorskie, ale też spodobała im się różnorodna tematyka. Nie zabrakło opowieści o prababci, sławnych osobach z naszego terenu, historii rodzin czy informacji o miejscach historycznych i tradycjach.

Niezależna i profesjonalna komisja za najlepszych oratorów uznała:

W kategorii klas I-III szkoły podstawowej:

I miejsce: Paweł Bielecki z Zespołu Szkół im. Jana Pawła II

w Grodzisku Dolnym

II miejsce: Martyna Chmura z Zespołu Szkół im. prof. Franciszka Leji w Grodzisku Górnym

III miejsce: Aleksandra Zalepa z Zespołu Szkół im. Jana Pawła II w Grodzisku Dolnym

Wyróżnienie: Anna Koń z Zespołu Szkół im. prof. Franciszka Leji w Grodzisku Górnym oraz Maciej Zalepa z Zespołu Szkół im. Jana Pawła II w Grodzisku Dolnym

W kategorii klas IV-VI:

I miejsce: Weronika Smędra z Zespołu Szkół im. Jana Pawła II w Grodzisku Dolnym

II miejsce: Martyna Grzywna z Zespołu Szkół im. Jana Pawła II w Grodzisku Dolnym

W kategorii kl.VII – VIII:

I miejsce: Julia Świąder z Zespołu Szkół im. Jana Pawła II w Grodzisku Dolnym

II miejsce: Jakub Fila z Zespołu Szkół im. prof. Franciszka Leji w Grodzisku Górnym

III miejsce: Anna Wośko ze Szkoły Podstawowej im. kard. Stefana Wyszyńskiego w Sarzynie oraz Patrycja Wróbel z Zespołu Szkół im. Jana Pawła II w Grodzisku Dolnym

Okazuje się, że przygotowanie się do takiego konkursu nie było łatwe. Oczywiście, można było nagrywać kilka razy i wybrać najlepszą wersję, ale też komisja mogła przesłuchać kilka razy i dostrzec każde niedociągnięcie. Konkurs zatem wymagający nie tylko zdolności retorycznych, ale też odwagi. Trzeba podkreślić, że propagował on piękną polszczyznę i poznawanie małej Ojczyzny.

Gratulacje kierujemy do wszystkich uczestników konkursu i opiekunów tych młodych talentów. Dziękujemy też Panu Jackowi Chmurze – Wójtowi Gminy Grodzisko Dolne za ufundowanie nagród.

Monika Fila

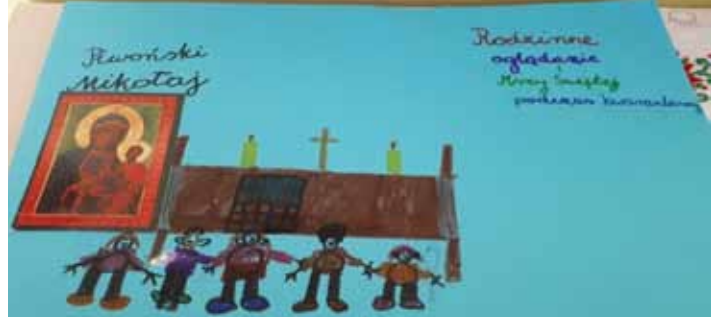




Konkurs „Nasza rodzina w kwarantannie” rozstrzygnięty

Czas kwarantanny nie musi być smutny, przygnębiający ani nudny. Można rozwijać swoje pasje, a nawet odkrywać nowe zainteresowania. Uczniowie Szkoły Podstawowej w Grodzisku Dolnym wiele czasu poświęcają na samokształcenie, uczestnicząc codziennie w zdalnej edukacji. Ale część z nich zainteresowała się konkursem pod hasłem „Nasza rodzina w kwarantannie”. Powstały rysunki, wiersze i animacje komputerowe, w których młodzi ludzie podzielili się wrażeniami z całkowicie obcej nam rzeczywistości kwarantanny spędzanej w domu, wśród najbliższych, z którymi kontakt wyglądał do niedawna zupełnie inaczej.

Laureaci konkursu otrzymali dyplomy i nagrody rzeczowe.



Kwarantanna

Nadeszła dla nas straszliwa chwila,
Siedzi dziś w domu cała rodzina,
Mówimy pacierz, pieśni śpiewamy,
Co będzie dalej? - wciąż powtarzamy.

Ja też tu w domu nie leniuchuję,
Chociaż się uczę, źle się tu czuję.
Nie wiem czy wszystko zdam bez poprawki.
Bardzo mi tęskno do szkolnej ławki.

