

Nowy GŁOS PUSZCZAŃSKI

Gazeta Gminy Zbójna

Nr 43 KWIECIEŃ 2013r. KWARTALNIK /nakład 300 egz./ Egzemplarz bezpłatny - Nr Rej.Pr.122

PARADA Z OKAZJI 500-LECIA WOJEWÓDZTWA PODLASKIEGO

Z okazji jubileuszowych obchodów urodzin województwa podlaskiego 26 kwietnia 2013r. w Białymstoku odbyła się Parada Województwa Podlaskiego. Organizowana impreza była pierwszym tego typu wydarzeniem w historii województwa. Uczestniczyło w niej 65 grup z 14 powiatów w ilości 2500 uczestników. **Gminę Zbójna reprezentowały Kurpiowskie Zespoły Śpiewacze ze Zbójnej i Kuzi, Dziecięcy Zespół Folklorystyczny oraz Wójt Gminy Zbójna.** Tego dnia ulicami Białegostoku przeszły m.in. zespoły muzyczne, taneczne i wokalne, grupy rekonstrukcyjne, orkiestry dęte, mażoretki, motocykliści oraz orszaki konne. Gościem uroczystości był prezydent Bronisław Komorowski.

I. K.

w numerze m.in.:	
○ XXI Finał WOŚP	str. 4
○ Wydarzenia Kulturalne	str. 5
○ Wieści z biblioteki	str. 6
○ Uzależnienia	str. 10
○ Nasze zdrowie	str. 11



ZMIANY W ŚWIADCZENIACH RODZINNYCH

Od stycznia 2013r. wprowadzono zmiany w ustalaniu uprawnień do świadczeń rodzinnych.

Ubiegając się o jednorazową zapomogę z tytułu urodzenia się dziecka (tzw. becikowe) zgodnie z art. 15b ustawy z dnia 28 listopada 2003r. o świadczeniach rodzinnych, należy udokumentować dochód uzyskany w roku poprzedzającym okres zasiłkowy (2011). Dochód rodziny w przeliczeniu na osobę nie może przekroczyć 1922 zł.

Kolejne zmiany wprowadzono w dotychczas przyznawanych świadczeniach pielęgnacyjnych oraz wprowadzono nowe warunki nabywania prawa do świadczenia pielęgnacyjnego oraz do specjalnego zasiłku opiekuńczego na podstawie art.11 ust. 4 ustawy z dnia 7 grudnia 2012r. o zmianie ustawy o świadczeniach rodzinnych oraz niektórych innych ustaw (DZ.U. z 2012r., poz.1548).

Zgodnie z wyżej wymienioną ustawą wszystkie osoby otrzymujące świadczenie pielęgnacyjne, które są uprawnione do świadczenia pielęgnacyjnego na podstawie przepisów dotychczasowych (tych, które obowiązywały do 31 grudnia 2012r.) zachowują prawo do tego świadczenia w dotychczasowej wysokości do dnia 30 czerwca 2013r. Po upływie tego terminu zgodnie z art.11 ust.3 wyżej wymienionej ustawy wszystkie wydane na podstawie przepisów dotychczasowych decyzje przyznające prawo do świadczenia pielęgnacyjnego wygasają z mocy prawa.

Zgodnie z art. 16a. Ustawy z dnia 28 listopada 2003r. o świadczeniach rodzinnych:

1. Specjalny zasiłek opiekuńczy przysługuje osobom, na których zgodnie z przepisami ustawy z dnia 25 lutego 1964r. – Kodeks rodzinny i opiekuńczy ciąży obowiązek alimentacyjny, jeżeli rezygnują z zatrudnienia lub innej pracy zarobkowej w związku z koniecznością sprawowania stałej opieki nad osobą legitymującą się



orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności albo orzeczeniem o niepełnosprawności łącznie ze wskazaniami: konieczność stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy innej osoby w związku ze znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji oraz konieczności stałego współudziału na co dzień opiekuna dziecka w procesie jego leczenia, rehabilitacji i edukacji.

2. Specjalny zasiłek opiekuńczy przysługuje, jeżeli łączny dochód rodziny osoby sprawującej opiekę oraz rodziny osoby wymagającej opieki w przeliczeniu na osobę nie przekracza 623 zł.

