

— GAZETA **Z** —  
**GRODZISKA**  
*i okolic*

04-05/ (227)

2021

ISSN 1234-5296

GAZETA  
BEZPŁATNA

**Scalenie**

**w Grodzisku Górnym i w Wólce Grodzkiej  
szansą na poprawę warunków gospodarowania**



## AKTUALNOŚCI



Słowo Wójta Gminy do mieszkańców Grodziska Górnego i Wólki Grodzkiej **3**

Narodowy Spis Powszechny Ludności i Mieszkań 2021 **4**

Projekt "Otwórz się na pomoc" **5-8**

Przychodnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży przy SP ZOZ w Leżajsku **8**

Anonimowa i darmowa platforma wsparcia dostępna w aplikacji mobilnej **9**

Badania mammograficzne i cytologiczne- podsumowanie akcji **9**

Spotkania seniorów z psychologiem **10-11**

Kondolencje i podziękowania **12**

Zgłoszenie wypadku przy pracy rolniczej **13**

Wkrótce rusza sezon kąpielowy nad zalewem „Czyste” **13**

Inwestycje w skrócie **14**

Z życia PGK **15-18**

Stop pożarom traw! **18**

Nadeszła wiosna- porządkujemy ulice **19**

Nie dajcie się nabrać- ARiMR ostrzega rolników i przedsiębiorców **19**

Program priorytetowy „Moja Woda”- drugi nabór wniosków **20**

Baza wiedzy o Programie „Czyste Powietrze” 2.0 **21**

Kamizelki odblaskowe dla uczniów **21**

Rowerem po drodze- podstawowe zasady **22**

Duże zmiany dla pieszych i kierowców **23**

Mandat za spacer z psem bez smyczy **23**

Żegnamy zimę, witamy wiosnę! **24**

„Szczęśliwy dom, gdzie boćki są” **24**

## WYCHOWANIE I EDUKACJA



Szkoła w Grodzisku Górnym z Akredytacją Erasmus+ **25**

Wirtualne działania w ramach projektu „Robotyczna szkoła humanistów” **26**

Podsumowanie akcji dla schroniska „Kundellek” **27**

„Dzień Bezpiecznego Internetu 2021” **27**

„MegaMisja”- sukcesy uczniów Szkoły Podstawowej w Laszczynach **28**

## KULTURA



„Gazeta Grodziska i Okolic” świętuje swoje 30-te urodziny **29**

## CIEKAWOSTKI



Kleszcze- dlaczego są groźne? **30**

## OGŁOSZENIA



Komunikaty **31**

26 Maja będziemy obchodzić Dzień Matki, wyjątkowe święto, które stanowi wspaniałą okazję by podziękować naszym kochanym Mamom za ich trud i poświęcenie, jakie włożyły w nasze wychowanie. Niech każda Mama w tym dniu zostanie obdarowana ciepłym słowem, mnóstwem uścisków i prezentów.





*Drodzy Mieszkańcy  
Grodziska Górnego i Wólki Grodziskiej*

Zwracam się do Państwa z prośbą o poparcie starań gminy, zmierzających do pozyskania funduszy na scalenia. Umożliwią one poprawę warunków gospodarowania oraz realizację potrzeb w zakresie remontów i budowy dróg dojazdowych do pól. Pozwolą także kupować, sprzedawać i wymieniać działki przy zachowaniu ich obecnych granic. Stawką w tych staraniach jest kwota 20 mln zł środków unijnych możliwych do pozyskania z Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich. Scalenie musi zostać wykonane do końca 2025 roku. Aby tak się stało, potrzebujemy Państwa zgody i przychylności pozwalających rozpocząć ambitne, ważne i kosztowne przedsięwzięcie.

Pragnę rozwiązać wątpliwości i obawy związane z działkami. Ich wymiana, sprzedaż lub zakup będzie możliwa za zgodą właścicieli z zachowaniem istniejących granic. Pozwoli to powiększać niektóre działki o sąsiednie, głównie poprzez ich wymianę. Jestem świadomy dużych nakładów finansowych, ponoszonych przez mieszkańców Grodziska Górnego i Wólki Grodziskiej kilkanaście lat temu na rekultywację swoich działek. Doceniam to i tym bardziej proszę, aby skorzystać ze środków unijnych na scalenia, które pozwolą również zmodernizować nawierzchnie dróg, wykopać rowy przydrożne i wyremontować przepusty.

W najbliższych dniach odwiedzą Państwa radni i sołtysi z Grodziska Górnego i Wólki Grodziskiej. Będą prosić o zgody na scalenie, które muszą osiągnąć poziom co najmniej 50 procent. Wszystko odbędzie się z zachowaniem reżimu sanitarnego. Gdyby wyjaśnienia radnych i sołtysów były niewystarczające pozostają do Państwa dyspozycji i proszę o kontakt na nr telefonu Urzędu Gminy (17) 242 82 65.

Mamy niepowtarzalną okazję dzięki środkom unijnym poprawić standard gospodarowania. Wykorzystajmy szansę, która może się szybko nie powtórzyć.

*Jacek Chmura  
Wójt Gminy Grodzisko Dolne*



## Narodowy Spis Powszechny Ludności i Mieszkań 2021

Spis ludności i mieszkań obok spisu rolnego to największe przedsięwzięcie statystyczne podejmowane nie tylko w Polsce ale i na świecie. Jest to badanie obowiązkowe, realizowane w oparciu o ustawę.

Spis powszechny to bardzo ważny moment w życiu narodu, kiedy Państwo zbiera istotne informacje na temat swoich obywateli, na temat funkcjonowania społeczeństwa.

### Kiedy Można się spisać?

Narodowy Spis Powszechny Ludności i Mieszkań w 2021 roku jest przeprowadzany od 1 kwietnia 2021 roku do 30 września 2021 roku.

### Jak można się spisać?

Obowiązkową formą jest samospis internetowy. Formularz dostępny jest od 1 kwietnia na stronie internetowej [spis.gov.pl](https://spis.gov.pl).

Metoda uzupełniająca to spis przez telefon na infolinii spisowej, z której mogą skorzystać osoby wykluczone cyfrowo ( np. ze względu na wiek, stan zdrowia, niepełnosprawność). Infolinia obsługiwana jest przez pracowników statystyki publicznej od poniedziałku do piątku od godz. 8:00 do 18:00 pod numerem **22 279 99 99**.

### Czy muszę się spisać?

Zgodnie z ustawą o statystyce publicznej udział w Narodowym Spisie Ludności i Mieszkań 2021 jest obowiązkowy. Odmowa udziału w spisie powszechnym wiąże się z możliwością nało-

żenia kary grzywny, co jest ujęte w art. 57 ustawy o statystyce publicznej.

### Jakie dane będą zbierane w czasie NSP 2021?

- charakterystyka demograficzna osób (płeć, wiek, stan cywilny, adres zamieszkania),
- aktywność ekonomiczna osób,
- poziom wykształcenia,
- niepełnosprawność,
- migracje wewnętrzne i zagraniczne,
- charakterystyka etniczno-kulturowa,
- gospodarstwa domowego i rodziny,
- stan i charakterystyka zasobów mieszkaniowych

### Bezpieczeństwo danych - co trzeba wiedzieć?

Wszystkie dane osobowe przetwarzane w ramach prac spisowych są poufne i podlegają szczególnej ochronie. Od momentu zebrania stają się danymi statystycznymi i objęte są tajemnicą statystyczną.

Mieszkańcy naszej Gminy, którzy nie spiszą się przez Internet będą mieli możliwość spisania się w wyznaczonych do tego punktach, zlokalizowanych na terenie Gminy.

Źródło: gov.pl,

## INFORMACJA

### Gminny Komisarz Spisowy informuje, że na terenie Gminy Grodzisko Dolne zostały utworzone mobilne punkty spisowe

Poniżej podajemy Państwu daty, godziny i miejsca funkcjonowania mobilnego punktu spisowego, do którego mogą Państwo się udać w celu spisania siebie i swojej rodziny.

Data	Godzina	Miejsce
<b>30 maja 2021r.</b>	<b>9.00 – 13.00</b>	<b>Ośrodek Kultury w Grodzisku Dolnym</b>
<b>13 czerwca 2021r.</b>	<b>9.00 – 13.00</b>	<b>Dom Wiejski w Grodzisku Nowym</b>
<b>20 czerwca 2021r.</b>	<b>9.00 – 13.00</b>	<b>Stadion LKS w Grodzisku Górnym</b>
<b>27 czerwca 2021r.</b>	<b>9.00 – 13.00</b>	<b>Szkoła Podstawowa w Wólce Grodziskiej</b>
<b>4 lipca 2021r.</b>	<b>9.00 – 13.00</b>	<b>Remiza OSP w Chodaczowie</b>
<b>11 lipca 2021r.</b>	<b>9.00 – 13.00</b>	<b>Szkoła Podstawowa w Opaleniskach</b>

**Jedna osoba może spisać wszystkich domowników posiadając ich PESEL. Podczas wizyty w mobilnym punkcie spisowym każda osoba musi mieć zasłonięte usta i nos maseczką. Przed wejściem do punktu należy zdezynfekować ręce. Płyn do dezynfekcji znajduje się przy wejściu do punktu spisowego.**



## Projekt „Otwórz się na pomoc”

Gmina Grodzisko Dolne we współpracy z Polska Press Sp.z o.o. zaprasza do obejrzenia filmu poruszającego temat uzależnienia od Internetu i gier komputerowych. Film znajduje się na stronie internetowej gminy [www.grodziskodolne.pl](http://www.grodziskodolne.pl), a także na wszystkich stronach internetowych jednostek organizacyjnych gminy, w tym na stronach placówek oświatowych.

„Otwórz się na pomoc” to projekt multimedialny oparty na interaktywnym filmie, którego fabuła prowadzi odbiorcę poprzez historię rodziny w której jedno z dzieci posiada nieograniczony dostęp do sieci, która w znacznej mierze wypełnia jego życie. Odbiorca filmu zostaje zaproszony do podejmowania decyzji w imieniu chłopca, które skutkują określonym ciągiem wydarzeń. To jaką drogę wybierze odbiorca, tak potoczy się fabuła filmu. Odbiorca staje się kreatorem rzeczywistości poprzez swoje wybory i podejmowane decyzje. Film pokazuje gdzie mogą nas doprowadzić wybory związane z podejmowaniem decyzji dotyczących korzystania z Internetu.

Autorzy projektu starają się pokazać jakie zagrożenia niesie Internet. Młode osoby nie tylko w łatwy sposób uzależniają się od komputera, ale także bardzo często doświadczają w świecie wirtualnym takich zjawisk jak hejt czy przemoc słowna. Często uzależnienie od Internetu powoduje poważne problemy psychiczne i ma wpływ na życie całych rodzin, zwłaszcza w tak trudnym

okresie, jak czas lockdownu, nauki zdalnej oraz, zamknięcia w domu.

Obecne czasy są niezwykle trudne dla nas wszystkich. Pandemia odciska swoje piętno na wielu dziedzinach życia. Zamykane sklepy, baseny czy szkoły powodują ucieczkę dzieci i młodzieży do świata wirtualnego. Łatwy i szybki dostęp do Internetu staje się zjawiskiem powszechnym i postępuje globalnie, a korzystanie z sieci otwiera wiele możliwości niedostępnych w świecie rzeczywistym. Rozwój technologii umożliwił nie tylko wymianę informacji, ale stał się narzędziem pracy i rozrywki. Bez wychodzenia z domu zrobimy zakupy, opłacimy rachunki czy poprowadzimy własną firmę. Z badań przeprowadzonych przez CBOS wynika, że obecnie w Polsce z Internetu korzysta niemal siedmiu na dziesięciu dorosłych (69%). Najwięcej dzieci/młodzieży korzystających z Internetu jest w grupie wiekowej 13-15 lat (94%), niewiele mniej (91%) - w przedziale wiekowym 16-19 lat, a grupa najmłodsza 6-12 lat stanowi obecnie 86%.

Mimo licznych korzyści Internet niesie ze sobą także wiele niebezpieczeństw. Do najważniejszych z nich możemy zaliczyć:

- niebezpieczne kontakty i znajomości,
- szkodliwe i nieodpowiednie treści,
- prześladowanie, szykowanie, hejt
- uzależnienie od przebywania w sieci.



### Kto jest podatny na uzależnienie od Internetu?

- dzieci i młodzież, którzy bardzo wcześnie rozpoczynają swoją przygodę z Internetem,
- osoby o niskiej samoocenie, którym łatwiej poruszać się w świecie wirtualnym gdzie pozostają anonimowe,
- osoby mające trudności w nawiązywaniu relacji społecznych,
- osoby impulsywne, które potrzebują stałej stymulacji, silnych i atrakcyjnych bodźców.

### Objawy uzależnienia od Internetu:

- odczuwanie silnego przymusu korzystania z Internetu,
- utrata kontroli nad czasem spędzonym w sieci,
- odczuwanie negatywnych emocji, które towarzyszą w przypadku braku dostępu do Internetu,
- rezygnacja z pasji, zainteresowań na rzecz przebywania w sieci,
- zaniedbywanie obowiązków domowych, szkolnych, zawodowych.

Uzależnienie diagnozuje się, jeżeli wystąpiły minimum 3 z wyżej wymienionych objawów i utrzymywały się łącznie przez dłuższy okres czasu w ciągu ostatniego roku.

### Skutki uzależnienia od internetu.

Skutki takiego uzależnienia mają konsekwencje psychologiczne, społeczne, moralne, intelektualne. Są to m.in. gwałtowne zmiany zachowań, unikanie relacji międzyludzkich, trudności w nawiązywaniu tych relacji, problemy z pamięcią i koncentracją, brak aspiracji, utrata zainteresowań, rezygnacja z pasji, zanikanie więzi emocjonalnej, depresja.

### Leczenie uzależnienia od Internetu.

Uzależnienie od Internetu jest poważną chorobą. Gdy

podejrzewamy ją u siebie bądź bliskiej osoby powinniśmy jak najszybciej poszukać pomocy i zacząć leczenie. Bardzo pomocny będzie psycholog lub specjalista terapii uzależnień, który zastosuje odpowiednie leczenie.

### Nie czekaj! Daj sobie pomoc zanim będzie za późno!

Epidemia koronawirusa zmieniła wiele w naszym życiu oraz życiu naszych najbliższych, zwłaszcza dzieci i młodzieży. Szczególnie w tym czasie powinniśmy poświęcić im więcej uwagi i zainteresowania. Rozmawiajmy z nimi, pytajmy jak minął im dzień, co u nich słychać, czy nie potrzebują pomocy. Naturalnej relacji międzyludzkiej nie zastąpi Internet, gry komputerowe czy portale społecznościowe. Reagujmy na każde zachowanie, które są nietypowe i mogą budzić podejrzenia, że z naszymi pociechami jest coś nie tak. Już sam fakt spędzania przed komputerem wielu godzin, również tych przeznaczonych na czas wolny i odpoczynek powinien być sygnałem, aby interweniować. Zaproponujmy im wyjście na spacer, na podwórko. Zaangażujmy ich w drobne prace domowe. Godzina spędzona na świeżym powietrzu pozytywnie wpłynie na rozwój nie tylko fizyczny ale również psychiczny całej rodziny.