Jak wielka cisza zapanowała,
Nagle zasnęła ojczyzna cała.
Tylko strażacy jadą przez wieś,
Wożą maseczki, gazetę też.
Zapanowały takie nastroje,
Wychodzimy razem, tylko po dwoje.
Każdy maseczkę i rękawiczki,
Najwyżej w rękach niosą dwie tyczki.

O Boże drogi, dokąd tak będzie?!
Niech wróci życie, bo pustka wszędzie.
Niechaj wyruszą dzieci do szkoły,
Niech się zapełnią ludźmi kościoły.

Paulina Kiełbicka

#zostańwdomu

Mama ciągle woła,
można dostać fiola!
Umyj ręce, załóż maskę,
załóż maskę, umyj ręce.
Dom plus siedem arów działki
stały się jak z innej bajki.
Wirtualna szkoła przyprawia mnie o doła.
Wolę siedzieć w szkolnej ławce
niż z laptopem na kanapce.
Tata woła: Przestań grać,
umyj ręce i idź spać!
Chcę przytulić dziadków moich
i ten zakaz najbardziej boli.
W kościele też ograniczenia
lecz ksiądz proboszcz daje nam do zrozumienia,
że jesteśmy połączeni,
on-line Msza też ważna.
Tęsknimy za naszym życiem beztroskim,
za spotkaniami i imprezkami.
Tak wygląda nasze życie,
gdy koronawirus w świecie...

Magdalena Urban



Osa, szerszeń, pszczoła czy trzmieł?

Szerszenie, pszczoły, trzmiele i osy – to bardzo podobne do siebie owady. Trudno je odróżnić, chociaż tego rodzaju wiedza jest bardzo potrzebna. O ile pszczoły i trzmiele nie są groźne dla człowieka, o tyle szerszenie i osy mogą narobić wiele szkód. Ukąszenie szerszenia jest nie tylko bardzo bolesne. Może doprowadzić wręcz do śmierci, jeśli użądlna zostanie osoba uczulona na jego jad.

Zarówno użądlenie przez osę, jak i szerszenia, pszczołę lub trzmieła jest bardzo bolesne. Zwykle wiąże się z powstaniem obrzęków i zaczerwienień. Kiedy pierwszy ból ustąpi, miejsce użądlenia zaczyna swędzieć. U zdrowych dorosłych ludzi użądlenie przez owad błonkoskrzydły zwykle nie stanowi zagrożenia dla życia. Niebezpieczne jest dla uczulonych. Nie wszyscy wiemy jednak o tym, że mamy alergię.

W przypadku użądlenia osoby uczulonej na jad może dojść do wstrząsu anafilaktycznego, który stanowi duże zagrożenie dla życia człowieka. Polega na natychmiastowej reakcji nadwrażliwości. Do głównych objawów wstrząsu anafilaktycznego należy zaliczyć:

1. świąd skóry, pokrzywkę, obrzęk warg i języka;
2. bladeść skóry lub rumień;
3. potliwość;
4. duszność, suchy kaszel, nagłą chrypkę;
5. nudności, biegunkę, wymioty, bóle brzucha;
6. zawroty głowy;
7. spadek ciśnienia, utratę przytomności.

Zdecydowanie najbardziej dotkliwie jest użądlenie szerszenia (mają długie żądła, poza tym mogą żądlić kilkakrotnie). Osa, szerszeń, pszczoła i trzmieł – jak zachować się po ukąszeniu?

Pamiętaj, że pszczoły i trzmiele atakują rzadko. Jeśli już, zwykle robią to w obronie własnej. O wiele bardziej agresywne są szerszenie i osy. Potrafią użądlić bez konkretnego powodu.

Jeżeli dojdzie do użądlenia przez osę, szerszenia, pszczołę lub trzmieła, konieczne jest natychmiastowe usunięcie żądła. W przypadku osób, które nie są uczulone, nie trzeba wdrażać specjalnego leczenia. Zwykle ból można łagodzić za pomocą zimnych okładów. Warto też zastosować leki przeciwhistaminowe.

W przypadku wystąpienia wstrząsu anafilaktycznego po użądleniu, trzeba działać szybko. Jeśli jesteś świadkiem nagłej reakcji alergicznej po użądleniu przez szerszenia, pszczołę lub osę wykonaj następujące działania:

1. Sprawdź stan dróg oddechowych, układu krążenia i świadomości poszkodowanego.
2. Zadzwoń po pogotowie ratunkowe.
3. Ułóż poszkodowanego na plecach (jeśli wymiotuje zastosuj pozycję boczną ustaloną).
4. Podaj poszkodowanemu lek anafilaktyczny, jeśli taki posiada.
5. Wykonaj resuscytację krążeniowo-oddechową, jeśli to konieczne.
6. Monitoruj stan poszkodowanego aż do przyjazdu karetki.