3. W przypadku, gdy łączny dochód rodziny osoby sprawującej opiekę oraz rodziny osoby wymagającej opieki w przeliczeniu na osobę przekracza kwotę uprawniającą daną osobę do specjalnego zasiłku opiekuńczego o kwotę niższą lub równą kwocie odpowiadającej najniższemu zasiłkowi rodzinnemu przysługującemu w okresie, na który jest ustalany, specjalny zasiłek opiekuńczy przysługuje, jeżeli przysługiwał w poprzednim okresie zasiłkowym.

W przypadku przekroczenia dochodu w kolejnym roku kalendarzowym specjalny zasiłek opiekuńczy nie przysługuje.

4. Za dochód rodziny osoby wymagającej opieki, o którym mowa w ust. 2, uważa się dochód następujących członków rodziny:

- 1) w przypadku, gdy osoba wymagająca opieki jest małoletnia:
 - a) osoby wymagającej opieki,
 - b) rodziców osoby wymagającej opieki,

- c) małżonka rodzica osoby wymagającej opieki,
- d) osoby, z którą rodzic osoby wymagającej opieki wychowuje wspólne dziecko,
- e) pozostających na utrzymaniu osób, o których mowa w lit. a-d, dzieci w wieku do ukończenia 25 roku życia,

- z tym, że do członków rodziny nie zalicza się dziecka pozostającego pod opieką opiekuna prawnego, dziecka pozostającego w związku

małżeńskim, pełnoletniego dziecka posiadającego własne dziecko, a także rodzica osoby wymagającej opieki zobowiązanego tytułem wykonawczym pochodzącym lub zatwierdzonym przez sąd do alimentów na jej rzecz;

2) w przypadku, gdy osoba wymagająca opieki jest pełnoletnia:

- a) osoby wymagającej opieki,
- b) małżonka osoby wymagającej opieki,
- c) osoby, z którą osoba wymagająca opieki wychowuje wspólne dziecko,
- d) pozostających na utrzymaniu osób, o których mowa w lit. a-c, dzieci do ukończenia 25 roku życia z tym, że do członków rodziny nie zalicza się dziecka pozostającego pod opieką opiekuna prawnego, dziecka pozostającego w związku małżeńskim, a także pełnoletniego dziecka posiadającego własne dziecko.

5. Specjalny zasiłek opiekuńczy przysługuje w wysokości 520 zł miesięcznie.

6. Prawo do specjalnego zasiłku opiekuńczego przyznawane będzie nie dłużej niż na okres zasiłkowy (okres zasiłkowy trwa od 1 listopada do 31 października).

Przy ustalaniu prawa do specjalnego zasiłku opiekuńczego będzie obowiązek przeprowadzenia rodzinnego wywiadu środowiskowego przez pracownika socjalnego w celu weryfikacji okoliczności dotyczących spełniania warunków do jego przyznania.

7. Specjalny zasiłek opiekuńczy nie przysługuje, jeżeli:

- 1) osoba sprawująca opiekę:

- a) ma ustalone prawo do emerytury, renty, renty rodzinnej z tytułu śmierci małżonka przyznanej w przypadku zbiegu prawa do renty rodzinnej i innego świadczenia emerytalno-rentowego, renty socjalnej, zasiłku stałego, nauczycielskiego świadczenia kompensacyjnego, zasiłku przedemerytalnego lub świadczenia przedemerytalnego,
- b) podlega obowiązkowo ubezpieczeniom emerytalnemu i rentowym z innych tytułów,
- c) ma ustalone prawo do specjalnego zasiłku opiekuńczego lub świadczenia pielęgnacyjnego,



- d) legitymuje się orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności. Informacja o warunkach nabywania prawa do świadczenia pielęgnacyjnego obowiązujących od dnia wejścia w życie ustawy.