Z naszej strony zachęcamy Państwa do odwiedzenia strony internetowej [www.grodziskodolne.pl](http://www.grodziskodolne.pl) i obejrzenia filmu „**Otwórz się na pomoc**”. Zadajmy sobie pytanie czy problem, o którym traktuje film dotyczy również naszej rodziny.

Wykorzystano materiały źródłowe ze strony:  
[www.psychoterapia.org](http://www.psychoterapia.org) oraz [www.cbos.pl](http://www.cbos.pl)

AJ

### Szukasz pomocy?

**Poniżej przedstawiamy punkty i ośrodki wsparcia, które mogą pomóc Tobie lub Twoim najbliższym nie tylko w sprawach związanym z uzależnieniem od Internetu.**

#### **Problemy rodzinne, w tym przemoc domowa oraz pomoc osobom uzależnionym od alkoholu i narkotyków**

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Grodzisku Dolnym  
tel: 17-2429134 oraz 17-2436163 codziennie w godz. 8.00-15.00

#### **Problemy rodzinne, w tym przemoc domowa, pomoc osobom uzależnionym od alkoholu, narkotyków oraz innych substancji psychoaktywnych, zaburzenia zachowania**

Punkt Informacyjno-Konsultacyjny dla osób z problemem alkoholowym i ich rodzin oraz przemocy w rodzinie.

Urząd Gminy Grodzisko Dolne  
tel: 17-2428265 w.171

Dyżur w każdy czwartek tygodnia w godz. 17.00-19.00

W punkcie udziela również porad specjalista terapii uzależnień  
w każdy drugi wtorek miesiąca w godz. 15.30-17.30



**Psycholog szkolny w Zespole Szkół im. prof. Franciszka Leji w Grodzisku Górnym**

Z pomocy psychologa mogą skorzystać uczniowie ze szkoły podstawowej w Grodzisku Górnym, w Wólce Grodziskiej oraz w Opaleniskach

Tel: 17-2436023

Psycholog pełni dyżur w gabinecie nr 5 w budynku szkoły w godzinach:

Poniedziałek: 8.00-12.30

Wtorek: 8.30-14.00

Środa: 9.30-12.30

Czwartek: 8.00-12.30

Piątek: 8.30-13.30

**Pedagog szkolny w Zespole Szkół im. Jana Pawła II w Grodzisku Dolnym**

Z pomocy pedagoga mogą skorzystać uczniowie ze szkoły podstawowej w Grodzisku Dolnym, w Laszczynach oraz w Chodaczowie

Tel: 690 083 229 oraz 17-2436001

Pedagog pełni dyżur w budynku szkoły w godzinach:

Poniedziałek: 9.00-12.30

Wtorek: 9.00-13.30

Środa: 9.00-14.30

Czwartek: 9.00-13.30

Piątek: 9.00-13.00

**Poradnia Psychologiczno-Psychoterapeutyczna dla dzieci i młodzieży „Dobry start” w Leżajsku, ul. Żeromskiego 3**

Rejestracja telefoniczna: 17-7851240 oraz 609 556 224

Rejestracja elektroniczna: [www.medical.rzeszow.pl](http://www.medical.rzeszow.pl)

**Poradnia psychologiczno-pedagogiczna w Leżajsku, ul. M. Curie Skłodowskiej 8**

tel: 17-2420799 oraz 693 660 799

Poradnia otwarta od poniedziałku do piątku w godz. 7.45-16.00

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Leżajsku, ul. M. Curie Skłodowskiej 8**

tel: 17-2428258

Telefon Zaufania: 17-2401300

Oba numery aktywne od poniedziałku do piątku w godz.: 7.30-15.30

**Bezpłatny Telefon Zaufania dla osób dotkniętych skutkami COVID-19**

tel. 800 220 280

**Bezpłatny Telefon Zaufania dla osób dorosłych w kryzysie emocjonalnym**

tel. 116 123

Numer aktywny od poniedziałku do piątku w godz.: 14.00-22.00

**Bezpłatny Telefon Zaufania dla dzieci i młodzieży**

tel. 116 111

Numer aktywny 7 dni w tygodniu, 24h/dobę

**Ogólnopolski telefon dla ofiar przemocy w rodzinie „Niebieska linia”**

tel. 800 120 002

**„Pomarańczowa linia” – telefon dla rodziców dzieci pijących alkohol i zażywających narkotyki**

tel. 801 140 068

**Telefon Zaufania dla osób z uzależnieniami behawioralnymi (hazard, seks, alkoholizm itp.)**

tel. 801 889 880



### Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

tel. 800 121 212

### Bezpłatny Całodobowy Telefon Zaufania dla osób w stanie kryzysu psychicznego

tel. 800 702 222

### Telefon Zaufania dla osób w stanie depresji

tel. 22-5949100

### Bezpłatny Telefon Zaufania dla osób uzależnionych i ich rodzin

tel: 800 120 289

Numer aktywny od poniedziałku do piątku w godz.: 9.00-17.00

### Bezpłatny Telefon Zaufania dla rodziców zaniepokojonych bezpieczeństwem swoich dzieci oraz ich kondycją psychiczną

tel. 800 100 100

### Bezpłatna Linia Wsparcia dla osób po stracie bliskich

tel. 800 108 108

Numer aktywny od poniedziałku do piątku w godz.:14.00-20.00

### Bezpłatna Linia Wsparcia dla dzieci i młodzieży przeżywających stratę i żalobę po stracie osoby bliskiej

tel: 800 111 123

Numer aktywny od poniedziałku do piątku w godz.: 12.00-18.00

### Telefon Zaufania dla osób LGBT i ich bliskich

tel: 22-6285222

## Przychodnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży przy SP ZOZ w Leżajsku

W ramach struktury Szpitala Powiatowego w Leżajsku została utworzona poradnia zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży. Placówka oferuje pomoc lekarską, opiekę psychiatryczną i psychologiczną. To druga tego typu poradnia dedykowana najmłodszym działająca w ramach SPZOZ w Leżajsku. Poradnia mieści się na Placu Mariackim 9 w Leżajsku, wizyty w poradni są finansowane w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia.

W celu umówienia wizyty należy zarejestrować się pod nr. tel: **17 2406192 lub 17 2406190**

W poradni swój dyżur pełnią specjaliści z zakresu psychiatrii, psychologii klinicznej dzieci i młodzieży oraz psycholodzy w następujących godzinach:

- poniedziałek 7:00-14:35
- wtorek- nieczynne
- środa 7:00-14:35
- czwartek 7:00 -17:00
- piątek 7:00- 14:35

Poradnia oferuje następujące usługi terapeutyczne m.in:

- diagnostykę lekarską zaburzeń psychicznych i zaburzeń zachowania,
- porady lekarskie terapeutyczne
- wielokierunkową terapię psychologiczną pacjentów z zaburzeniami psychicznymi i zaburzeniami zachowania,

- psychoterapię pacjentów,
- opracowuje indywidualne zalecenia terapeutyczne
- współdziała z rodzicami oraz opiekunami prawnymi pacjentów w celu scharmonizowania oddziaływań terapeutycznych i wychowawczych.







## Anonimowa i darmowa platforma wsparcia dostępna w aplikacji mobilnej

**GrupaWsparcia.pl** to w pełni darmowy i anonimowy portal dla ludzi szukających pomocy i wzajemnego zrozumienia. Jest to bezpieczna przestrzeń, gdzie wraz z innymi możesz walczyć z depresją, uzależnieniem i innymi życiowymi kryzysami.

Od 1 marca br z portalu **GrupaWsparcia.pl** można korzystać również za pomocą aplikacji mobilnej.

Każdy w swoim życiu doświadcza lepszych lub gorszych momentów. W przypadku trudniejszych chwil niezwykle ważna jest obecność i wsparcie drugiej osoby. Jej brak może stać się potencjalnym zaledżkiem depresji.

Każdy problem niestety rodzi kolejny, dlatego istotne jest zapewnienie łatwego i darmowego dostępu do holistycznego wsparcia, jakie może zaoferować portal GrupaWsparcia.pl., który oferuje rozmaite pokoje służące wymianie myśli i doświadczeń, wspierające samorozwój oraz poprawę kondycji psychicznej. Aktywne uczestnictwo w grupie to nie tylko pomoc w rozwiązywaniu codziennych problemów, to także praca na sobą i rozwój osobisty.

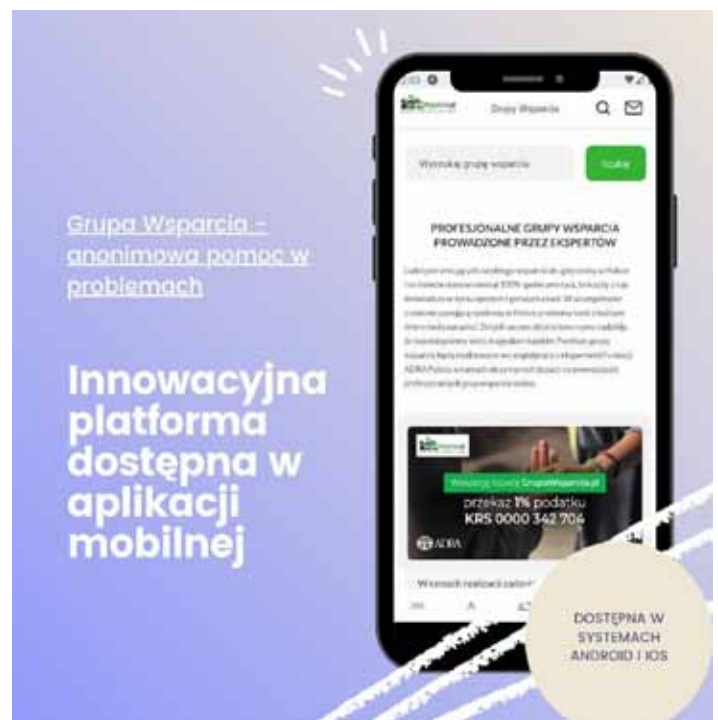
### Jak działa aplikacja GrupaWsparcia.pl?

1. Aplikacja dostępna jest do pobrania za darmo w Google Play oraz Apple App Store.
2. Po zainstalowaniu aplikacji na swoim telefonie należy utworzyć konto. Sama rejestracja trwa kilka sekund. Po ukończeniu tego kroku możesz w pełni korzystać ze wszystkich funkcji, które oferuje serwis.
3. Jeżeli zmagasz się np. ze stanami depresyjnymi zapisz się do grupy tematycznej dedykowanej temu problemowi. Do wyboru masz 70 różnych anonimowych grup, nad którymi czuwa przeszkolony moderador oraz inni użytkownicy grupy.
4. Zakładka „społeczność” pozwala Ci „dodać historię” (np. opisać własną i niepowtarzalną lub pochwalić się sukcesem), którą możesz podzielić się z innymi użytkownikami, a także „odnotować upadek” (podzielić się

własną porażką lub przeszkodami, które pojawiły się w trakcie realizacji celu).

5. Sekcja „wiadomości” pozwala Ci wyszukać konkretnego użytkownika online, oraz włączyć się w rozmowę z innymi użytkownikami.
6. Jeżeli z jakiejś przyczyny korzystanie z aplikacji sprawia Ci problem możesz skorzystać z samouczka dostępnego wersji desktopowej na stronie [www.grupawsparcia.pl](http://www.grupawsparcia.pl).
7. Nie bój się skorzystać z wsparcia. Można tu liczyć na wzajemną pomoc, wysłuchanie przez innych użytkowników, konsultację psychologa.

*GrupaWsparcia.pl*



## Badania mammograficzne i cytologiczne - podsumowanie akcji

W dniach od 25 do 29 marca w Gminie Grodzisko Dolne gościł cytomammobus Fundacji „SOS Życie” z Mielca. Mieszkanki skorzystały licznie z dostępu do badań mammograficznych i cytologicznych. Za każdą wizytę u specjalistów bardzo serdecznie dziękujemy. Na badania mammograficzne zgłosiło się 101 kobiet, a na cytologię 81. W mammografii wykryto kilkanaście zmian łagodnych i jeden nowotwór złośliwy, natomiast w cytologii ponad 30% kobiet zostało skierowanych do dalszej obserwacji i leczenia. Wszystkie uczestniczące w badaniach kobiety wyrażały pełną akceptację dla prowadzonej akcji. Przeprowadzenie badań było możliwe dzięki podpisaniu przez Wójta Gminy z przedstawicielem Fundacji Panią Łucją Bielec porozumienia, w którym określone zo-

stały zasady współpracy. Szeroko rozumiana profilaktyka i zapobieganie chorobom nowotworowym stanowi bardzo ważny element polityki zdrowotnej gminy. Wszystkim Paniom uczestniczącym w badaniu bardzo serdecznie dziękujemy, a inne które tym razem nie odważyły się skorzystać z bezpłatnej pomocy specjalistów na miejscu, zapraszamy do aktywnego udziału w następnych akcjach, które z pewnością pojawią się niebawem.



**FUNDACJA  
"SOS ŻYCIE"**



## Spotkania Seniorów z psychologiem

W ramach projektu pn. „Jesienne aktywności Seniorów” odbyły się indywidualne spotkania Seniorów z Panią dr Joanną Ciapała – psychologiem Pracowni Psychologiczno Psycho- Test z Łańcuta.

Już od roku żyjemy w stanie ogłoszenia pandemii. Ten czas wywołał głębokie zmiany i odcisnął piętno w funkcjonowaniu ludzi na wszystkich płaszczyznach. Jedną z grup, która dotkliwie odczuła zmiany i konsekwencje związane z pandemią są seniorzy. Lęk o własne zdrowie, poczucie izolacji, osamotnienia, długotrwały stres powoduje rozwój uogólnionych zaburzeń lękowych, zaburzeń snu, odżywiania, depresji i nierzadko myśli samobójczych. Zauważalny wzrost lęku antycypacyjnego, poczucie braku kontroli nad własnym życiem, wyczerpanie emocjonalne, niepewność jutra, poczucie niestabilności, rosnąca drażliwość czy gwałtowne wybuchy gniewu to wszystko efekt rzeczywistości, w jakiej przyszło nam żyć.

Coraz częściej rozpoznawane są objawy stresu pourazowego, stany depresyjne, lęki, napady paniki związane z kontaktem z drugim człowiekiem.