JAK JE ODRÓŻNIĆ?

PSZCZOŁA MIODNA

Apis mellifera

Długość ciała to 1,3–1,5 cm (królowa około 2 cm).

Duże haczyki na żądle nie pozwalają owadowi wyciągnąć go z ciała człowieka – odlatując, pszczoła rozrywa swój odwłok i ginie. W woreczku jadowym znajduje się około 0,3 mg jadu, jednak podczas ułknięcia owad wypuszcza do 0,012 mg. Życie zdrowego człowieka może być zagrożone przy około 500 użądleniach. Pamiętajmy jednak, że pszczoły nie atakują bez powodu.



SZERSZEŃ EUROPEJSKI

Vespa crabro

Długość ciała dochodzi do około 3,5 cm.

Długie żądło głębiej penetruje (stąd bolesniejsze skutki użądlenia). Brak haczyków sprawia, że owad nie ginie po ataku i może ponownie użądlić. Szerszeń posiada około 0,26 mg jadu w woreczku jadowym (dawka śmiertelna wynosi od 10 mg na kg masy ciała człowieka). Szerszenie nie są agresywne, niedrażnione nie atakują ludzi. Zwykle ich unikają.



TRZMIEŁ LEŚNY

Bombus pratorum

Długość ciała od 1,1 cm u robotnic do 1,7 cm u królowych.

Długie, ostre żądło nie posiada ząbków na szczecinie – owad może wyciągnąć je z rany, nie uszkodzając odwłoka. Jad trzmieła jest mniej toksyczny od jadu pszczoły. Podczas użądlenia wypuszcza go 0,01–0,03 mg. Trzmiele są owadami łagodnymi, atakują tylko



OSA POSPOLITA

Vespula vulgaris

Długość ciała od 1 cm u robotnic do 1,8 cm u królowych.

Żądło bez haczyków – owad może użądlić kilkakrotnie, wstrzykując jednorazowo do 0,017 mg jadu. Osy, podobnie jak pszczoły, nie atakują bez powodu. Bywają „ciekawskie” i lubią podlatywać do ludzi.





Miód nie dla dziecka

Wielu z nas nie wyobraża sobie życia bez miodu. Wykorzystujemy go do różnych celów: do spożycia, leczenia oraz do celów kosmetycznych. Jego wszechstronne właściwości świadczą o popularności i obecności w każdym domu. Nie wszyscy jednak wiedzą, że miód dla niektórych kategorii osób może być szkodliwy, a nawet niebezpieczny. Są nimi m.in. dzieci. Miodu nie powinno podawać się niemowlętom ze względu na potencjalne ryzyko zatrucia jadem kiełbasianym. Mimo leczniczych właściwości, jest silnym alergenem. Bezwzględnie nie powinien być podawany dzieciom do 12 miesiąca życia. Może powodować wysypkę, biegunkę, wymioty, katar bądź łzawienie. Szczególnie na takie objawy narażone są niemowlęta, które mają bardzo wrażliwy żołądek. W niektórych przypadkach po zjedzeniu miodu może dojść do wstrząsu anafilaktycznego – to gwałtowna reakcja organizmu na alergen, powodująca obrzęk nosa, gardła i oczu, kłopoty z oddychaniem, a nawet utratę przytomności i zapaść.

Uczulenie na miód jest dziedziczne – jeżeli oboje rodzice mają na niego alergię, istnieje 80 proc. prawdopodobieństwa, że i dziecko będzie cierpiało na tę przypadłość. W przypadku, gdy uczulony jest jeden rodzic, ryzyko wynosi 20-40 proc. Niestety reakcje związane z uczuleniem na miód to nie jedne, na co narażamy niemowlę. Najgroźniejsze jest dla nich zatrucie jadem kiełbasianym.

Takie zatrucie występuje głównie u niemowląt poniżej 6 miesiąca życia. Wszystkiemu winne są bakterie *Clostridium botulinum*, które mogą znajdować się w miodzie. To one produkują jad kiełbasiany, który nazywany jest inaczej *botuliną*.

Może to skutkować m.in. zaburzeniami widzenia, paraliżem ramion, nóg lub tułowia, grozi zatruciem, a nawet śmiercią. O ile organizm dorosłego i starszego dziecka potrafi poradzić sobie z minimalnymi ilościami takich toksyn, o tyle system odpornościowy półrocznego malucha nie potrafi zapobiec rozwojowi tak groźnych związków w jelitach. Do pierwszych objawów zakażenia jadem kiełbasianym należą: zaparcia, utrata apetytu, osłabienie i zmieniony płacz.