Zgodnie z art. 17 Ustawy z dnia 28 listopada 2003r. o świadczeniach rodzinnych

1. Świadczenie pielęgnacyjne z tytułu rezygnacji z zatrudnienia lub innej pracy zarobkowej przysługuje:

- 1) matce albo ojcu,
 - 2) opiekunowi faktycznemu dziecka,
 - 3) osobie będącej rodziną zastępczą spokrewnioną w rozumieniu ustawy z dnia 9 czerwca 2011r. o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej,
 - 4) innym osobom, na których zgodnie z przepisami ustawy z dnia 25 lutego 1964 r. – Kodeks rodzinny i opiekuńczy ciąży obowiązek alimentacyjny, z wyjątkiem osób o znacznym stopniu niepełnosprawności
- jeżeli nie podejmują lub rezygnują z zatrudnienia lub innej pracy zarobkowej w celu sprawowania opieki nad osobą legitymującą się orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności

ści albo orzeczeniem o niepełnosprawności łącznie ze wskazaniem: konieczności stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy innej osoby w związku ze znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji oraz konieczności stałego współudziału na co dzień opiekuna dziecka w procesie jego leczenia, rehabilitacji i edukacji.

1a. Osobom, o których mowa w ust. 1 pkt 4, innym niż spokrewnione w pierwszym stopniu z osobą wymagającą opieki, przysługuje świadczenie pielęgnacyjne, w przypadku gdy spełnione są łącznie następujące warunki:

rodzice osoby wymagającej opieki nie żyją, zostali pozbawieni praw rodzicielskich, są małoletni lub legitymują się orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności,

- 1) nie ma innych osób spokrewnionych w pierwszym stopniu, są małoletnie lub legitymują

się orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności,

- 2) nie ma osób, o których mowa w ust. 1 pkt 2 i 3, lub legitymują się orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności.

1b. Świadczenie pielęgnacyjne przysługuje, jeżeli niepełnosprawność osoby wymagającej opieki powstała:

- 1) nie później niż do ukończenia 18 roku życia lub
 - 2) w trakcie nauki w szkole wyższej, jednak nie później niż do ukończenia 25 roku życia.
- 3) Świadczenie pielęgnacyjne przysługuje w wysokości 520,00 zł miesięcznie.

Z dniem 1 lipca 2013r. przepis ten otrzyma brzmienie:

2. Świadczenie pielęgnacyjne przysługuje w wysokości 620,00 zł miesięcznie.

3. Świadczenie pielęgnacyjne nie przysługuje, jeżeli:

- 1) osoba sprawująca opiekę:
 - a) ma ustalone prawo do emerytury, renty, renty rodzinnej z tytułu śmierci małżonka przyznanej w przypadku zbiegu prawa do renty rodzinnej i in-

nego świadczenia emerytalno-rentowego, renty socjalnej, zasiłku stałego, nauczycielskiego świadczenia kompensacyjnego, zasiłku przedemerytalnego lub świadczenia przedemerytalnego,

b) ma ustalone prawo do specjalnego zasiłku opiekuńczego lub świadczenia pielęgnacyjnego;

2) osoba wymagająca opieki:

a) pozostaje w związku małżeńskim, chyba że współmałżonek legitymuje się orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności,

b) została umieszczona w rodzinie zastępczej, z wyjątkiem rodziny zastępczej spokrewnionej, rodzinnym domu dziecka albo, w związku z koniecznością kształcenia, rewalidacji lub rehabilitacji, w placówce zapewniającej całodobową opiekę, w tym w specjalnym ośrodku szkolno-wychowawczym, z wyjątkiem podmiotu wykonującego działalność leczniczą, i korzysta w niej z całodobowej opieki przez więcej niż 5 dni w tygodniu;

3) na osobę wymagającą opieki inna osoba ma ustalone prawo do wcześniejszej emerytury;

4) członek rodziny osoby sprawującej opiekę ma ustalone prawo do dodatku do zasiłku rodzinnego, o którym mowa w art. 10, specjalnego zasiłku opiekuńczego lub świadczenia pielęgnacyjnego,

5) na osobę wymagającą opieki jest ustalone prawo do dodatku do zasiłku rodzinnego, o którym mowa w art. 10, prawo do specjalnego zasiłku opiekuńczego lub prawo do świadczenia pielęgnacyjnego;

6) na osobę wymagającą opieki inna osoba jest uprawniona za granicą do świadczenia na pokrycie wydatków związanych z opieką, chyba że przepisy o koordynacji systemów zabezpieczenia społecznego lub dwustronne umowy o zabezpieczeniu społecznym stanowią inaczej.