Jak pomóc sobie i najbliższym, jak przetrwać ten czas, w którym przyszło nam żyć?

Na pewno trzeba wyznaczać sobie cele możliwe do osiągnięcia:

1. Nie oglądaj telewizji w ciągu dnia lub staraj się ograniczyć jej oglądanie do maksymalnie jednej godziny.
2. Zdrowo się odżywiaj.
3. Wybieraj ruch na świeżym powietrzu.
4. Słuchaj spokojnej, relaksacyjnej muzyki.

Nie łatwo jest się zrelaksować, żyjąc we współczesnym świecie, w którym nasz mózg bombardowany jest milionami informacji na minutę. Dlatego tak wiele osób pragnie uwolnić się od stresu i lęku. Oprócz informacji docierających do nas z zewnątrz, doświadczamy całej masy „zdarzeń wewnętrznych”, takich jak wyobrażenia, wspomnienia, oczekiwania, plany, interpretacje zdarzeń itd. Będąc w trybie ciągłej aktywności i rozproszenia uwagi, wydzielają się w naszym organizmie hormony takie jak kortyzol czy adrenalina - potocznie: hormony stresu.

Rytm pracy serca zwalnia, obniża się ciśnienie krwi, mięśnie mogą się rozluźnić, jelita i żołądek zaczynają lepiej pracować. Techniki relaksacji sprawiają, że mózg odpoczywa. Zmiana codziennego trybu życia wpływa pozytywnie na różne obszary naszego funkcjonowania. Oto niektóre z nich:

- Osiąganie stanu wyciszenia, odprężenia, głębokie-

go relaksu

- Zwiększenie odporności immunologicznej organizmu
- Efektywniejsze regulowanie emocji
- Obniżenie stresu, lęku czy niepokoju
- Poprawa samopoczucia
- Zmniejszenie napięcia mięśniowego
- Lepsza koncentracja, pamięć, kreatywność i procesy uczenia się

Bardzo ważnym sposobem osiągania równowagi psychicznej jest muzykoterapia, która została poddana wielu badaniom naukowym i zyskała status dziedziny medycyny.

Funkcje muzykoterapii:

- odwrócenie uwagi od bólu i lęku, kierując uwagę seniora na muzykę niosącą ukojenie,
- dostarczenie muzycznego bodźca do rytmicznego oddychania,
- zachęcenie poprzez rytm, do wykonywania płynnych ruchów i nucenia, które poprawią oddychanie,
- spowodowanie, aby senior zaczął wyobrażać sobie przyjemne rzeczy i wspominać miłe chwile,
- stworzenie warunków do głębokiego relaksu,
- zmiana nastroju na pogodniejszy,
- koncentrowanie uwagi na pozytywnych myślach i uczuciach oraz na celebrowaniu życia.

Muzykoterapia często okazuje się efektywna, gdy zawodzą inne formy leczenia, szczególnie w wypadku demencji. Zastosowanie tej formy terapii:

- poprawia sen. Dostyc często osoby starsze z chorobą otępienną mają problem z zasypianiem, a odpowiedni rodzaj muzyki – monotonnej i spokojnej, np. F. Chopin „Kołysanka Des – dur”, spowoduje wyciszenie organizmu i przyspieszy zaśnięcie.
- zmniejsza napięcie emocjonalne seniora.
- rozładowuje emocje poprzez krzyk lub głośne mówienie. Możemy wykorzystać niektóre utwory muzyczne,
- rozładowuje napięcie poprzez głośne nucenie melodii. Jest wiele utworów klasycznych i popularnych nadających się do tego typu ćwiczenia, np. M. Ravel „Bolero”, w którym powtarzająca się melodia jest łatwa do nucenia. Mechanizm uwalniania napięcia w ten sposób jest fizjologicznym działaniem organizmu. Nabieramy dużo powietrza do płuc, aby uwolnić je przez gwałtowne wypchnięcie przeponą, co powoduje spięcie mięśni i ich rozluźnienie.
- poprawia odczucia podczas kąpieli. Wielu seniorów, zwłaszcza tych z demencją, odczuwa niechęć przed kąpielą, która spowodowana jest lękiem przed zimnem podczas wychodzenia z kąpieli lub odczuciem



parzenia przy zanurzeniu. Z wiekiem nasza skóra ma zwiększoną wrażliwość na bodźce: zimno-gorąco. Możemy złagodzić ten niepokój przy pomocy muzyki kojarzącej się z latem, wakacjami, wypoczynkiem. Zadbajmy, aby w łazience było ciepło, a woda w wannie niezbyt gorąca, dolejmy cieplejszej wody podczas kąpieli, aby podopieczny czuł się komfortowo i szybko osuszmy jego ciało, gdy wyjdzie z wody.

- wyraźnie redukuje niebezpieczeństwo depresji i lęku.

Mimo wielu badań nad wykorzystaniem muzyki do walki z bólem i strachem nie odkryto powodów, dlaczego te same utwory działają na jednych stymulująco, na innych wcale, a czasami reakcja jest inna od oczekiwanej. Najczęściej wykorzystujemy muzykę łagodną i powolną. Spokojna melodia, wolne tempo, powtarzające się frazy melodyczne, łagodna dynamika składają się na definicję „muzyki uspokajającej”.

Najlepiej wybierajmy muzykę klasyczną, która zdecydowanie dobrze działa na podopiecznych z chorobą wieńcową.

#### Inne sposoby poprawiające samopoczucie seniorów

- Trening Jacobsona - polega na napinaniu i rozluźnianiu mięśni. Pierwsza faza dotyczy napinania danego rejonu ciała i trwa 7 sekund. Natomiast w drugiej fazie, która trwa 15 sekund, rozluźniamy mięśnie, by doświadczyć przyjemnej fali rozluźnienia i relaksu. Trening Jacobsona trwa około 30 minut i zaleca się wykonywanie go raz lub dwa razy dziennie. Konieczne jest też zadbanie o to, aby robić go w ci-

chym miejscu, w pozycji leżącej lub siedzącej.

- Trening Schultza - opiera się wyzwalaniu pozytywnych wspomnień i myśli. Należy wiedzieć, że myśli zajmują naszą głowę dokładnie tym, czym chcemy (w codziennym życiu nasze myśli często są chaotyczne i przeskakują z tematu na temat, co niektórzy określają jako natłok myśli). Wyzwalanie pozytywnych myśli odpowiada za zmniejszenie napięcia mięśni, co wpływa też na doświadczanie spokoju (obszar emocji) i wyciszenie umysłu.

To tylko wybrane tematy i problemy, które zostały poruszone podczas indywidualnych spotkań seniorów z psychologiem. Dla wszystkich uczestników spotkania były bardzo dobrą okazją refleksji nad własnym stylem życia i przyzwyczajeniami oraz stały się załączkiem nowych postanowień i wyzwań dotyczących zmiany dotychczasowego stylu życia.

Wszystkim uczestnikom spotkań bardzo serdecznie dziękujemy i życzymy wszystkiego najlepszego w codziennym senioralnym życiu.

*Maria Rydzik*

## ASOS 2014-2020

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020

Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej

Projekt dofinansowany ze środków Programu Rządowego na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014 - 2020.

## Narodowy Spis Powszechny Ludności i Mieszkań 2021

### INFORMACJA

#### dla seniorów i osób nieposiadających dostępu do Internetu

Gminny Komisarz Spisowy informuje, że w Urzędzie Gminy Grodzisko Dolne zostało utworzone stanowisko do samospisu w którym pracownik Gminnego Biura Spisowego pomoże dokonać czynności spisania się codziennie w godzinach pracy Urzędu Gminy. Zaleca się wcześniejszy kontakt telefoniczny w celu rezerwacji terminu pod numerem **(17) 242 82 65**



„NIE UMIERA TEN, KTO TRWA W PAMIĘCI  
ŻYWYCH ”

## PODZIĘKOWANIE

*Dziękujemy wszystkim, którzy w tak bolesnych dla nas chwilach dzielili z nami smutek i żal, okazali wiele serca i życzliwości oraz uczestniczyli we mszy Św. i ceremonii pogrzebowej naszej kochanej żony, mamy, babci i teściowej*

### Ś.p. Marii Majkut

*Kapłanom sprawującym Liturgię Pogrzebową, rodzinie, przyjaciołom, sąsiadom, koleżankom i kolegom nauczycielom oraz licznym delegacjom składamy serdeczne "Bóg zapłać."*

*- Pogrążona w żałobie rodzina -*

„Można odejść na zawsze, by stale być blisko”  
ks. Jan Twardowski

Wyrazy głębokiego żalu i współczucia rodzinie zmarłego

### Henryka Joniec

składają  
Wójt, Rada i pracownicy  
Urzędu Gminy  
w Grodzisku Dolnym

„Można odejść na zawsze, by stale być blisko”  
ks. Jan Twardowski

Wyrazy głębokiego żalu i współczucia rodzinie zmarłego

### Michała Ołowieckiego

składają  
Wójt, Rada i pracownicy  
Urzędu Gminy  
w Grodzisku Dolnym

„Można odejść na zawsze, by stale być blisko”  
ks. Jan Twardowski

Wyrazy głębokiego żalu i współczucia rodzinie zmarłego

### Jana Misia

składają  
Wójt, Rada i pracownicy  
Urzędu Gminy  
w Grodzisku Dolnym

„Można odejść na zawsze, by stale być blisko”  
ks. Jan Twardowski

Wyrazy głębokiego żalu i współczucia rodzinie zmarłej

### Marii Majkut

składają  
Wójt, Rada i pracownicy  
Urzędu Gminy  
w Grodzisku Dolnym

„Można odejść na zawsze, by stale być blisko”  
ks. Jan Twardowski

**Panu Andrzejowi Rydzikowi**  
pracownikowi urzędu gminy wyrazy głębokiego żalu i współczucia z

powodu śmierci  
**TEŚCIA**  
składają  
Wójt, Rada i pracownicy  
Urzędu Gminy  
w Grodzisku Dolnym

„Można odejść na zawsze, by stale być blisko”  
ks. Jan Twardowski

**Pani Sołtys Marzenie Czech** oraz jej rodzinie  
wyrazy głębokiego żalu i współczucia  
z powodu śmierci

**MAMY**  
składają  
Wójt, Rada i pracownicy  
Urzędu Gminy  
w Grodzisku Dolnym



## Zgłoszenie wypadku przy pracy rolniczej

Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego informuje, że udostępniła na platformie ePUAP usługę „Zgłoszenie wypadku przy pracy rolniczej” oraz składanie wniosku SR-23 o jednorazowe odszkodowanie z tytułu stałego lub długotrwałego uszczerbku na zdrowiu spowodowanego wypadkiem przy pracy rolniczej lub rolniczą chorobą zawodową.

W celu skorzystania z formularza zgłoszenia, użytkownik, po zalogowaniu się do ePUAP, powinien:

- wpisać w wyszukiwarce słowa: zgłoszenie wypadku przy pracy rolniczej
- wybrać sprawę
- wypełnić formularz „Zgłoszenie wypadku przy pracy rolniczej”
- wskazać w formularzu do której jednostki Oddziału Regionalnego KRUS lub Placówki Terenowej KRUS zgłoszenie ma być przekazane.

Zachęcamy wszystkich rolników, szczególnie w cza-

sie pandemii, do korzystania z tej formy zgłaszania wypadku przy pracy rolniczej.



Kasa  
Rolniczego  
Ubezpieczenia  
Społecznego



## Wkrótce rusza sezon kąpielowy nad zalewem „Czyste”

Trwają intensywne prace przygotowawcze związane z otwarciem nowego sezonu kąpielowego nad Zalewem „Czyste”. Gminne służby porządkowe przygotowują teren pod przyjęcie gości i turystów. Obecnie odnawiane są ławeczki, malowane szlabany i słupki zabezpieczające teren wokół zalewu. Zamontowanych zostało 40 koszy na śmieci oraz podpisana została umowa z firmą zajmująca się udostępnianiem przenośnych toalet. Jak co roku wokół molo zostanie wydzielone kąpielisko, czyli strefa bezpiecznej kąpeli i przebywania w wodzie, nad którą czuwać będzie dwóch ratowników wodnych codziennie w godzinach od 11:00 do 19:00.

W sąsiedztwie kąpieliska znajduje się budynek gminnej informacji turystycznej z zapleczem sanitarnym. W tym miejscu znajdować się będą również dwie przebieralnie dla wypoczywających.

Otwarcie kąpieliska planowane jest na dzień 26 czerwca. Sezon kąpielowy trwał będzie do 31 sierpnia 2021. Pamiętajmy, że cały czas na terenie kraju obowiązuje stan epidemii w związku z rozprzestrzenianiem się koronawirusa SARS- CoV-2. Nasze plany i zamierzenia w trakcie sezonu kąpielowego mogą ulec zmianie z uwagi na możliwość wprowadzenia określonych ograniczeń i zakazów. Okres wakacyjny jest czasem, który powoduje często rozluźnienie w stosowaniu się do określonych nakazów postępowania. Przebywając nad zalewem pamiętajmy o obowiązującym dystansie społecz-

nym, zachowując odległość 1,5 metra od innych osób przebywających na plaży. Idąc na plażę nie zapominajmy o środku do dezynfekcji rąk oraz maseczce ochronnej. Będą one nam potrzebne jeżeli będziemy chcieli skorzystać z zamkniętego pomieszczenia, jakim jest toaleta, przebieralnia lub lokal gastronomiczny. Stosując proste zasady sanitarne, obowiązujące w tym czasie, pobyt nad zalewem będzie dla nas przyjemnością i relaksem, a nie przykrym doświadczeniem. Poza spotkaniem z policją lub służbami sanitarnymi, które mogą kontrolować to miejsce pamiętajmy, że jesteśmy cały czas narażeni na niebezpieczeństwo zarażenia koronawirusem. Bądźmy wszyscy za siebie odpowiedzialni!



## INWESTYCJE W SKRÓCIE

### PRZEBUDOWA DROGI POWIATOWEJ NR 1275R LASZCZYNY - BUDY ŁAŃCUCKIE

Generalny Wykonawca firma Colas prowadzi intensywne prace na drodze powiatowej nr 1275R relacji Laszczyzny - Budy Łańcuckie w miejscowości Laszczyzny i Zmysłówka. Obecnie wykonana została kanalizacja deszczowa odprowadzająca wody opadowe do istniejących rowów przydrożnych. Trwają prace związane z układaniem kostki brukowej chodnika na całej długości przebudowywanej drogi. Prace odbywają się zgodnie z harmonogramem. Po ułożeniu chodnika pozostanie Wykonawcy do położenia ostatnia warstwa asfaltu na całej długości drogi objętej przedmiotowym zamówieniem, tzw. warstwa ścieralna.