Dodatkowo:

- Spożycie miodu skutkuje szybkim wzrostem poziomu glukozy we krwi i równie szybkim jego spadkiem (ekstremalne wahadło fizjologiczno-psychiczne). Wywoływać to może, także u starszych dzieci i dorosłych rozdrażnienie, pobudzenie i płaczliwość;
- Jest źródłem cukrów prostych (glukoza i fruktoza) do których nie należy przyzwyczajać dziecka;
- Jest wysokokaloryczny i spożycie go może stanowić zbędny naddatek energetyczny i powodować nadmierny przyrost masy ciała u dzieci, prowadząc do nadwagi.



KLESZCZE MOGĄ PRZENOSIĆ KLESZCZOWE ZAPALENIE MÓZGU



- do zakażenia dochodzi **w ciągu kilku pierwszych minut wysysania krwi przez kleszcza**
- objawy występują **po około 7-14 dniach od kontaktu z kleszczem**
- objawy mają charakter **grypopodobny i trwają przez tydzień**

Jedynym skutecznym sposobem zapobiegania kleszczowemu zapaleniu mózgu i jego następstwom są **szczepienia ochronne**.



CO ROBIĆ, GDY ZOBACZYSZ, ŻE UKŁUŁ CIĘ KLESZCZ?



1. Przygotuj plastikową pęsetę i wodę utlenioną lub 40% alkohol do dezynfekcji
2. Chwyć kleszcza tuż przy skórze, za przednią część ciała i zdecydowanym ruchem pociągnij ku górze
3. Dokładnie umyj ręce i zdezynfekuj miejsce ukucia
4. Obserwuj miejsce po ukuciu

Pamiętaj!
Nie można wykręcać kleszcza bezpośrednio palcami ani za pomocą substancji natłuszczających.
Jeśli nie potrafisz właściwie go usunąć, zgłoś się do lekarza!



Marzenia są po to, aby je spełniać



Znajdując się obecnie w czasie epidemii, postanowiliśmy przedstawić czytelnikom na łamach naszej gazety człowieka, który znalazł w swoim życiu pasję, które realizuje, pielęgnuje i rozwija. Nie jest to opowieść tylko o człowieku, który osiąga wspaniałe wyniki w tym co robi, ale jest to przyczynek do tego, aby każdy z nas czytając jego historię mógł usiąść w swoim fotelu i zastanowić się nad własnym życiem. Często w dobie powszechnej informatyzacji spędzamy czas przed komputerem (obecny czas spotęgował tę ilość godzin) i zapominamy o tym jak bardzo ważne jest dbanie o nasze zdrowie i prawidłową kondycję fizyczną. Nie chcemy wzbudzić w Was pragnienia uczestniczenia w maratonach, półmaratonach, ale zachęcamy do wyjścia z domu nawet na krótki spacer, kilometrowy bieg lub niedaleką przejażdżkę rowerem. Mamy nadzieję, że historia Michała pomoże Wam zweryfikować swoją codzienność i zachęci do aktywności.

Michał - dla znajomych Majkel, Misza lub po prostu Misiek. Pochodzi z niewielkiej miejscowości Nowosielce w gm. Przeworsk. Jego drugie imię to Marzyciel, bo jak twierdzi - właśnie marzenia napędzają go do działania i to właśnie o nich opowie. Michał jak sam mówi, jest uzależniony od podróży. Każdy dzień, gdy nie jest w drodze, w podróż zabiera go jego własna wyobraźnia. Poza tym jest pasjonatem sportu. Stąd też studia z Wychowania Fizycznego. Oprócz podróży uwielbia także słowo pisane, czego pokłosiem jest również blog „Todreams”, który sam świetnie prowadzi.

„Od zawsze byłem marzycielem i miałem masę pomysłów. Ale zwykle na tym się tylko kończyło. Myślałem sobie, że jeszcze nie teraz, jeszcze nie jestem gotowy, nie mam na to pieniędzy. Trwało to latami, bo wciąż powtarzałem sobie: „może kiedyś”. Wiele osób tak ma. I trwało to do momentu, gdy zdałem sobie sprawę, że życie przecieka mi przez palce i jeśli czegoś nie zmienię to będę tego żałował.

Postanowiłem odkurzyć swoje marzenia i zrobić rzeczy, które latami leżały odłogiem. Zdałem sobie wtedy sprawę,

że nie potrzebuję nadludzkich możliwości by je spełniać. Zmotywowany postanowiłem stworzyć listę marzeń, która będzie swego rodzaju wyzwaniem dla mnie. Nie jest ona zamknięta, więc jeśli zrodzi się jakieś marzenie po prostu je dopiszę.