W związku ze zmianami wprowadzonymi do wyżej cytowanej ustawy istnieje konieczność od 1 lipca 2013r. ponownego złożenia wniosku wraz z dokumentami o ustalenie prawa do świadczenia pielęgnacyjnego lub specjalnego zasiłku opiekuńczego.

Renata Bajno

XXI FINAL WOŚP

Dzień XXI Finału był jak zawsze, dniem pełnym optymizmu i radości. Pogoda dopisała i osiemdziesiątka wolontariuszy wyruszyła ze skarbonkami „w Polskę”, to znaczy na ulice Zbójnej, Nowogrodu, Łomży, Kolna, Łysych i innych miejscowości w regionie i naszej gminie. 13 stycznia 2013r. zbieraliśmy datki „Dla ratowania życia dzieci i godnej opieki medycznej seniorów”. Po raz pierwszy w historii finałów dostrzeżone zostały potrzeby naszych babć i dziadków. Połowa zebranych środków zostanie wykorzystana na wsparcie terapii noworodków i niemowlaków, połowa na wyposażenie w sprzęt szpitali geriatrycznych i zakładów opiekuńczo-leczniczych. W tym drugim przypadku pomoc trafi tylko do kilku wybranych placówek w każdym województwie.

W Polsce istnieje niewiele oddziałów geriatrycznych, zdecydowanie za mało w stosunku do potrzeb. Jest to jedna z najbardziej zaniedbanych dziedzin w polskim systemie ochrony zdrowia. Mamy jednak nadzieję, iż rozgłos, jaki zawsze towarzyszy Finałowi, będzie okazją, by uświadomić nam wszystkim, że jest to problem, którego nie można dalej unikać.

W ciągu minionej dekady obserwujemy postępujące zmiany sytuacji demograficznej. Społeczeństwo się starzeje, upada tradycyjny model rodziny wielopokoleniowej. Wokół nas żyje i będzie żyło coraz więcej osób w podeszłym wieku, wymagających pomocy medycznej w walce z chorobami przewlekłymi, osób, które zasługują na dobre wyposażenie oddziałów szpi-

talnych, ośrodków opiekuńczych, na troskę i zrozumienie lekarza, i na końcu na poszanowanie godności przez wszystkich dookoła.

Piszący te słowa jest już od jakiegoś czasu emerytem i chociażby dlatego tegoroczny cel finałowy jest mu bardzo bliski.

Po raz pierwszy od dawna mieliśmy w Zbójnej mniej wolontariuszy, i to aż o czterdzieści osób. Nie zagraли z nami gimnazjaliści z Nowogrodu – szkoda, bo byli zawsze bardzo skuteczni. Ale z wiekiem- myślę tu o ilości finałów organizowanych u nas - nabraliśmy doświadczenia i staliśmy się bardziej „wydajni”, bo uzyskany przez nas efekt okazał się porównywalny z osiągnięciami z lat poprzednich. Zebraliśmy łącznie 23.150,00 PLN co jest bardzo znaczącą kwotą dla naszego małego środowiska.

Jak zawsze wyróżnić trzeba najbardziej pracowitych wolontariuszy, są to:

Adrianna Krajewska – 1713,36 PLN
Igor Stankiewicz – 939,48 PLN
Agnieszka Ksepka – 823,96 PLN
Mateusz Banach – 700,00 PLN
Natalia Szok – 688,97 PLN
Marek Parzych – 600,00 PLN
Hubert Szydlik – 541,00 PLN
Kinga Nurczyk – 538,08 PLN
Jan Zieliński – 525,84 PLN
Izabela Kijek – 494,32 PLN

Największe „zdobycze” w czasie licytacji to w tym roku:

- kapliczka od miejscowego rzeźbiarza – 275 PLN,
- haft krzyżkowy „Papież Jan Paweł II” – 220 PLN,
- koszulka WOŚP – 151 PLN,
- metalowy wieszak od miejscowego



- kowala artysty – 150 PLN,
- koszulka WOŚP – 140 PLN,
- stalowa róża od drugiego kowala artysty – 115 PLN,
- kompozycja kwiatowa od miejscowej artystki – 100 PLN.