### MONITORING GMINNY- PRACE INSTALACYJNE

Dobiega końca modernizacja gminnego systemu monitoringu wizyjnego. Inwestycja ma służyć poprawie bezpieczeństwa na drogach publicznych oraz w miejscach użyteczności publicznej z jakich korzystają mieszkańcy tj. budynki użyteczności publicznej, boiska sportowe, parki, place zabaw i zalew. Nowością jest montaż kamer monitorujących najważniejsze skrzyżowania ciągów komunikacyjnych w granicach terytorialnych Gminy Grodzisko Dolne. Na mocy porozumienia Gminy z Policją w zakresie udostępnienia obrazu z systemu kamer funkcjonariusze 24 godziny na dobę będą mogli, wykonując swoje czynności służbowe, korzystać z obrazu jaki przekazują kamery do systemu. Wykonawcą jest firma Global Polska Sp. z o.o. z Tryńcy.



### BUDOWA OŚWIETLENIA W ZMYŚŁÓWCE

Trwa pierwszy etap budowy oświetlenia drogowego w miejscowości Zmysłówka. Obecnie zamontowano 4 oprawy oświetleniowe na drodze „Na Leśniczówkę”. Wykonawcą prac jest firma EL-JOZ - Usługi Elektryczne Rafał Józefko z Giedlarowej. Gmina sukcesywnie inwestuje w budowę oświetlenia drogowego zdając sobie sprawę z tego, że jest to niezbędny element służący bezpieczeństwu jej mieszkańców.





## Z życia Przedsiębiorstwa Gospodarki Komunalnej w Grodzisku Dolnym

### Dwa lata działania PSZOK. Co najczęściej oddajemy i co oddawać powinniśmy?

Punkt Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych w Grodzisku Dolnym funkcjonuje już od dwóch lat i w tym czasie przyjął od mieszkańców ponad 400 ton różnego rodzaju odpadów. Na podstawie prowadzonej ewidencji można stwierdzić, że największą ilość odpadów stanowią tzw. „wielkogabaryty” tj. zużyte meblówki, stare i zniszczone komplety wyposażynkowe, tapczany, krzesła czy materace. Potężna ilość odpadów związana jest z prowadzonymi remontami, gdzie dominuje zdemontowana stolarka drzwiowa i okienna, gruz, szkło budowlane, styropian czy armatura z remontowanych łazienek, kuchni i innych pomieszczeń. Na podstawie bardzo dużej ilości przywiezionych opon samochodowych widać jak bardzo wzrosła świadomość co do stanu opon w naszych pojazdach i ich wpływu na bezpieczeństwo w poruszaniu się w ruchu drogowym. Zużyte opony o łącznej wadze 20 ton stanowiły w 2020 roku drugą największą kategorię przekazanych odpadów.

Spora bo w minionym roku sięgająca prawie 18 ton kategoria odpadu to tworzywa sztuczne jak np. zniszczone zabawki, plastikowe meble, pojemniki oraz sprzęty gospodarstwa domowego i codziennego użytku.

Osobną grupę stanowią odpady niebezpieczne, które zgodnie z definicją stanowią szczególne zagrożenie dla zdrowia ludzi i zwierząt oraz środowiska naturalnego. Ich unieszkodliwienie może odbywać się jedynie w specjalnie do tego przystosowanych zakładach. W tym miejscu należy zwrócić uwagę, że materiałów niebezpiecznych nie wolno wrzucać do odpadów komunalnych zbieranych w trakcie comiesięcznych zbiórek, a należy je oddawać do PSZOK-u.

Są to takie odpady jak:

- zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny,
- resztki farb, lakierów, rozpuszczalniki, środki do konserwacji i ochrony drewna,
- środki ochrony roślin,
- aerozole, środki do dezynfekcji i dezynsekcji,
- odpady zawierające rtęć jak np. tradycyjne termometry, świetlówki,
- zużyte baterie i akumulatory,
- przepracowane oleje,
- przeterminowane leki.

Jest to bardzo ważne by niebezpieczne odpady trafiały do PSZOK-u, który wyposażony jest w specjalne pojemniki i miejsca do ich przechowywania do czasu, zanim trafią do utylizacji. Nie każdy wie, że np. elektrośmieci zawierają wiele szkodliwych substancji, które zmieszane z innymi odpadami czy porzucone na dzikich wysypiskach niszcząc, uwalniają toksyczne związki do gleby, a następnie do wód i łańcuchów pokarmowych organizmów żywych. Zmieszanie z innymi odpadami jak że popularnych baterii powoduje wprowadzenie do środowiska przyrodniczego niebezpiecznych metali ciężkich. Podobnie jest z lekami, których pozbywanie się w nieprawidłowy i niedozwolony sposób przez zmieszanie z innymi odpadami czy wrzucanie

do kanalizacji, stanowi również ogromne zagrożenie dla środowiska, w którym żyjemy, a finalnie dla naszego zdrowia i życia. Pamiętajmy o zasadach gospodarowania odpadami, ponieważ nieodpowiedzialne postępowanie z niebezpiecznymi odpadami jest działaniem przeciwko nam i naszym najbliższym oraz posiadany przez nas zwierzętom.

Dbając o nasze zdrowie i czystość środowiska w którym żyjemy segregujemy odpady niebezpieczne i dostarczamy je do PSZOK-u!

Wśród odpadów niebezpiecznych mieszkańcy gminy najczęściej przekazali zużytych urządzeń elektrycznych i elektronicznych jak wyeksploatowane telewizory, radia, różnego rodzaju odtwarzacze, sprzęt komputerowy, zawierające freon lodówki i zamrażarki oraz oleje silnikowe, świetlówki i leki.

Na terenie PSZOK-u znajdują się również kontenery Polskiego Czerwonego Krzyża (PCK), do których można wrzucić w dobrym stanie odzież, obuwie, plecaki, torebki czy zabawki, które następnie trafią do osób potrzebujących pomocy. Jeżeli natomiast posiadamy odzież zniszczoną i nienadającą się do ponownego użycia możemy również dostarczyć ją do PSZOK-u, gdzie znajduje się osobny kontener przeznaczony na odzież i tekstylia do utylizacji.

Zapraszam mieszkańców Gminy Grodzisko Dolne do korzystania z działalności PSZOK-u, który otwarty jest dwa razy w tygodniu: we wtorek w godz. 13.00 - 17.00 i w sobotę w godz. 9.00 - 13.00.

Wszelkich informacji dotyczących działalności PSZOK-u można uzyskać telefonicznie dzwoniąc na numer biura PGK **(17) 243 64 66** od poniedziałku do piątku w godz. 7.00 - 15.00.

*Marek Ordyczyński*  
Prezes PGK Sp. z o.o. w Grodzisku Dolnym





## Raport z rozbudowy kanalizacji sanitarnej w Laszczynach

Od 18 lutego bieżącego roku trwają prace budowlane przy rozbudowie sieci kanalizacji sanitarnej w Laszczynach. Przedsiębiorstwo Gospodarki Komunalnej w Grodzisku Dolnym otrzymało na realizację zadania dofinansowanie ze środków unijnych w ramach Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020. Całkowity koszt wykonania zadania to 719 292,56 zł brutto. Po zakończeniu inwestycji PGK otrzyma ze środków unijnych zwrot do wysokości 63,63% poniesionych nakładów. By otrzymać wsparcie finansowe ważne jest aby wszystkie prace zostały wykonane zgodnie z założonym harmonogramem, który zakłada zakończenie inwestycji do końca sierpnia bieżącego roku. Zakres robót obejmuje wykonanie 3237,50 mb. kanalizacji sanitarnej, 60 studzienek przelotowych, 24 studni betonowych oraz dwóch przepompowni sieciowych. Na bieżąco oceniane jest tempo realizacji inwestycji i na dzień 12.05.2021r. wykonano ok. 1200mb. sieci kanalizacyjnej, 40 szt. studzienek PVC oraz 3 studnie betonowe. Wykonano wszystkie przewiertki pod drogą powiatową w liczbie 3szt. Ze względu na to, iż projekt został wykonany w 2010 roku, w czasie prac należało w kilku sytuacjach zweryfikować i zmienić przebieg trasy kanalizacji oraz zwiększyć ilość przewiertów z uwagi na powstałe w tym czasie zabudowania, które kolidowały z budowaną kanalizacją. Ponownie dziękujemy mieszkańcom Laszczyn za współpracę przy budowie kanalizacji i rozwiązywaniu wszelkich pojawiających się problemów.

Przypominamy, że dokładnych informacji o rozbudowie kanalizacji w Laszczynach udziela w imieniu Przedsiębiorstwa Gospodarki Komunalnej p. Mariusz Dubiel tel. **535 643 388**. Osoby zainteresowane mogą też uzyskać wszelkie informacje dzwoniąc na telefon PGK **(17) 243 64 66**, czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00 - 15.00

*Marek Ordyczyński*  
Prezes PGK Sp. z o.o. w Grodzisku Dolnym



## PGK Sp. z o.o. - Informacja o nowych taryfach za wodę i kanalizację

Do 2017 roku cena wody i odprowadzania ścieków była corocznie zatwierdzana przez Radę Gminy w Grodzisku Dolnym na podstawie składanego przez Prezesa Przedsiębiorstwa Gospodarki Komunalnej wniosku taryfowego. Od 2018 roku uprawnienie w zakresie zatwierdzania taryf przypisano Państwowemu Gospodarstwu Wodnemu „Wody Polskie”, które jako regulator rozpatruje złożone wnioski taryfowe i podejmuje decyzje o ich wysokości na okres trzech lat. Po raz pierwszy „Wody Polskie” zatwierdzały taryfy w 2018 roku i obecnie kończy się czas ich obowiązywania.

Decyzją Regionalnego Dyrektora Zarządu Gospodarki Wodnej w Rzeszowie z dnia 19 marca została zatwierdzona nowa taryfa, która obowiązuje od 21 kwietnia 2021r. na terenie Gminy Grodzisko Dolne oraz części gminy Leżajsk w miejscowości Chałupki Dębnińskie i Gwizdów, części Gminy Tryńcza w miejscowości Gniewczyzna Łańcucka i części Gminy Żółńca w miejscowości Kopanie Żółńskie.

Nowe stawki taryfowe są wyższe niż wcześniej obowiązujące i jako zarządzający PGK Sp. z o. o. w Grodzisku Dolnym stoję w obowiązku przedstawić powody ich ustalenia. Przy ich ustalaniu wzięto pod uwagę wszystkie aspekty dotyczące funkcjonowania przedsiębiorstwa oraz wpływ nowych taryf na sytuację materialną mieszkańców, szczególnie w trudnym czasie związanym z epidemią. Wzrost opłat wynika ze zwiększających się ciągle kosztów działalności przedsiębiorstwa i konieczności zapewnienia środków na niezbędne remonty, modernizacje

obiektów oraz nowe inwestycje w sprzęt i urządzenia do pracy, a także rozwój sieci wodociągowo-kanalizacyjnej. Wszystkie powyższe nakłady są niezbędne by zapewnić mieszkańcom bezpieczeństwo stałej dostawy wody i odprowadzania ścieków z uwzględnieniem jakości oraz przestrzegania i zachowywania norm sanitarnych. Złożony wniosek do „Wód Polskich” zawierał dane ponoszonych wszelkich kosztów przedsiębiorstwa w przeciągu ostatnich trzech lat. Na podstawie analizy przekazanych danych „Wody Polskie” sprawdzały, czy proponowane wysokości opłat za wodę i kanalizację są skalkulowane we właściwy sposób, zapewniający prawidłową działalność przedsiębiorstwa i czy uwzględniają interes mieszkańców, by nie ponosili nadmiernych i nieuzasadnionych kosztów za dostarczaną wodę i odprowadzane ścieki. Przeprowadzona analiza ekonomiczna działalności przedsiębiorstwa uwzględniała: amortyzację, koszty energii i materiałów, wynagrodzeń, opłaty za korzystanie ze środowiska, podatki od nieruchomości, opłaty i inne koszty uwzględniające remonty, modernizacje i inwestycje na sieci, przy uwzględnieniu corocznej inflacji. Przy ustalaniu nowej taryfy wzięto również pod uwagę fakt, iż cena wody wynosząca w starej taryfie 2,82 zł brutto za 1 m<sup>3</sup> nie zmieniała się od 2018r, tak samo jak cena za odprowadzanie ścieków, która wynosiła 4,21 zł brutto za odprowadzenie 1 m<sup>3</sup>, po uwzględnieniu dopłaty Gminy Grodzisko Dolne wynoszącej 0,81 zł brutto do 1m<sup>3</sup> ścieków.





### Cena wody

W nowej taryfie cena wody w pierwszym roku jej obowiązywania tj. od 21. kwietnia 2021 wynosi 2,72 zł netto a doliczając 8% VAT - 2,94 zł brutto za 1 m<sup>3</sup>. W drugim roku obowiązywania nowej taryfy cena wody zwiększy się o 8 groszy netto, a w trzecim o kolejne 8 groszy netto do 1m<sup>3</sup> zużytej wody. Obecnie zatwierdzona taryfa obowiązywać będzie do kwietnia 2024 roku. Taryfa zakłada zwiększoną o 1 zł netto za każdy miesiąc opłatę abonamentową i wynosić będzie łącznie wraz z podatkiem 3,24 zł brutto dla odbiorcy za każdy miesiąc kalendarzowy w całym trzyletnim okresie obowiązywania nowej taryfy.

### Cena kanalizacji

W przypadku odprowadzania ścieków cena za odbiór ścieków dla odbiorcy po uwzględnieniu dopłaty Gminy Grodzisko Dolne w nowej taryfie wynosi 4,37zł brutto za 1 m<sup>3</sup>, czyli o 16 groszy więcej za 1 m<sup>3</sup> ścieków niż w uprzedniej taryfie. W drugim roku cena zwiększy się o 16 groszy netto, a w trzecim o kolejne 15 groszy netto do 1 m<sup>3</sup> odprowadzanych ścieków. W nowej trzyletniej taryfie znajduje się opłata abonamentowa doliczana do faktur za odprowadzanie ścieków wynosząca kwotę 3,24 zł brutto miesięcznie dla dostawcy ścieków.