Na liście znalazły się m.in. punkty, których celem było przebiec półmaraton i maraton.”

Czasem marzenia spełniamy od ręki, ot tak, czasem jednak trzeba poświęcić na nie więcej czasu. Tak też było z półmaratonem... Żeby zapewnić sobie odpowiedni poziom motywacji zapisałem się i wpłaciłem wpisowe. Wybór padł na prestiżowy Międzynarodowy Półmaraton Phillips w Pile. Już w dniu poprzedzającym start można było zauważyć jak wielkim wydarzeniem jest dla tego miasta coroczny półmaraton. Biegacze tłumnie przybywają tam, a wolontariusze starają się jak mogą by impreza wypadła jak najlepiej. Siedząc tak chłonałem atmosferę tej imprezy. Natomiast zawodnicy z kraju i z zagranicy, znani i nieznani w środowisku biegowym wszyscy przybyli by pokonać dystans 21,097km.

Wieczór spędziłem na rozmowach z innymi uczestnikami imprezy. Jednym z nich był 54-letni mężczyzna, który bieganie zaczął w wieku 49lat, a teraz startuje w maratonach. A ty mówisz, że jesteś za stary by zaczynać? Bzdura!

Wiem jedno, że biegacze to grupa pozytywnych osób, którzy zawsze służą dobrą radą.

Celem startu była meta, a taktyka prosta - zacząć spokojnie i jak starczy sił przyspieszyć w końcówce. I swoje założenia od początku starałem się wdrażać w życie. Trochę się przeraziłem jak tłum biegaczy zaraz po starcie zaczął mnie wyprzedzać. Kilometry ciągnęły się niesamowicie, a mózg zaczął się buntować: „po co ci to”, „nie dasz rady”, „szkoda się męczyć”. Jednak widząc tłum kibiców przy trasie, przybijających piątki i dopingujących wszystkich bez wyjątku, stwierdziłem, że nie mogę się poddać i nie poddałem się. Takie wsparcie daje niewiarygodną energię, przez co na trasie minąłem ponad setkę osób i wbiegłem na metę z uśmiechem na ustach.

Na mecie, gdy otrzymałem swój medal, poczułem ogromną satysfakcję. Wiele miesięcy przygotowań było właśnie dla tej chwili. A czas? Co tu dużo mówić - słabutki, bo 2:17:04, ale nie o to tutaj chodziło. Udowodniłem przede wszystkim sobie, że jeśli czegoś będę chciał to to zrobię.

Przy okazji półmaratonu udało mi się zahaczyć o stolicę Wielkopolski - Poznań. I co tu dużo mówić, spodobało mi się tam. Piękne, zadbane miasto. Czym wyróżnia się on na tle innych większych miast? Najbardziej zaimponowały mi zielone miejsca choćby takie jak park przy Starym Browarze, gdzie ludzie mogą spędzać czas wolny.

Po półmaratonie przed sobą miałem nowy cel... przebiec maraton. Trenowałem, aż miło, w takiej formie jeszcze nie byłem nigdy. Wszystko szło zgodnie z planem i odliczałem już ile mi zostało do tego przełomowego dnia, jednak coś



we mnie pękło...Coś poszło nie tak jak trzeba.

Później była długa przerwa od biegania, ale wiedziałem, że to jeszcze nie moje ostatnie słowo.

Minęły prawie dwa lata i znów na horyzoncie pojawiły się ponad 42 kilometry. Wiedziałem, że nawet jakbym miał się doczołgać na metę to nie odpuszczę. Treningów było zdecydowanie mniej niż poprzednio, szanowałem swoje ciało, nie chciałem popełnić znów tego samego błędu.

Gdy w końcu nadszedł ten dzień stanąłem na starcie pełny obaw, ale i z nutką optymizmu, bo przecież jakoś to będzie... przecież zawsze jakoś to było. Jednak mimo to dystans budził szacunek i nagle głowa zaczęła mi podsuwać czarne scenariusze. Po raz pierwszy chyba byłem tak stremowany przed startem. Sam siebie nie poznawałem w tym stanie.

Michał ogarnij się. Dasz radę – podpowiadałem sobie w duchu. W końcu, jeśli nie spróbuję to nie będę wiedział czy dam czy nie damy rady. Gdy usłyszałem sygnał startera to wszystko uleciało jak powietrze z przebitego balona. Pozostała już tylko myśl: Muszę dotrzeć do mety!