Nasz najmłodszy wolontariusz to jak przed rokiem Igor Stankiewicz lat sześć, zaś najstarszy to jak co roku, niżej podpisany.

Światelko do nieba sponsorowała jak zawsze firma Karpiński – dzięki!

Zagrał na zabawie jak zwykle bravurowo nasz zespół „Itex” – dzięki!

Dziękujemy wszystkim wolontariuszom, ich rodzicom oraz wszystkim sponsorom i darczyńcom.

Orkiestra w całym kraju zgromadziła 50 657 747 PLN co jest rekordową kwotą w historii finałów.

Niech 13 stycznia 2013r. będzie dniem, w którym troska o dzieci i seniorów będzie na ustach wszystkich, a następnie - niech nie będzie to tylko jeden dzień, ale cały rok naszych wytrwałych starań, aby polepszyć los wnuczków oraz ich dziadków.

Do zobaczenia na XXII Finale,
w 2014 roku. Się ma.

Jan Zieliński

HAJNÓWKA

12 stycznia 2013r. dziecięcy zespół „Z gwiazdą” w składzie: Paulina Kowalczyk, Adrianna Krajewska, Elżbieta Skowronek i Ewa Skowronek, zajął I m-ce na Przeglądzie Zespołów Kolędniczych i Jasełkowych w Łomży. Jednocześnie dziewczęta zakwalifikowały się na XXVII Wojewódzkie Spotkania Zespołów Kolędniczych w Hajnówce, gdzie zajęły również I m-ce.

**NADZIEJA W REGIONIE**

21 lutego 2013r. Zespół Śpiewaczy ze Zbójnej miał okazję zaprezentować

kurpiowski folklor na antenie Radia Nadzieja w programie z cyklu „Nadzieja w regionie”.

NAGRODA

Zespół Śpiewaczy ze Zbójnej – wielokrotny zdobywca nagród na wojewódzkich, ogólnopolskich i międzynarodowych przeglądach i festiwalach folklorystycznych został tym razem wyróżniony przez Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego. Z okazji jubileuszu 20 – lecia Zespół otrzymał nagrodę finansową.

M. Wawrzyniak

ROZMAITOŚCI WIELKANOCNE

Już od 15 lat w Niedzielę Palmową w Zbójnej odbywa się uroczyste podsumowanie konkursu „Rozmaitości Wielkanocne”. W tym roku wzięło w nim udział ponad 530 wykonawców, których rękodzieło oceniło jury w składzie: Wiesława Pawlak – etnograf Muzeum Północno – Mazowieckiego w Łomży, kierownik Skansenu Kurpiowskiego w Nowogrodzie Urszula Kuczyńska - kustosz-etnograf oraz Izabela Cierpikowska – instruktor ds. folkloru kurpiowskiego z Łomży i przyznało nagrody ufundowane przez sponsorów oraz Wójta Gminy Zbójna.

Wszystkim artystom gratulacje złożył również Biskup łomżyński Janusz Stepnowski, który zaszczylił nas swoją obecnością i skierował słowa podkreślające istotę Zmartwychwstania Jezusa, bez którego cała kolorowa oprawa świąt nie ma żadnej wartości: „Też pochodzę z tego regionu. Palmy i pisanki są mi bliskie, przypominają dzieciństwo, mamę, która je stroiła, barwiła w naturalnych barwnikach. Trzeba jednak pamiętać, że sama palma czy pisanka nie znaczy nic. Zaczyna znaczyć w odniesieniu do konkretnego święta religijnego. Kultura kurpiowska jest na zawsze połączona z religią. Palma kurpiowska nabiera znaczenia w procesji Niedzieli Palmowej, a pi-



sanka w Niedzielę Zmartwychwstania Pańskiego i Poniedziałek Wielkanocny.”

Z okazji jubileuszu 15 – lecia Rozmaitości Wielkanocnych pamiątkowy grawerton z gratulacjami wręczyli Wójtowi Gminy Zbójna Zenonowi Białobrzeskemu wicemarszałkowie woj. podlaskiego Walenty Korycki i Jacek Piorunek.