Przedsiębiorstwo od lat stara się, by w ramach posiadanych środków wyposażyć się w niezbędny sprzęt i urządzenia. Dzięki wpływom m. in. za wodę i kanalizację kupiliśmy w ostatnich dwóch latach koparkę, nowoczesne urządzenie do czyszczenia kanalizacji oraz samochód na potrzeby pogotowia wodociągowego. Te sprzęty są do dyspozycji i służą mieszkańcom naszej gminy przez 7 dni w tygodniu, pomagając pracownikom przedsiębiorstwa przy usuwaniu awarii i zagrożeń na sieciach. Bez takich sprzętów i urządzeń nie można mówić o sprawnej i bezproblemowej obsłudze systemu gminnych wodociągów i kanalizacji, a tym bardziej o zapewnieniu mieszkańcom stałej dostawy wody i odprowadzania ścieków. W minionych dwóch latach na same remonty, modernizacje i naprawy sieci wodno-kanalizacyjnych przedsiębiorstwo wydało kwotę ponad 300 tys. zł. Za te pieniądze został wykonany m.in. kompleksowy remont przepompowni ścieków nr 3 „Mokrzanka”, wymienione zostały szafy sterownicze i pompy na przepompowniach ścieków oraz poniesione zostały nakłady związane z wymianą i naprawą pomp głębinowych na studniach, z których czerpana jest woda dla mieszkańców gminy. W tym czasie dokonano również wymian odcinków sieci, zasuw, studzienek i hydrantów na terenie całej gminy, które nie nadawały się już do użytku. Skala potrzeb jest jednak znacznie większa, niż obecne możliwości finansowe przedsiębiorstwa. Wynika to przede wszystkim z faktu, iż - niestety - infrastruktura, którą zarządzamy starzeje się. Pilnych napraw i remontów wymagają główne obiekty systemu wodociągowego takie jak stacje uzdatniania wody i wieżowe zbiorniki na wodę. W stanie technicznym wymagającym szybkiej interwencji są niektóre przepompownie ścieków, a oczyszczalnia ścieków w Grodzisku Dolnym z uwagi na posiadającą technologię oraz zużycie w najbliższych latach musi zostać wygaszona. Do tego czasu należy wybudować łącznik przekierowujący ście-

ki do oczyszczalni w Chodaczowie.

Inwestycja ta wiązać się będzie z bardzo dużymi kosztami, na które muszą znaleźć się środki finansowe. Poza planami inwestycyjnymi i zamierzeniami na przyszłość należy pamiętać, że sieć wodociągowa i kanalizacyjna musi być utrzymywana w stałej sprawności technicznej. Aby tak było, na bieżąco należy remontować newralgiczne odcinki oraz wymieniać wyeksploatowane urządzenia i systemy infrastruktury technicznej. Są to bardzo duże koszty, które z roku na rok wzrastają o kilka procent.

Mając na uwadze powyższe niezbędne było wprowadzenie opłaty abonamentowej w kwocie 3,24 zł brutto miesięcznie dotyczącej odbioru ścieków. Musimy w ten sposób pozyskać dodatkowe środki, aby zapewnić stałą gotowość do świadczenia usług odbioru ścieków i tego samego zdania były „Wody Polskie” przy uzgadnianiu ostatecznej wielkości taryfy za odbiór ścieków.

Nie bez znaczenia przy opracowywaniu taryf był również fakt, że od trzech lat Przedsiębiorstwo Gospodarki Komunalnej Sp. z o.o. pozyskuje z sukcesem środki unijne na rozbudowę sieci kanalizacyjnej i wodociągowej na terenie Gminy Grodzisko Dolne. Trzeci, w ostatnim czasie, złożony przez nas wniosek w ramach Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020 został pozytywnie zweryfikowany i w najbliższym czasie powinniśmy podpisać umowę z Samorządem Województwa Podkarpackiego na realizację kolejnego odcinka kanalizacji i wodociągu. A jest o co się starać, bo dofinansowanie budowy sieci wynosi 63,63% poniesionych nakładów. Wartość wszystkich naszych nowych inwestycji dotyczących rozbudowy sieci kanalizacyjnej i wodociągowej wynosić będzie ponad 3,6 mln. zł, z tego prawie 2 mln. zł to środki unijne. Podstawowym warunkiem ubiegania się o unijne pieniądze jest dysponowanie własnymi środkami, aby móc skutecznie rozliczać się z wykonawcami i pokrywać koszty odprowadzania VAT-u z tytułu realizacji tych inwestycji. Aby myśleć o dalszych możliwościach pozyskania środków z nowej zbliżającej się perspektywy unijnej, oprócz udzielanego nam wsparcia ze strony samorządu Gminy Grodzisko Dolne, musimy dysponować sami większymi niż dotąd własnymi możliwościami finansowymi. Licząc na zrozumienie mieszkańców Gminy Grodzisko Dolne zapewniam, że wraz z całą naszą załogą nadal podejmować będziemy wszelkie starania i działania by spełniać oczekiwania mieszkańców związane z rozwojem i jakością świadczonych przez Przedsiębiorstwo Gospodarki Komunalnej Sp.z o.o. wszystkich usług.

Marek Ordyczyński

Prezes PGK Sp. z o.o. w Grodzisku Dolnym

**PGK Sp. z o.o.**  
w Grodzisku Dolnym



### Przedsiębiorstwo Gospodarki Komunalnej Sp. z o.o. w Grodzisku Dolnym zaprasza mieszkańców Gminy do korzystania z następujących usług:

- Budowa przyłączy kanalizacyjnych , budowa przyłączy wodociągowych, usługi brukarskie, sprzedaż piasku żółtego z piaskowni Laszczyzny

#### Świadczone usługi sprzętem:

- Ciągnik Zetor Proxima 70 z przyczepą asenizacyjną (do wywozu nieczystości)
- Samochód IVECO wywrotka
- Samochód AVIA wywrotka+ HDS( z dźwigiem załadunkowym)
- Urządzenie WUKO+ Iveco ( do czyszczenia i udrażniania przyłączy kanalizacyjnych)
- Kosiarka bijakowa SAMASZ+ ciągnik John Deere
- Usługi mini koparką JCB
- Usługa transportu odpadów oddawanych do PSZOK

Wszelkich informacji o świadczonych usługach i ich cenach można uzyskać telefonicznie: **(17) 243 64 66** lub w biurze spółki pod adresem Grodzisko Dolne 134. Biuro czynne od poniedziałku do piątku w godzinach od 7:00 do 15:00.

## STOP POŻAROM TRAW !!!



Już od wielu lat przełom zimy, wiosny oraz przedwiośnie to okresy, w których wyraźnie wzrasta liczba pożarów łąk i nieużytków. Wiele osób wypala trawy i nieużytki rolne, tłumacząc swoje postępowanie chęcią użyzniania gleby. Od pokoleń wśród wielu ludzi panuje bowiem przekonanie, że spalenie trawy spowoduje szybszy i bujniejszy jej odrost, a tym samym przyniesie korzyści ekonomiczne. Jest to jednak całkowicie błędne myślenie.

Rzeczywistość wskazuje, że wypalanie traw prowadzi do nieodwracalnych, niekorzystnych zmian w środowisku naturalnym – ziemia wyjaławia się, zahamowany zostaje bardzo pożyteczny, naturalny rozkład resztek roślinnych oraz asymilacja azotu z powietrza. Do atmosfery przedostaje się szereg związków chemicznych będących truciznami zarówno dla ludzi jak i zwierząt.

Wypalanie traw jest również przyczyną wielu pożarów, które niejednokrotnie prowadzą także do wypadków śmiertelnych. Rocznie w tego rodzaju zdarzeniach śmierć ponosi kilkanaście osób.

Obszary zeszłorocznej wysuszonej roślinności, która ze względu na występujące w tym czasie okresy wegetacji stanowi doskonałe podłoże palne, co w zestawieniu

z dużą aktywnością czynnika ludzkiego w tym sektorze, skutkuje gwałtownym wzrostem pożarów. Za ponad 94% przyczyn ich powstania odpowiedzialny jest człowiek.

Zakaz wypalania traw określony został w Ustawie o ochronie przyrody oraz w Ustawie o lasach, a Kodeks wykroczeń przewiduje za to karę nagany, aresztu lub grzywny, której wysokość może wynieść od 5 tys. do 20 tys. zł. Co więcej, jeśli w wyniku podpalenia trawy dojdzie do pożaru, który spowoduje zagrożenie utraty zdrowia lub życia wielu osób albo zniszczenia mienia wielkich rozmiarów, wtedy sprawca – zgodnie z zapisami Kodeksu karnego – podlega karze pozbawienia wolności nawet do 10 lat.

#### **Wypalanie traw to też ryzyko utraty dopłat z ARiMR.**

Oprócz wspomnianych sankcji wypalającemu grożą również dotkliwie kary, które nakładać może Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa. Zakaz wypalania gruntów rolnych jest jednym z warunków, których rolnicy zobligowani są przestrzegać, aby móc ubiegać się o płatności bezpośrednie oraz płatności obszarowe.

W przypadku jego złamania ARiMR może nałożyć na rolnika karę finansową zmniejszającą wszystkie otrzymane przez niego płatności o 3 proc. W zależności od stopnia winy, może zostać ona obniżona do 1 proc. bądź zwiększona do 5 proc. Jeszcze wyższe sankcje przewidziane są dla tych, którzy świadomie wypalają grunty rolne – muszą oni liczyć się z obniżeniem płatności nawet o 25 proc. Agencja może również pozbawić rolnika całej kwoty płatności bezpośrednich za dany rok, jeśli stwierdzone zostanie uporczywe wypalanie przez niego traw.

*Lasy Państwowe*



## Nadeszła wiosna – porządkujemy ulice

Jak co roku wraz z nadejściem wiosny w naszej gminie przeprowadzany jest szereg prac porządkowych. Czyszczone są ulice i koszone pobocza. Niektóre miejsca nabierają barw nowo posadzonymi kwiatami i roślinami ozdobnymi. Upiększają one drogi, ronda i parki. Powstało wiele kolorowych kompozycji na rabatach i wzdłuż ulic. Mieszkańcy podczas spacerów mogą cieszyć oczy piękną zielenią i wielobarwnymi kwiatami. Odpowiednio pielęgnowane i podlewane będą ozdobą naszych ulic przez długie tygodnie.



## Nie dajcie się nabrać - ARiMR ostrzega rolników i przedsiębiorców

Do Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa dotarły informacje o anonimowej osobie, która podając się za pracownika firmy współpracującej z ARiMR, oferuje „pomoc” przy obsłudze wniosku o przyznanie dofinansowania. Ma ona polegać na tym, że jeśli rolnik zapłaci kurierowi 350 zł, to pracownik Agencji sam zadzwoni do wnioskodawcy i zajmie się obsługą jego wniosku. W związku z tym ARiMR ostrzega rolników i przedsiębiorców, którzy mogą otrzymać taką lub podobną propozycję - nie dajcie się nabrać, nie traćcie pieniędzy.

Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa nie ma nic wspólnego z tego typu działaniami. Podkreślamy, że Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa uruchamiając jakikolwiek mechanizm pomocowy NIGDY nie żąda wpłacenia pieniędzy czy to osobiście, czy za pośrednictwem np. kuriera. Wystarczy złożyć w odpowiednim terminie wniosek o przyznanie pomocy wraz z niezbędnymi załącznikami i poczekać na jego rozpatrzenie.

Prosimy rolników o uważne analizowanie wszelkich

propozycji „pomocy” przy uzyskaniu dofinansowania, które nie pochodzą bezpośrednio od ARiMR. W przypadku, gdy budzą one wątpliwości prosimy o zgłaszanie ich do Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa dzwoniąc na bezpłatny nr infolinii:

**800 38 00 84** w dni robocze w godz. 7.00-19.00.



Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa





## Program priorytetowy „Moja Woda” – drugi nabór wniosków

Celem programu „Moja Woda” jest ochrona zasobów wodnych oraz minimalizacja zjawiska suszy w Polsce dzięki zwiększeniu poziomu retencji na terenie posesji przy jednorodzinnych budynkach mieszkalnych i wykorzystywanie zgromadzonych wód opadowych oraz roztopowych, m.in. przez rozwój przydomowej zieleni i zbiorników wodnych. Instalacje zrealizowane w ramach programu mają na celu zmniejszenie zapotrzebowania na wodę wodociągową, w tym do takich celów jak podlewanie zieleni przydomowej. Jednocześnie zminimalizowanie odprowadzania wód opadowych z posesji do kanalizacji, co powinno zmniejszyć ryzyko lokalnych podtopień oraz pozytywnie wpłynąć na wydajność lokalnej oczyszczalni ścieków.

Beneficjentem programu mogą być osoby fizyczne będące właścicielami lub współwłaścicielami nieruchomości, na której znajduje się budynek mieszkalny jednorodzinny, z wyłączeniem nieruchomości, dla której udzielono już dofinansowania z Programu „Moja Woda”. Dofinansowanie dotyczy również właścicieli nieruchomości, na których dopiero planuje się budowę lub na których rozpoczęto budowę budynku mieszkalnego jednorodzinnego, jednak z zastrzeżeniem, że budynki te muszą zostać oddane do użytkowania zgodnie z prawem, przed złożeniem dokumentów do wypłaty dotacji z Programu. Oddanie do użytkowania może nastąpić albo poprzez uzyskanie decyzji zezwalającej na użytkowanie lub poprzez uprawomocnienie się zgłoszenia.

W drugim naborze na koszty kwalifikowane składają się zakup, dostawa, montaż, budowa oraz uruchomienie, instalacji:

- do zebrania wód opadowych (w tym roztopowych) z powierzchni nieprzepuszczalnych posesji, tj. z da-

chów, chodników, podjazdów (np. łapacze, wpusty, odwodnienie liniowe, przewody odprowadzające wody opadowe bez orywnowania);

- do retencjonowania wód opadowych (w tym roztopowych) w zbiornikach (np. zbiorniki podziemne, zbiorniki nadziemne, „oczka wodne”),
- do retencjonowania wód opadowych (w tym roztopowych) w gruncie (np. rozszczelnienie powierzchni nieprzepuszczalnych, studnie chłonne, drenaż, ogrody deszczowe - bez kosztów nasadzeń);
- do retencjonowania wód opadowych (w tym roztopowych) na dachach - zielone dachy (warstwa drenażowa), bez kosztów nasadzeń;
- do wykorzystania retencjonowanych wód opadowych (w tym roztopowych) (np. pompy, filtry, przewody, zraszacze, sterowniki, centrale dystrybucji wody, inne instalacje umożliwiające zagospodarowanie wody opadowej).

Jako wydatki kwalifikowane należy przyjąć wydatki na zakup komponentów, które są trwałą częścią systemu nawadniania / wykorzystania wód opadowych (w tym roztopowych) oraz koszty adaptacji elementów istniejących, które zostaną wykorzystane w instalacji.”

Dofinansowanie w formie dotacji, na nie więcej niż 80% kosztów kwalifikowanych instalacji, wchodzących w skład przedsięwzięcia opiewa kwotą do 5000 zł na jedno przedsięwzięcie.