Cel jaki są obrałem, czyli 4:30h, był bardzo realny. Biegłem spokojnie, szanowałem siły by w drugiej części, jeśli pozostaną siły, przyśpieszyć. I wszystko zapowiadało, że tak właśnie będzie, aż do pechowego 18 kilometra... Tam też musiałem udać się w ustronne miejsce i kiedy już załatwiłem szybko sprawę i przeskoczyłem małą fosę poczułem nagle mocny ból w kolanie. Próbuję raz, drugi i nie jestem w stanie biec dalej. Jeszcze to do mnie nie docierało, ale był to początek moich wielkich problemów na trasie. Nie przebiegłem nawet połowy dystansu, a już jest kłopot, całkiem spory kłopot. Czasu jednak było wciąż dużo, więc próbowałem coś podzielać. Po chwili udało mi się zacząć truchtać.

Gdy dotarłem do półmetka znów czuję mocno kolano. Zatrzymuję się, po czym w ruch idzie rozciągnięcie. Chwilowo to pomogło, jednak po paru kilometrach znów to samo. Maszeruję... mam silny kryzys. Mija mnie kilku biegaczy. Jeden krzyczy: Pomału, ale do celu!

Mam ochotę mu wygarnąć, bo przecież on nie jest w mojej skórze, nie czuje tego bólu. Jednak odpuszczam mu.

Rozciągam się po raz n-ty. Mam przed sobą jeszcze około 15 kilometrów. Całkiem sporo. Czasu do regulaminowych 6 godzin też całkiem dużo, ale przecież nie miałem maszerować, a biec. Zagryzłem zęby – biegnę! Doganiam mężczyznę, który mnie przed chwilą motywował i uczyniłem krótką pogawędkę(dobrze, że mu nie wygarnąłem). Po kolejnych 3 kilometrach znów ból promieniuje. Nie jestem w stanie biec. Mam ochotę zrezygnować. Te leżaki nad Wisłokiem tak bardzo kuszą. Walczę ze sobą i właśnie w tym momencie spotykam Pana Stanisława, który na wielkim luzie, bez spinania się zmierza do mety. Nie będzie miał super czasu, nie będzie walczył o najwyższe laury, liczy się to, że jeszcze raz pokona siebie i te okropne 42km195m. To mi dodaje otuchy. Ja potrzebuję jeszcze się porozciągać, więc rozstajemy się.

Teraz choć nogi nie są w najlepszym stanie to głowa jakby spokojniejsza. Nie walczę z czasem, zmierzam powolutku do mety. W głowie pesymizm został wyparty myślami pozytywnymi. I tak truchtam, poznaję ludzi i staram się nie myśleć za dużo o kilometrach. Taktyka ta pomaga mi przesuwać się z uporem w stronę mety.

W pewnym momencie doganiam Pana Stanisława, krótka pogawędka i „kulawym” biegiem pokonuję ostatnie kilometry. Do oczu napłynęły mi łzy. To koniec, to naprawdę koniec. Zrobiłem to, zrobiłem!

Wbiegając na plac eventowy ujrzałem moich rodziców. Wydobyłem z siebie okrzyk radości i z Panem Stanisławem przekroczyliśmy wspólnie linię mety. Jeszcze nie tak dawno myślałem o tym by zrezygnować, a teraz, gdy na mojej szyi wisi medal, już planuję kolejne starty, na które z pewnością chcę się lepiej przygotować.

Dzień po maratonie wyglądał komicznie, bo nagle schody były dla mnie mega wyzwaniem i zanim je pokonałem prowadziłem głębokie rozważania czy czasem nie zapomniałem czegoś ze sobą, bo drugi raz już nie dam rady zejść. Pomimo tych niedogodności nie żałuję w ogóle tego biegu. Będzie co wspominać i najwyższa pora zakreślić to marzenie na liście jako spełnione!

Michał Maruszak





Świadczenia rodzinne w 2020 r. Nowy okres zasiłkowy 2020/2021



Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej informuje, że w związku z panującą pandemią COVID – 19 istnieje możliwość umówienia się na dany dzień i godzinę w celu złożenia wniosków na nowy okres zasiłkowy 2020/2021, na świadczenia rodzinne oraz Program „Dobry start”. Umówić się można telefonicznie pod nr tel. 17 24 29 134, 17 24 36 163 w godz. pracy GOPSu. Wnioski papierowe są przyjmowane **od 1 sierpnia**.

Ważne: Wnioski o zasiłki rodzinne oraz inne świadczenia w tym wychowawcze „500+” i „Dobry start” można składać również **od 1 lipca** w formie elektronicznej poprzez: **PUE ZUS, portalu empatia.mrpips.gov.pl, bankowość elektroniczną**.