Konkurs został zakończony barwnym korowodem a następnie procesją z palmami wokół kościołów w Zbójnej, Dobrym Lesie i Kuziach.

Finansowo wsparli nas:

- Nadleśnictwo Nowogród,
- Zarząd Spółki „Wodociągi Wiejskie”

w Łomży,

- PHU Kurpiewski w Łomży,
- Towarzystwo Przyjaciół Ziemi Łomżyńskiej,
- Iwona i Zbigniew Wądołowscy ze Zbójnej,
- Gabor Lörczy.

Organizatorzy serdecznie dziękują sponsorom za pomoc w przygotowaniu uroczystości Niedzieli Palmowej oraz wszystkim zaangażowanym za kultywowanie i upowszechnianie tradycji Kurpiowskiej Puszczy Zielonej.

I. K.

KONKURS RECYTATORSKI

12 kwietnia tego roku w GOK odbyły się Eliminacje Gminne Małego Konkursu Recytatorskiego. Laureatami zostali:

w kategorii kl. I – III

I miejsce – Monika Szydlik SP Zbójna

II miejsce – Wiktoria Kownacka SP Zbójna

III miejsce – Julia Cwalina SP Kuzie
wyróżnienia: Zuzanna Giers SP Kuzie,
Weronika Koldys SP Dobry Las

w kategorii kl. IV – VI

I miejsce – Paulina Boryszewska SP Kuzie

II miejsce – Małgorzata Siwik SP Dobry Las

III miejsce – Kornelia Koziół SP Dobry Las

Nagrodzeni zostali zakwalifikowani na eliminacje powiatowe w Piątnicy.

Gratulujemy!



**GMINNA
BIBLIOTEKA
PUBLICZNA
W ZBÓJNEJ**

13 grudnia 2012r. odbyło się II spotkanie Klubu Seniora działającego przy Gminnej Bibliotece Publicznej w Zbójnej. Podczas spotkania wszyscy podzielili się opłatkiem i wspólnie śpiewali kolędy. Atrakcją wieczoru był koncert Grzegorza Uniwersała z Krakowa pt. „Młodość nie umiera nigdy”. Tenor zaprezentował utwory z repertuaru Mieczysława Fogga takie jak „Całuję Twoją dłoń madame”, „Ta ostatnia niedziela” czy „Zimny drań”.

J. Białobrzaska



FILIA W KUZIACH

Filia Biblioteczna w Kuziach została przeniesiona do budynku Szkoły Podstawowej w Kuziach.

Składamy serdeczne podziękowania wszystkim, którzy przyczynili się do wyremontowania i przeprowadzki biblioteki w odnowione pomieszczenie.

Zapraszamy!

W. Szerszeń

FILIA W DOBRYM LESIE

Pragniemy podziękować wszystkim ofiarodawcom, którzy przekazali książki i prasę na rzecz biblioteki:

- P. Annie Simonowicz,
- P. Krzysztofowi Kriewis,
- Wydawnictwu IPN z Warszawy,
- Wydawnictwu Edyp z Ostrowi Mazowieckiej,
- Miejskiej Bibliotece Publicznej w Łomży.

Szczególnie serdecznie dziękujemy P. Marii Samul z Warszawy, od której otrzymaliśmy największą ilość książek.

W 2012r. do ksiąg inwentarzowych wprowadziliśmy 226 woluminów, z czego 89 wol. to książki, które otrzymaliśmy w darze. Pozycje, które już posiadamy w zbiorach nie są włączane do księgozbioru tylko rozdawane zainteresowanym nimi czytelnikom.

A. Waszkiewicz



program
rozwoju
bibliotek

Przypominamy, że biblioteki świadczą usługi kserograficzne i fax oraz udostępniają Internet bezpłatnie, dzięki Fundacji Orange.



**„KSIĄŻKA TO MEDRZEC ŁAGODNY I PEŁEN SŁODYCZY,
KTÓRY PUSTE ŻYCIE NAPEŁNIA ŚWIATŁEM A PUSTE SERCA WZRUSZENIEM”**

Kornel Makuszyński

22.02.2013r. w bibliotece Szkoły Podstawowej im. Janusza Korczaka w Kuziach odbyło się „Pasowanie na czytelnika” uczniów klasy pierwszej. Głównym celem uroczystości było oficjalne przyjęcie najmłodszych uczniów do grona czytelników biblioteki szkolnej oraz zachęcenie ich do korzystania ze zgromadzonych zbiorów.