**Okres kwalifikowalności kosztów to od 01.06.2020 r. do 30.06.2024 r.**

**Wnioski w drugim naborze do programu „Moja Woda” należy składać do Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Rzeszowie, ul. Zygmuntowska 9, 35-025 Rzeszów tel. 17 853 63 61**

WFOŚiGW

**Program  
Moja Woda**

zwrot **80%** wartości inwestycji  
nawet **5000 zł** dofinansowania



## Baza wiedzy o Programie „Czyste Powietrze” 2.0



Główne informacje o Programie „Czyste Powietrze”:

### 1. Poziom dofinansowania

- Do 20 tys zł w podstawowej wersji
- Do 32 tys zł dla mniej zamożnych (wymóg zaświadczenie o dochodzie wydany przez GOPS w Grodzisku Dolnym)
- Dodatkowe bonusy za instalacje pompy ciepła oraz instalację fotowoltaiczną

### 2. Ulga termomodernizacyjna

- Do 53 tys zł ulgi termomodernizacyjnej w rozliczeniu PIT
- Dotacje w ramach programu „Czyste Powietrze” można łączyć z termomodernizacyjną ulgą podatkową (korzyści uzyskane przez beneficjenta wzajemnie się uzupełniają)

### 3. Dwie ścieżki składania wniosków w programie

- Elektronicznie przez Internet na rządowym portalu [czystepowietrze.gov.pl](http://czystepowietrze.gov.pl)
- Papierowo przez „Portal Beneficjenta” dostępny na stronie właściwego WFOŚiGW

### 4. Przydatne narzędzia pomocne przy wypełnianiu wniosków:

- [Czyste-urządzenia.ios.edu.pl](http://Czyste-urządzenia.ios.edu.pl) – lista urządzeń grzewczych na paliwa stałe, ciepłe i gazowe, a także urządzeń wykorzystujących OZE (kolektory słoneczne, panele fotowoltaiczne, pompy ciepła) akceptowanych przez WFOŚiGW
- [Lista-zum.ios.edu.pl](http://Lista-zum.ios.edu.pl) - nowa rozbudowana lista z dodatkowymi elementami: materiały izolacyjne, stolarka okienna i drzwiowa.

### 5. Kalkulatory

- [kalkulatorczystepowietrze.kape.gov.pl](http://kalkulatorczystepowietrze.kape.gov.pl) pomaga wyliczyć grubość izolacji termicznej domu przy ocieplaniu wybranych przegród budowlanych (m.in. ścian, stropodachu, podłóg) oddzielających pomieszczenia ogrzewane od nieogrzewanych.
- [czystepowietrze.gov.pl/kalkulator-dotacji](http://czystepowietrze.gov.pl/kalkulator-dotacji) ułatwia wyliczenie kwoty dotacji na planowane przedsięwzięcie w zależności od wybranych zadań kwalifikujących się do dofinansowania.

### 6. Strona internetowa i infolinia

[czystepowietrze.gov.pl](http://czystepowietrze.gov.pl)  
Infolinia nr. **22 340 40 80**  
Czynna od poniedziałku do piątku  
w godz. 8:00-16:00



## Kamizelki odblaskowe dla uczniów

W trosce o bezpieczeństwo dzieci i młodzieży dla wszystkich szkół i ochronki na terenie naszej gminy zostały zakupione i przekazane dzieciom kamizelki odblaskowe. Część uczniów, którzy wrócili do szkoły już je odebrała, reszta zrobi to po wznowieniu nauki w szkole.

Nadeszła wiosna, ciepła i słoneczna aura zachęca dzieci i młodzież do coraz częstszego i dłuższego przebywania na świeżym powietrzu. Dzieci jeżdżą na rowerach i rolkach, porusza-

ją się po ulicach, przesiadują w parkach. Namawiamy ich do noszenia kamizelek i odblasków, które zwiększają ich bezpieczeństwo na drodze.

**Noszenie odblasków i kamizelek odblaskowych jest bardzo ważne. Zgodnie z ustawą Prawo o ruchu drogowym zakładanie ich na obszarach poza terenem zabudowanym i po zmroku to obowiązek każdego pieszego!**



## Rowerem po drodze – podstawowe zasady

Rower to bardzo popularny środek transportu. Jest ekonomiczny, ekologiczny i - co najważniejsze w czasie pandemii - bezpieczny dla użytkowników. Aby to bezpieczeństwo zachować należy respektować obowiązujące zasady.

### Obowiązkowe wyposażenie roweru:

- z przodu - co najmniej jedno światło pozycyjne barwy białej lub żółtej selektywnej (może być światło migające),
- z tyłu - co najmniej jedno światło odblaskowe barwy czerwonej o kształcie innym niż trójkąt
- co najmniej jeden skutecznie działający hamulec,
- dzwonek lub inny sygnał ostrzegawczy

### Rowerzysta jest zobowiązany:

- korzystać z drogi dla rowerów lub pasa ruchu dla rowerów, jeśli są one wyznaczone dla kierunku, w którym się porusza,
- zachować szczególną ostrożność i ustępować miejsca pieszym, gdy porusza się po drodze dla rowerów i pieszych.
- Jeśli nie ma drogi przeznaczonej specjalnie dla rowerzystów lub nie można z niej korzystać np. z powodu robót drogowych, wtedy kierujący rowerem powinien poruszać się poboczem, a jeżeli nie nadaje się ono do jazdy – jezdnią (możliwie blisko prawej krawędzi)
- powinien zachować szczególną ostrożność przy włączaniu się do ruchu przed wjazdem na drogę publiczną z własnego podwórka lub drogi podporządkowanej.

### Rowerzysta może korzystać z chodnika lub drogi dla pieszych, gdy:

- opiekuje się osobą w wieku do 10 lat kierującą rowerem,
- szerokość chodnika wzdłuż drogi, po której ruch pojazdów jest dozwolony z prędkością większą niż 50 km/h, wynosi co najmniej 2 metry,
- warunki pogodowe zagrażają bezpieczeństwu rowerzysty na jezdni (śnieg, silny wiatr, ulewa, gołoledź czy gęsta mgła).

### Jazda z dzieckiem na rowerze:

- Dzieci poniżej 10-tego roku życia mogą poruszać się na rowerze jedynie pod opieką osoby dorosłej.
- Dziecko w wieku do 7 lat może być przewożone na rowerze pod warunkiem, że jest ono umieszczone na dodatkowym siodelku zapewniającym bezpieczną jazdę. Dozwolone jest przewożenie dziecka w przyczepie rowerowej. Przewozić dziecko na rowerze lub w przyczepie rowerowej może tylko osoba, która ukończyła 17 lat.

### Rowerzysta, a przejście dla pieszych

Zbliżając się do przejścia dla pieszych rowerzysta jest obowiązany zachować szczególną ostrożność i ustąpić pierwszeństwa pieszemu znajdującemu się na przejściu.

Rowerzysta ma zakaz:

- wyprzedzania pojazdu na przejściu dla pieszych i bezpośrednio przed nim, z wyjątkiem przejścia, na którym ruch jest kierowany,
- omijania pojazdu, który jechał w tym samym kierunku, lecz zatrzymał się w celu ustąpienia pierwszeństwa pieszemu,

- jazdy wzdłuż po przejściu dla pieszych.
- jazdy po jezdni obok innego uczestnika ruchu, (dopuszcza się wyjątkowo jazdę po jezdni kierującego rowerem obok innego roweru lub motoroweru, jeżeli nie utrudnia to poruszania się innym uczestnikom ruchu albo w inny sposób nie zagraża bezpieczeństwu ruchu drogowego),
- czepiania się pojazdów,
- jazdy bez trzymania co najmniej jednej ręki na kierownicy oraz nóg na pedałach,
- kierowania rowerem w stanie nietrzeźwości, w stanie po użyciu alkoholu lub środka działającego podobnie do alkoholu,
- korzystania podczas jazdy z telefonu

Bezpieczeństwo rowerzystów zależy również od innych uczestników ruchu przede wszystkim kierowców samochodów.

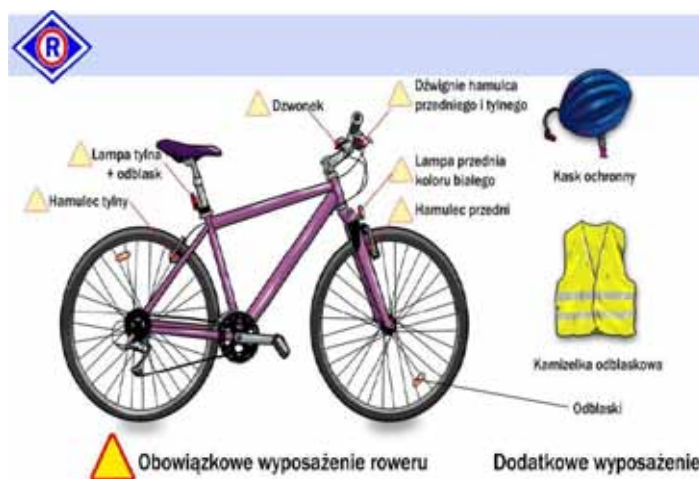
### Kierowca pojazdu:

- zbliżając się do przejazdu dla rowerzystów jest obowiązany zachować szczególną ostrożność i ustąpić pierwszeństwa rowerzyście znajdującemu się na przejeździe,
- jeżeli skręca w drogę poprzeczną, również jest obowiązany zachować szczególną ostrożność i ustąpić pierwszeństwa rowerzyście jadącemu na wprost po jezdni, pasie ruchu dla rowerów, drodze dla rowerów lub innej części drogi, którą zamierza opuścić,
- przejeżdżając przez drogę dla rowerów poza jezdnią jest obowiązany ustąpić pierwszeństwa rowerzyście,
- ma zakaz wyprzedzania pojazdu na przejeździe dla rowerzystów i bezpośrednio przed nim,
- podczas wyprzedzania rowerzysty jest obowiązany zachować od niego odstęp nie mniejszy niż 1 m.

## Rowerzysto! Zadbaj o własne bezpieczeństwo!

Jadąc rowerem korzystaj z kasku ochronnego i elementów odblaskowych. Zakładaj kamizelkę odblaskową lub szelki odblaskowe.

Źródło: Policja





### Duże zmiany dla pieszych i kierowców

Nowe uprawnienia i obowiązki uzyskają zarówno piesi, jak i kierowcy. Nowe przepisy wejdą w życie od 1 czerwca. Co się zmieni?

Zmiany mają na celu poprawę bezpieczeństwa uczestników ruchu drogowego, w tym przede wszystkim pieszych. Zgodnie z nowymi regulacjami pieszy znajdujący się tuż przed przejściem będzie miał pierwszeństwo przed każdym pojazdem. Kierujący pojazdem, zbliżając się do przejścia dla pieszych, będzie zobowiązany zachować szczególną ostrożność i zmniejszyć prędkość, aby nie narazić na niebezpieczeństwo pieszego.

Co ważne, ustawa wprowadza zakaz używania telefonów komórkowych oraz innych urządzeń upośledzających prawidłową percepcję, zwłaszcza wzrokową przez osoby znajdujące się na przejściu dla pieszych.

Zmieni się także dopuszczalna prędkość pojazdów w obszarze zabudowanym. Niezależnie od pory dnia, będzie to 50 km/h. Dotychczas w nocy, czyli od godziny 23 do 5 rano, dopuszczalna prędkość na takim obszarze wynosiła 60 km/h. Zmiany dotyczą także poruszania się na drogach ekspresowych oraz autostradach. Kierujący pojazdem podczas przejazdu autostradą i drogą ekspresową będzie obowiązany zachować minimalny odstęp między pojazdem, którym kieruje, a pojazdem jadącym przed nim na tym samym pasie ruchu. Od-

stęp ten wyrażony w metrach powinien pozostawać nie mniejszy niż połowa liczby określającej prędkość pojazdu, którym porusza się kierujący.

Źródło: [nowiny24.pl](http://nowiny24.pl)

### Zwiększamy bezpieczeństwo w ruchu drogowym!

**Większa ochrona pieszego:**

- Obowiązkiem kierowcy będzie ustąpienie pierwszeństwa także pieszemu wchodzącemu na przejście
- Zakaz korzystania z telefonów komórkowych podczas przechodzenia przez jezdnię lub torowisko

MINISTERSTWO INFRASTRUKTURY  
Krajowa Rada Bezpieczeństwa Ruchu Drogowego

### Mandat za spacer z psem bez smyczy

Wiosna to czas wzmożonej aktywności fizycznej. Pogodna aura zachęca do korzystania ze świeżego powietrza, spacerów i wycieczek rowerowych. Niestety bardzo często odpoczynek ten jest zakłócany przez biegające bez żadnej kontroli psy. Czasem małe i niegroźne, ale zdarzają się też duże i agresywne. Pomimo nakazu stosowania odpowiedniej opieki nad swoimi pupilami i zachowaniu odpowiednich środków ostrożności wciąż zbyt wiele psów bez nadzoru porusza się po ulicach.

10 kwietnia 2021 weszły w życie przepisy znajdujące się w rozporządzeniu Prezesa Rady Ministrów, które zmieniają wysokość mandatów nakładanych na właścicieli psów. Nowe przepisy nakładają mandat m.in. za wyjście na spacer bez smyczy i kagańca, za nieupilnowanie czworonoga, który mimo zabezpieczenia zaatakował inną osobę lub zwierzę, a także za wypuszczenie psa na nieogrodzoną posesję.

Grzywnę w wysokości 250 zł otrzymają właściciele psów, którzy odpowiednio nie zabezpieczą swojej posesji przed wydostaniem się z niej psa. Nawet do 500 zł zapłacą opiekunowie, którzy idąc na spacer z psem rasy uznawanej za niebezpieczną bez założonego kagańca.

Zakaz dotyczy również puszczenia psa bez smyczy w lesie, grozi za to kara grzywny od 20 zł do 5 tys. zł.

Pies, swobodnie poruszający się po lesie, może nie tylko się zgubić, ale również spowodować tragiczną sytuację z udziałem dzikich zwierząt. Złęcznione przez psa zwierzę, uciekając, może wybiec np. na szosę, po której poruszają się pojazdy, powodując kolizję drogową stanowiącą zagrożenie dla życia ludzkiego. - Zdarzają się również wypadki kiedy dziko żyjące zwierzęta (np. dziki), czując zagrożenie, chcą się obronić i atakują psa.

Źródło: [prawo.pl](http://prawo.pl)  
[gazetalubuska.pl](http://gazetalubuska.pl)



## Żegnamy zimą, witamy wiosnę!

Po długiej zimie wszyscy z tęsknotą wyczekujemy wiosny, która daje powód do radości dla wszystkich zmęczonych zimą i wczesnie zapadającym zmrokiem.

Gdy nadchodzi wiosna wszystko budzi się do życia, a jej zapach wyczuwany w powiewie wiatru ożywia ciało i duszę.