Wnioski można pobrać ze strony internetowej: www.gops.grodziskodolne.pl lub odebrać we wcześniejszym terminie z okienka podawczego GOPSu, znajdującego się od 1 lipca br. w nowej części budynku (patrz gazeta str. 7).

Wnioski papierowe mogą składać jedynie osoby zdrowe, bez objawów wskazujących na możliwość wystąpienia choroby zakaźnej. Podczas składania wniosku należy mieć zasłonięte usta i nos oraz zdezynfekowane dłonie.

Ważne: Osoby pobierające obecnie świadczenie wychowawcze – 500 plus – nie składają w tym roku wniosku na kolejny okres, z uwagi na wydłużony okres pobierania tego świadczenia do 31 maja 2021 roku.

Świadczenia alimentacyjne w 2020 r.

W związku z licznymi pytaniami osób zainteresowanych, Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej informuje iż świadczenia z Funduszu Alimentacyjnego przysługują tym wszystkim uprawnionym do świadczeń z funduszu, jeżeli dochód rodziny w przeliczeniu na osobę w rodzinie **nie przekracza kwoty 800 zł**. Wnioski o ustalenie prawa do świadczeń z Funduszu Alimentacyjnego na okres zasiłkowy 2020/2021 wraz z wymaganymi dokumentami można składać **od dnia 1 lipca br.** w formie elektronicznej poprzez: **PUE ZUS, portalu empatia.mrpips.gov.pl, bankowość elektroniczną** lub **od 1 sierpnia br.** w formie papierowej. Więcej informacji można uzyskać dzwoniąc pod nr tel. 17 24 29 134, 17 24 36 163 w godz. pracy GOPSu.

150 tys. zł premii dla młodego rolnika



Od 3 czerwca do 1 sierpnia 2020 r. młodzi rolnicy będą mogli składać w ARiMR wnioski o przyznanie premii na rozpoczęcie samodzielnego gospodarowania. Pomoc finansowana jest z budżetu PROW 2014-2020. O „Premię dla młodych rolników” może ubiegać się osoba, która w dniu złożenia wniosku ma nie więcej niż 40 lat i posiada odpowiednie kwalifikacje zawodowe. Jeżeli ich nie ma, powinna uzupełnić je w ciągu 36 miesięcy od dnia doręczenia decyzji o przyznaniu pomocy. Musi też posiadać gospodarstwo rolne o powierzchni co najmniej 1 ha i rozpocząć prowadzenie w nim działalności rolniczej nie wcześniej niż 24 miesiące przed dniem złożenia wniosku o przyznanie pomocy.

Jednym z warunków przyznania 150 tys. zł. premii jest utworzenie gospodarstwa rolnego o wielkości ekonomicznej nie mniejszej niż 13 tys. euro i nie większej niż 150 tys. euro. Kolejny wymóg dotyczy powierzchni użytków rolnych w gospodarstwie. Musi być ona co najmniej równa średniej krajowej, a w województwach, w których średnia powierzchni gospodarstw jest niższa niż krajowa - gospodarstwo musi mieć wielkość średniej wojewódzkiej. Natomiast maksymalna powierzchnia nie może być większa niż 300 ha.

Wnioski będą przyjmowały oddziały regionalne ARiMR.



Dbajmy o bezpieczeństwo dzieci!

Szanowni Rolnicy!

Apeluję do Państwa o zapewnienie bezpieczeństwa dzieci przebywających w Waszym gospodarstwie. Ten wymóg obowiązuje rodziców nawet podczas wykonywania najprostszych codziennych prac, a szczególnie podczas wzmożonych prac polowych. Latem dzieci dużo przebywają na dworze i wszystko je interesuje. Są chętne do pomocy, ale korzystając z niej róbnmy to rozważnie.

Ceną pośpiechu, nieuwagi, zmęczenia oraz braku dbałości o bezpieczeństwo pracy, może być kalectwo, a nawet śmierć! Wśród ofiar wypadków niestety są także dzieci.

Pamiętajmy, że na dorosłych spoczywa odpowiedzialność prawna i moralna za bezpieczeństwo dzieci:

- Nie obarczajmy najmłodszych zadaniami ponad ich siły i możliwości!
- Nie pozwalajmy im na kierowanie ciągnikami i obsługę maszyn rolniczych!
- Zabezpieczmy wszystkie miejsca zagrażające zdrowiu i życiu!
- Zadbajmy o bezpieczne miejsce zabaw i opiekę dorosłych!
- Dołóżmy wszelkich starań, by dzieci bezpiecznie rozwijały się i dorastały!