Wychowankowie Ośrodka Rewalidacyjno – Wychowawczego w Laszczynach również pożegnali zimą i radośnie powitali wiosnę. Na znalezienie jej oznak długo nie trzeba było czekać, ponieważ w pobliskim zagajniku pobudziła już drzewa z zimowego snu.

Jednym ze zwyczajów witania wiosny jest sięgająca prastoiwianskich czasów tradycja topienia marzanny – kukły, która jest symbolem odchodzącej zimy. Miało to ją odpędzić i przywołać wiosnę. Z czasem obrzęd przybrał formę zabawy, w której ochoczo biorą udział dzieci, młodzież i dorośli.

Przywitanie wiosny okazało się nie tylko wspaniałą zabawą, ale także rehabilitacją dla wychowanków ośrodka z twarzy, których w tym dniu nie schodził uśmiech.

OREW



## „Szczęśliwy dom, gdzie boćki są”

Przyroda ewidentnie daje nam sygnały, że mamy wiosnę. Wymęczone, brudne, widać że osłabione, ale są! Nasze wyczekiwane bociany, które powracają z dalekich krajów przemierzając tysiące kilometrów po to by wydać na świat młode i przeżyć.

Początek sezonu letniego w Europie to dla nich otwarcie wielkiej stołówki. W tym czasie na sawannowych obszarach północnej Afryki i krajach Afryki Wschodniej - od Egiptu i Sudanu po RPA, gdzie spędzają zimą, rozpoczyna się pora sucha, która ogranicza dostępność pożywienia. Pamiętajmy, że bocian biały podlega ochronie ścisłej. Pomimo przychylnego nastawienia ze strony ludzi jest on narażony na wiele niebezpieczeństw. Istotne zagrożenie stanowią dla niego napowietrzne linie energetyczne, na których ginie wiele ptaków. Pisklęta zaplądają się dość często w plastikowe sznurki, którymi dorosłe osobniki wyścielają gniazda. Niepokojącym zjawiskiem jest

także zmniejszanie się obszarów żerowisk, wywołane zagospodarowaniem terenów otwartych.

MK





## Szkoła w Grodzisku Górnym z Akredytacją Erasmus+

Grupa 9 nauczycieli z Zespołu Szkół im. prof. Franciszka Leji w Grodzisku Górnym, która bierze udział w trwającym projekcie Erasmus+ podjęła się kolejnego wyzwania, jakim było ubieganie się o uzyskanie Akredytacji w tymże programie. Wniosek zawierający plan Erasmusa, został opracowany i złożony w październiku 2020 r., a w lutym 2021 r. otrzymaliśmy wiadomość o jego akceptacji. Rywalizacja była duża, gdyż zaakceptowanych zostało jedynie 159 wniosków składanych w całym kraju wśród przedszkoli, szkół podstawowych oraz ponadpodstawowych w sektorze Edukacja Szkolna. Przyznanie Akredytacji jest gwarancją regularnego otrzymywania dofinansowania na działania związane z mobilnością w ramach programu Erasmus+.

Nasza szkoła otrzymała Akredytację dotyczącą Akcji 1. Mobilność edukacyjna. Wspiera ona szkoły i inne organizacje w obszarze edukacji szkolnej, które chcą zorganizować wyjazdy edukacyjne dla uczniów i pracowników szkół. Organizacje te powinny promować w swych działaniach włączenie społeczne i różnorodność, zróżnicowanie środowiskowe oraz edukację cyfrową wykorzystując finansowanie przewidziane w programie. Ponadto akcja ta ma za zadanie poprawę jakości nauczania i uczenia się poprzez wspieranie doskonalenia zawodowego nauczycieli, członków kadry kierowniczej szkół i innych pracowników szkół, promowanie wykorzystywania nowych technologii i innowacyjnych metod nauczania, poprawę uczenia się języków i zwiększenia różnorodności językowej w szkołach oraz wspieranie wymiany i przekazywania najlepszych praktyk w dziedzinie nauczania i rozwoju szkół.

### Wsparciem objęte są następujące działania:

Dla kadry:

- prowadzenie zajęć dydaktycznych
- organizowane kursy lub szkolenia za granicą
- obserwacja pracy innych placówek edukacyjnych

Dla uczniów:

- mobilność grupowa uczniów
- krótkoterminowa mobilność edukacyjna uczniów
- długoterminowa mobilność edukacyjna uczniów

Inne działania:

- zapraszanie ekspertów
- goszczenie nauczycieli i edukatorów w trakcie szkolenia
- wizyty przygotowawcze

Jest to kontynuacja programu Erasmus+ na rzecz kształcenia, szkolenia, młodzieży i sportu. Akredytacja została przyznana naszej szkole na lata 2021-2027. Oznacza to uproszczony dostęp do możliwości uzyskania dofinansowania w ramach Akcji 1 i jest gwarancją otrzymywania środków na działania związane z mobilnością w ramach programu Erasmus+, stanowiąc rodzaj „biletu wstępu do programu”. Nasza szkoła skorzysta ze specjalnego instrumentu finansowania otwartego tylko dla placówek z Akredytacją. W związku z tym wnioski o środki na działania opierają się na wcześniej zatwierdzonym planie Erasmus+. Plan realizacji wszystkich aktywności musi wpisywać się w szeroko pojęty rozwój naszej placówki i ma stać się realną szansą na rozwój każdego ucznia oraz przedstawiciela kadry szkolnej.

Stanisław Rydzik



## Wirtualne działania w ramach projektu „Robotyczna szkoła humanistów”



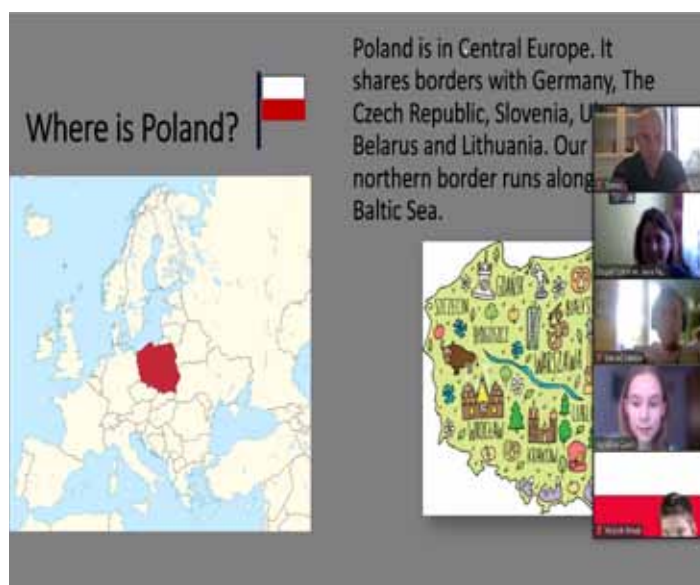
Zespół Szkół im. Jana Pawła II w Grodzisku Dolnym rozpoczął realizację projektu „Robotyczna szkoła humanistów” finansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Programu Erasmus+ sektor Edukacja szkolna. Niestety trwająca sytuacja epidemiologiczna wpływa znacząco na zaplanowane działania. Na razie nie ma możliwości podróżowania, ale odbywają się spotkania online przedstawicieli wszystkich szkół zaangażowanych w projekt: naszej placówki, szkoły litewskiej Mazeikiai Senamiestis Low Secondary School, bułgarskiej First Primary School „St. St. Cyril and Methodius” oraz włoskiej Istituto Comprensivo Statale „S. Quasimodo”

Na początku odbyły się dwa spotkania online nauczycieli. Były one bardzo merytoryczne, ale i twórcze. Mieliśmy okazję pierwszy raz się zobaczyć, powiedzieć coś więcej na swój temat i przekazać wiele cennych informacji o środowiskach szkolnych. Został ustalony harmonogram działań na najbliższe miesiące. Do tej pory udało się wyłonić logo projektu w ramach konkursu międzynarodowego. Jednak najważniejszym momentem było poznanie wszystkich osób zaangażowanych w działania

projektowe. W wideokonferencji brało udział ponad 60 osób z 4 krajów: nauczycieli i uczniów. Grupa z każdego państwa w interesujący sposób przedstawiła swój kraj i szkołę. Na podsumowanie została przeprowadzona ciekawa gra z Kahoot, która dotyczyła wiedzy na temat Polski, Litwy, Bułgarii i Włoch.

Pierwsze lody przełamane, kontakty nawiązane. Przed nami nowe wyzwania i doświadczenia, które na pewno wyzwolą pozytywne emocje. Prezentacje i filmiki wzbudziły marzenia o wyjazdach i poznawaniu świata rzeczywistego.

Monika Fila  
koordynator projektu



## Podsumowanie akcji dla schroniska „Kundelek”

Szkolne Koło Wolontariatu SP Wólka Grodziska, prowadziło akcję pomocy zwierzętom ze schroniska „Kundelek” w Rzeszowie. Celem tego przedsięwzięcia było kształtowanie postawy przyjaciela zwierząt, zachęcanie dzieci i młodzieży do aktywnego włączania się do akcji charytatywnych oraz poprawa komfortu życia zwierząt, którym nie udało się jeszcze trafić do kochającego domu.

Wspólnymi siłami udało się zebrać kilkadziesiąt kilogramów suchej oraz mokrej karmy oraz innych potrzebnych rzeczy.

Na pomoc nigdy nie jest za późno. W każdej chwili można wesprzeć schronisko na kilka sposobów! Oczywiście największą pomocą jaką można ofiarować podopiecznym to stworzenie stałego lub tymczasowego, odpowiedzialnego domu.

Najbardziej popularnym sposobem pomocy jest zbiórka darów. Można zorganizować ją wśród swoich znajomych, w pracy lub szkole. Coraz częściej Darczyńcy decydują się na zbiórkę podczas uroczystości takich jak śluby czy urodziny. Dzięki hojności wielu dobrych ludzi, zwierzaki mają zapewniony codzienny posiłek i suche posłania.

Przekazanie jednego procentu podatku to również częsta forma wspierania działań schroniska. Aby przekazać swój 1% podatnicy muszą jedynie podać w składanym przez siebie zeznaniu podatkowym dane pozwalające na właściwe zidentyfikowanie organizacji pożytku publicznego, której konto chcieliby zasilić, czyli numer wpisu do Krajowego Rejestru Sądowego

Przecież nie od dziś wiadomo, że zwierzak może być najlep-

szym przyjacielem człowieka.

Serdeczne podziękowania należą się wszystkim tym, którzy włączyli się w akcję



Szkolne Koło  
Wolontariatu  
SP Wólka Grodziska



## „Dzień Bezpiecznego Internetu 2021”

Dzień Bezpiecznego Internetu kolejny raz obchodzony był w Zespole Szkół im. Jana Pawła II w Grodzisku Dolnym.

Jego celem w tym roku było inicjowanie i propagowanie działań na rzecz bezpiecznego dostępu dzieci i młodzieży do zasobów internetowych, zaznajomienie rodziców, nauczycieli i wychowawców z problematyką bezpieczeństwa online oraz promocją pozytywnego wykorzystywania internetu.

Obecnie edukacja na rzecz bezpiecznego internetu stała się szczególnie ważna, gdyż pandemia spowodowała, że młodzi ludzie jeszcze więcej czasu spędzają przy komputerze i smartfonie, dlatego w szkole podejmowane były różne działania zmierzające do propagowania idei bezpiecznego i mądrego korzystania z zasobów internetu. Zarówno o korzyściach i dobrych stronach ale przede wszystkim o zagrożeniach rozmawiano w czasie lekcji wychowawczych online prowadzonych przez pedagoga szkolnego oraz wychowawców. Przedszkolaki z grupy starszej i młodszej uczestniczyły w zajęciach edukacyjnych „Necio.pl”, w czasie których również poznawały zasady bezpiecznego internetu. Najmłodszy poprzez wspólną zabawę, rozwiązywanie ćwiczeń i rozmowę przyswajali wiedzę na temat bezpiecznego korzystania z internetu. Bohaterem projektu był robocik Ne-

cio. Uczniowie z klas 2 i 3 oraz 4-7 chętnie zaangażowali się w konkurs plastyczny na grafikę komputerową, krzyżówkę, grę planszową oraz konkurs literacki o tematyce bezpieczeństwa w sieci. Uczniowie wykazali się kreatywnością, wiedzą o zagadnieniach związanych z internetem, ale też własnym doświadczeniem, jako użytkowników świata wirtualnego.

Izabela Grzywna



## „MegaMisja” – sukcesy uczniów Szkoły Podstawowej w Laszczynach

„MegaMisja” to nieodpłatny ogólnopolski program edukacyjny dla szkół podstawowych, adresowany do nauczycieli oraz dzieci w wieku 6-10 lat. Celem programu jest podniesienie wiedzy i cyfrowych kompetencji nauczycieli, wychowawców świetlic oraz uczniów. Autorom programu zależy, aby najmłodszy byli bezpiecznymi i świadomymi użytkownikami multimedialnych, a nauczyciele mieli dostęp do sprawdzonych materiałów, dzięki którym mogą prowadzić nowoczesne zajęcia dla dzieci. „MegaMisja” daje solidną bazę do mądrego i bezpiecznego poruszania się po świecie, w którym dzisiaj nie obędziemy się bez technologii.

Uczestnicząc w programie uczniowie klasy II mieli okazję sprawdzić na czym polega prawidłowa i dobra komunikacja z innymi. Jak zwracać się do innych osób kulturalnie i z szacunkiem. Jak skutecznie znaleźć nić porozumienia pomiędzy osobami oraz zrozumieć się nawzajem używając jedynie gestów, obrazów i dźwięków. Z łatwością rozpoznawali komunikaty formalne i nieformalne. Najbardziej przypadła im do gustu zabawa w kalambury. Dzięki niej utrwaliли sobie sposoby komunikowania za pomocą obrazów i gestów. Równie mocno spodobała im się zabawa w komunikowanie za pomocą dźwięków, którą chcieli powtarzać wiele razy.

Drugoklasiści uczestniczyli również w zajęciach „Akcja – Komunikacja”, podczas których dowiedzieli się, jakie zasady obowiązują podczas komunikowania się przez telefon, sms-y, maile. Przypomnieli sobie również, że nie należy nikogo obrażać ani używać brzydkich słów bez wzglę-

du na to, z kim się komunikujemy.

Były również zajęcia dotyczące tematyki świata fikcji i świata rzeczywistego.

Dzięki technologiom dzieci mogą uczyć się wielu nowych rzeczy, poznawać świat, rozwijać pasje. Często bardzo sprawnie posługują się tabletem, smartfonem i innymi sprzętami, ale same techniczne umiejętności nie wystarczają, by bezpiecznie i skutecznie komunikować się z innymi ludźmi.

Program „MegaMisja” to wspaniałe narzędzie do poznawania świata przez dzieci. Poprzez formułę gry i zabawy prowadzi do zainteresowania i fascynacji otaczającym światem i mechanizmami w nim zachodzącymi. Bohaterowie, którymi się posługuje zadają mnóstwo pytań dzieciom na temat otaczającego je świata oraz wymuszają podejmowanie przez nie aktywności. Dodatkowo dzieci, pracując w grupie i podejmując różne zadania w programie, zdobywają punkty i realne nagrody dla szkoły w tym: sprzęt multimedialny, książki, materiały plastyczne i inne atrakcyjne rzeczy. W ostatnim czasie w ten sposób szkoła zdobyła tablet, zestaw fantastycznych gier i książek.

SP Laszczyny





## „Gazeta z Grodziska i Okolic” świętuje swoje 30-te urodziny

Aż trudno uwierzyć, ale to prawda! Nasza grodziska gazeta jest z nami bez przerwy przez równe 30 lat.

Aczkolwiek droga do powstania tego czasopisma była nieco zawiła, to po długich przemyśleniach pomysł został wreszcie doprowadzony do końca i w sierpniu 1991 roku ukazał się pierwszy numer „Gazety Grodziskiej”, bo taki tytuł wtedy przyjęto. Wydawcą gazety został Ośrodek Kultury w Grodzisku Dolnym, co zresztą jest niezmiennie do dnia dzisiejszego. W 1991r. ukazały się jeszcze trzy kolejne egzemplarze grodziskiego biuletynu.

„Gazeta z Grodziska i okolic” jak sama nazwa wskazuje jest serwisem informującym na bieżąco (i nie tylko) o wszystkich przejawach życia gminy, problemach i sprawach jej mieszkańców. Jest w niej miejsce dla każdego i każdej informacji mającej znaczenie dla lokalnej społeczności. Każdy może do niej napisać, by podzielić się z innymi wiadomościami, ważnymi informacjami, wnioskami, przemyśleniami i spostrzeżeniami bez względu na temat czy dziedzinę, której dotyczy pisemna wypowiedź.

Wracając jednak do historii naszej gazety warto przypomnieć czytelnikom, iż owe pierwsze wydania miały raczej charakter czysto informacyjny i liczyły zaledwie kilka stron (6 – 8). Tworzone były przez kolegium redakcyjne, którego redaktorem naczelnym był ówczesny dyrektor Ośrodka Kultury pan Kazimierz Kryla, a następnie od 1998 do 2007 Arkadiusz Telka. W tamtym czasie, jak również w latach następnych, z grodziską gazetą współpracowały takie wybitne osobistości jak: Jan Grad, o. Zdzisław Grad, Bogumił Pempuś.

Początkowo, tj. do końca 1996r., składaniem i drukowaniem gazety zajmowały się różne firmy, m.in. z Leżajski czy Rzeszowa. Jednak całe przygotowanie do druku spoczywało na Ośrodku Kultury, a wkrótce samo składanie i drukowanie oraz kolportowanie pozostało w gestii

tej placówki.

Z biegiem czasu zawartość biuletynu stopniowo zwiększała objętość i zmieniała swoją szatę graficzną, w treściach pojawiały się informacje, ciekawostki i wydarzenia nie tylko z „grodziskiego kręgu”, przybywało zdjęć.

Wraz z nastaniem 2007 roku prowadzenie redakcji Grodziskiej Gazety objęła Małgorzata Halasa. Wówczas też wprowadzone zostały stałe działy w układzie treści każdego numeru, takie jak: aktualności, wychowanie i edukacja, kultura, ciekawostki i ogłoszenia.

Dla informacji czytelników o ich kontakcie z gazetą ważną jest również szata graficzna. W tym miejscu trzeba zatem przypomnieć, iż do numeru 2/2010 nasza gazeta w całości była w czarno-białej grafice. Począwszy od 3 numeru tegoż roku w kolorze pojawiła się strona tytułowa wraz z całą okładką. Wnętrze tekstowe nadal jednak pozostawało czarno-białe. Jednak ostatni numer tego rocznika wzbogacony został w kolorową wkładkę. Taki stan rzeczy utrzymywał się przez kilka kolejnych lat. W roku 2017 pojawiły się dwa w całości kolorowe wydania grodziskiej gazety. Był to numer 5 oraz podwójny 7-8. Rok 2018 przyniósł nam już w pełni kolorowy biuletyn. Jesienią 2019 roku redagowanie gazety przejęła p. Magdalena Kowal, a obecnie zajmuje się nią p. Anna Joniec.

Analizując całokształt istnienia „Gazety z Grodziska i okolic” możemy stwierdzić, iż ulegała ona zmianom i przeobrażeniom tak samo jak zmieniająca się wokół rzeczywistość. Zmieniają się czasy, zmieniają się obyczaje, gusty, nawyki i oczekiwania. W aspekcie tych przemian gazeta grodziska była i jest zawsze na bieżąco informując o życiu, kulturze, pasjach i mentalności lokalnej społeczności, bo taka była zresztą idea jej założycieli.

Małgorzata Burda-Król





## Kleszcze - dlaczego są groźne?

Choroby odkleszczowe to jedno z największych naturalnych zagrożeń występujących w naszym klimacie.

Kleszcze żyją głównie: w lasach liściastych i mieszanych, na obszarach trawiastych, w gęstych zaroślach, paprociach, na terenach zieleni miejskiej.

Sezon na kleszcze rozpoczyna się wczesną wiosną, gdy temperatura sięga 5-7 stopni C i trwa do listopada. Najbardziej aktywne są na przełomie maja i czerwca, przyciąga je ruch powietrza, ciepło i zapach potu.

### Jak chronić się przed kleszczami i gdzie ich szukać?

Po spacerze należy jak najszybciej zdjąć i obejrzeć całe ubranie oraz ciało. Szczególną uwagę trzeba zwrócić na miejsca w fałdach skóry, w pachwinach, w zgięciach stawów, za uszami, we włosach. Ukłucia kleszcza raczej nie poczuwamy, ale może ono doprowadzić do bardzo poważnych chorób zakaźnych i powikłań. Aby tego uniknąć należy przestrzegać kilku zasad:

- odpowiedni ubiór – czapka, długie spodnie, koszula lub bluza z długimi rękawami (przylegające do ciała lub zakończone ściągaczami) oraz zakryte buty;
- odpowiedni kolor ubrania – na jasnej odzieży łatwo zauważyć wędrujące kleszcze;
- unikanie spania w starych budynkach, w których przebywają udomowione zwierzęta;
- obozując na wolnym powietrzu, należy się upewnić, że roślinność wokół namiotu jest krótko przycięta;
- stosowanie repelentów – produktów odstraszających kleszcze, nanoszonych bezpośrednio na skórę lub odzież;

### Jak usunąć kleszcza?

Przygotuj plastikową pęsetę i wodę utlenioną lub 40% alkohol do dezynfekcji. Alternatywą dla pęsety są miniaturowe pompki ssące i plastikowe „kleszczołapki” dostępne w aptekach. Uwaga! Metalowa pęseta może okazać się zbyt ostra i uciąć kleszcza, zamiast go złapać.

Chwyć kleszcza tuż przy skórze, za przednią część ciała i zdecydowanym ruchem pociągnij ku górze.

Dokładnie umyj ręce i zdezynfekuj miejsce ukłucia.

Obserwuj miejsce po ukłuciu. Jeśli wystąpi niepokojąca zmiana, skonsultuj się z lekarzem.

Pamiętaj! Nie można wykręcać kleszcza bezpośrednio palcami ani za pomocą substancji natłuszczających. To może spowodować zatkanie tchawek (narządu wymiany gazowej) kleszcza, a następnie jego wymioty, które przyspieszają przedostanie się bakterii i wirusów do ciała ukłutego.

Jeśli nie jesteś pewny, czy będziesz umiał właściwie usunąć kleszcza, zgłoś się do najbliższego punktu medycznego lub lekarza!

### Choroby przenoszone przez kleszcze

W Europie do groźnych chorób zakaźnych przenoszonych przez kleszcze należą:

- **Borelioza** - pierwsze objawy tej choroby mogą wystąpić po 10-14 dniach od ukłucia. Są to głównie zmiany skórne w postaci pierścieniowatego rumienia wędrującego, który pojawia się prawie u 50% chorych. Początkowo rumień nie zawsze jest widoczny i często mylony ze śladem po ugryzieniu lub uczuleniu. Jeżeli wiemy, że w tym miejscu ukuł nas

kleszcze powinniśmy obserwować i w razie niepokojących objawów udać się do lekarza. Na boreliozę nie ma szczepionki.

- **Kleszczowe Zapalenie Mózgu (MZK)** - o zakażeniu tą chorobą dochodzi już po pierwszych minutach wysiania krwi przez kleszcza. Objawy występują po około 7 dniach od ukłucia. Mają charakter grypopodobny i trwają około tygodnia. Choroba może mieć ciężki przebieg, niekiedy prowadzi do kalectwa lub śmierci. Zdarzają się również przypadki, że chorzy przechodzą ją bezobjawowo. Skutecznym sposobem zapobiegania kleszczowemu zapaleniu mózgu i jego powikłaniom są szczepienia ochronne. Można się zaszczepić o dowolnej porze roku, jednak najlepiej to zrobić zimą lub wiosną.

Pamiętajmy, że kleszcze to nie jedyne pajęczaki, które przenoszą groźną dla nas chorobę - boreliozę. Innym gatunkiem, również groźnym dla naszego zdrowia, który zamieszkuje lasy i łąki jest **strzyżak jeleni zwany potocznie latającym kleszczem lub jelenią wszą**. Strzyżaki potrafią obsiąść człowieka całymi chmarami i wgryzać się w ciało podobnie jak robi to kleszcz.

Strzyżaki pojawiają się w lesie lub na jego obrzeżach najczęściej od czerwca do września. Strzyżak jeleni pasożytuje głównie na jeleniach, sarnach i łosiach (stąd jego nazwa).

Gdy znajdzie się w sierści zwierzęcia, traci skrzydła i wtedy zachowuje się jak wszy - pije krew żywiciela, kopuluje i rodzi larwy, ponieważ należy do owadów jajożyworodnych.

Bez jedzenia strzyżaki wytrzymują nawet do 50 dni, a siedzieć na jeleniu potrafią do 10 miesięcy. Człowiek jest ich przypadkową ofiarą.

Źródło: [www.gov.pl](http://www.gov.pl)





## KOMUNIKAT!

Informujemy, że w związku z ćwiczeniem obronnym organizowanym na terenie Gminy Grodzisko Dolne pod kryptonimem. „IGŁA 2021”, które odbędzie się w dniu **11 czerwca 2021 r.** tj. piątek mogą wystąpić zakłócenia w obsłudze interesantów Urzędu Gminy.

**Za utrudnienia przepraszamy!**

## KOMUNIKAT !

Przypominamy, że od 14.01.2021r. Gmina Grodzisko Dolne jest użytkownikiem nowego systemu komunikacji SMS z mieszkańcami Gminy. Jeżeli jeszcze nie aktywowałeś swojego numeru telefonu komórkowego w gminnym systemie powiadomień zachęcamy do jego aktywacji. Komunikat SMS przypomni Ci o terminach płatności podatków i opłat, poinformuje o zagrożeniach, niebezpieczeństwach, sytuacji pogodowej oraz innych ważnych sprawach, którymi żyją mieszkańcy naszej Gminy.

Serwer SMS.pl  
System Obsługi Marketingu Mobilnego

**Aby zarejestrować swój nr telefonu w systemie prosimy o wysłanie na nr 799 448 100 SMSa o treści w zależności od miejsca zamieszkania**

<b>Miejscowość</b>	<b>Treść SMSa</b>
<b>Zmysłówka</b>	<b>10</b>
<b>Grodzisko Nowe</b>	<b>11</b>
<b>Chodaczów</b>	<b>12</b>
<b>Laszczyń</b>	<b>13</b>
<b>Grodzisko Dole</b>	<b>14</b>
<b>Grodzisko Dolne-Miasto</b>	<b>15</b>
<b>Grodzisko Górne</b>	<b>16</b>
<b>Wólka Grodziska</b>	<b>17</b>
<b>Podlesie</b>	<b>18</b>
<b>Opaleniska</b>	<b>19</b>

**Operatorem systemu jest firma Vercom S.A. obsługująca platformę komunikacji mobilnej SerwerSMS.pl**

# NAJWIĘKSZY SKLEP

## SPORTOWO-ROWEROWY

LEŻAJSK UL. MICKIEWICZA 74, I piętro  
(obok dworca nad Rossmannem)

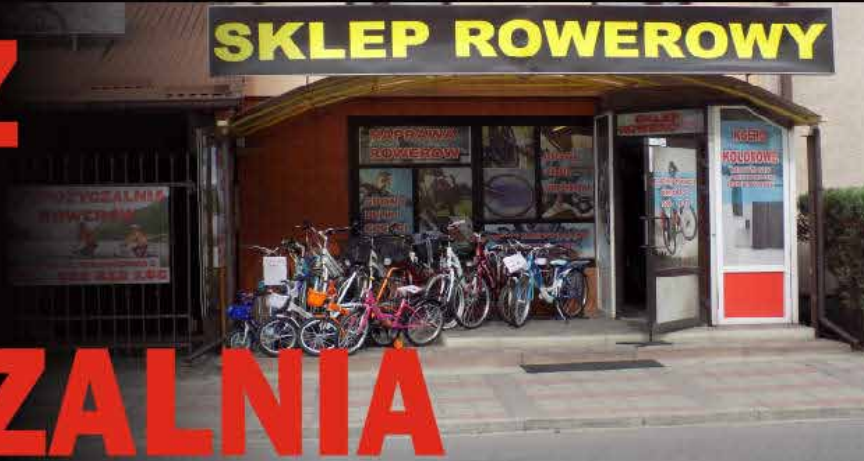
## SKLEP ROWEROWY

SPRZEDAŻ

SERWIS

WYPOŻYCZALNIA

SKLEP ROWEROWY



## ŻOŁYNIA UL. BIAŁOBRZESKA 1

Ośrodek Rewalidacyjno - Wychowawczy  
w Laszczynach



Realizujemy obowiązek szkolny  
dla dzieci z niepełnosprawnością  
intelektualną w stopniu  
umiarkowanym, znacznym i głębokim

Przedszkole specjalne

Wczesne wspomaganie  
rozwoju małego dziecka

Dowóz i pobyt w ośrodku jest bezpłatny

Prowadzimy całoroczny nabór !

Zapraszamy  
od poniedziałku do piątku  
w godzinach od 7:00 do 15:00

Laszczyny 75 A  
37-306 Grodzisko Dolne  
☎ 17 243 69 26, 663 446 659

[www.orew.com.pl](http://www.orew.com.pl)