Wiesław Zynarek
Główny Inspektor Pracy



sezamek

wszystko dla dzieci



Mega Oferta!

ROBIĄC ZAKUPY POWYŻEJ 500 ZŁ
OTRZYMUJĄ PAŃSTWO 5% RABATU

GIEDLAROWA 278

TEL. 17 242 58 90

sklep@sezamek-zabawki.pl

- ŁÓŻECZKA
- MATERACE
- POŚCIELE
- WÓZKI
- FOTELIKI
- CHODZIKI
- KRZESIELKA DO KARMIENIA
- ROWERKI
- ODZIEŻ
- ZABAWKI
- AKCESORIA DLA NIEMOWLĄT
- ART. SZKOLNE



Pojazd 3w1

134,90 zł

WSZYSTKO CZEGO POTRZEBUJĄ PAŃSTWO DLA WASZYCH POCECH!

ZAPRASZAMY
NA ZAKUPY!!

sezamek
wszystko dla dzieci

NAJWIĘKSZY WYBÓR!
NAJNIŻSZE CENY!

#ZOSTAN W DOMU

MENU

GODZINA OTWARCIA
10:00 - 11:00



ZUPY

BONOL Z MAKARONEM 7 zł

Kulki makaronu w sosie pomidorowym z makaronem.

ZUREK STAROPOLSKI 10 zł

Tłusty zurek na talerzu z kawałkami kalafiora i gotowanym ziemniakiem.



ZESTAW OBIADOWY STALY 20 zł

- Zupa z makaronem
- Kebab z sznycelami i zestawem warzywny

DANIA GŁÓWNE

KOTLET SZNIECZANY 18 zł

Paniowany kotlet szniczany podany z ziemniakami oraz surówką pomidorową.

PLACEK POWIĘDRZNY 18 zł

Chrupki placki ziemniaczane podane z sosem pomidorowym oraz ziemniakami, podane z zestawem warzywny.

KOTLET SZNAYCZANKI 18 zł

Plac z karkasem mielonym smażony z ziemniakami, podany z sosem pomidorowym i ziemniakami oraz zestawem warzywny.

KOTLET DE VOLAILLE 18 zł

Plac z karkasem mielonym smażony z ziemniakami i ziemniakami, podany z sosem pomidorowym i ziemniakami oraz zestawem warzywny.

FAST FOOD



HAMBURGER 6 zł

CHIESIECIE BIEZ 7 zł

ZAPRAWKA 6 zł



PIZZA

MERSYKANSKA JAJA PROMOCJA 19 zł

Na zamówienie, nie mieszczące pomidoru, cebuli, kurczaka, szynki, kiełbasy, salami, suszonego czosnku, kalafiora, suszonego czosnku.

STOKROTKA PROMOCJA 19 zł

Na zamówienie, nie mieszczące pomidoru, cebuli, kurczaka, szynki, kiełbasy, salami, suszonego czosnku, kalafiora, suszonego czosnku.

CHICKEN POLLO PROMOCJA 19 zł

Na zamówienie, nie mieszczące pomidoru, cebuli, kurczaka, szynki, kiełbasy, salami, suszonego czosnku, kalafiora, suszonego czosnku.

SHOARMA

SHOARMA NA DWA SMAKI 19 zł

Grillowane mięso wieprzowe oraz szalony kurczak podany z ziemniakami i pikantnym z sosem pomidorowym.

Z CHURIPĄCYMI KURCZAKIEM 19 zł

Plac z karkasem mielonym smażony z ziemniakami i ziemniakami, podany z sosem pomidorowym i ziemniakami oraz zestawem warzywny.

DANIE JARSKIE



PIEROGI RUSKIE 10 zł

Wytworzone z ciasta drożdżowego, składają się z mięsa, cebuli, kurczaka, szynki, kiełbasy, salami, suszonego czosnku, kalafiora, suszonego czosnku.



CRYSTAL BALLROOM
DOM WESELY
Grodzisko Dolne 242a

RABATY NA 2021 ROK

WOLNE TERMINY!



PRZYJĘCIE WESELE
już od 150zł/os

IMPREZY OKOLICZNOŚCIOWE
już od 35zł/os

MOŻLIWOŚĆ OSOBISTEGO ODBIORU, OPAKOWANIE OBIAD/PIZZA 1zł, DOWOZ 2zł
ZAMÓWIENIA (0-17) 24 25 107

Siedziba firmy: Giedlarowa 278, 37-300 Leszajsk email: biuro@wesola-crystal.pl, tel: 609-482-000