Podczas pasowania dzieci najpierw uczestniczyły w przedstawieniu pt. „Zielony Kapturek” przygotowanym przez uczniów aktywu bibliotecznego pod kierunkiem Agaty Kamińskiej i Agnieszki Skorupskiej. Dzieci w postawie stojącej ślubowały czytać i dbać o książki, po czym nastąpił akt pasowania. Zanim mogły poczęstować się słodkim cukierkiem, musiały wykonać kilka zadań, a nie były one łatwe. Dziełnie walcząc z przeciwnościami pierwszaki wykazały, że już mogą zo-

stać zaliczone do grona czytelników. Po uroczystości rodzice, nauczyciele i Pan dyrektor czytali maluchom wiersze, włączając się w ten sposób do akcji „Cała Polska Czyta Dzieciom”. Ze względu na rozpoczynający się rok Juliana Tuwima, wybrano twórczość właśnie tego autora.

Oto życzenia skierowane do pierwszaków:

„Od tej pory wszyscy staliście się czytelnikami biblioteki szkolnej. Miło Was powitać w naszej grupie. Od teraz możecie samodzielnie korzystać ze zbiorów biblioteki, wypo-

życzać książki do domu i poczytać sobie w czytelni. Mamy nadzieję, że chętnie będziecie nas odwiedzać, do czego dziś serdecznie Was zachęcamy. Każdy z Was znajdzie w bibliotece coś dla siebie i przyjemnie spędzi czas”.

autorki:

Agata Kamińska, Gabriela Prusińska



„KONKURS ROZSTRZYgniĘTY”

Dnia 6 grudnia 2012r. został rozstrzygnięty konkurs plastyczny organizowany w ramach programu profilaktycznego „Nie pal przy mnie, proszę” (o którym pisaliśmy w poprzednim numerze).

Komisja wyłoniła zwycięzców:

I miejsce – Izabela Siok kl. III

II miejsce – Patrycja Orzolek i Ewelina Pupek z kl. III

III miejsce – Kacper Parzych i Szymon Piaśnik z kl. II

Wyróżnienia – Kacper Kuliś, Weronika Lemańska i Olga Mięsak z kl. I, Wiktoria Kownacka, Milena Remiszewska i Monika Szydlik z kl. III. Nagrodzeni otrzymali pamiątkowe dyplomy i nagrody rzeczowe. Sponsorem nagród była prowadząca zajęcia Małgorzata Poreda.

Gratulujemy zwycięzcom!

„BABCIU, DZIADKU TO ZNÓW JA...”

Tymi słowami rozpoczęła się 17 stycznia 2013r. z okazji Dnia Babci i Dziadka w Szkole Podstawowej im. Marii Konopnickiej w Zbójnej uroczystość, na którą przybyli dziadkowie (była też prababcia) uczniów klasy pierwszej i trzeciej. Zaproszeni goście obejrżeli przedstawienie pt. „Czerwony Kapturek” (wersja nowoczesna) w wykonaniu uczniów klasy trzeciej i przyjęli życzenia z okazji ich święta. Dowiedzieli się również wielu



interesujących faktów o historii Dnia Babci i Dziadka. Usłyszeli też jak ważne jest ich święto. Otrzymali laurki od wszystkich wnucząt. Do życzeń dołączył się też Pan Dyrektor Jacek Krzynówek, który zaszczylił uroczystość swoją obecnością. Po części oficjalnej i artystycznej wszyscy goście zostali zaproszeni na słodki poczęstunek. Słowom podziękowań i wzruszeń nie było końca. Babcie i Dziadkowie byli wdzięczni wnukom za pamięć o ich święcie.

Organizator uroczystości
Małgorzata Poreda

„BYĆ KOBIETĄ, BYĆ KOBIETĄ...”

Dnia 8 marca 2013r. „zaśpiewała” Alicja Majewska podczas montażu słowno - muzycznego w Szkole Podstawowej w Zbójnej z okazji Dnia Kobiet, który przygotowali chłopcy z klasy trzeciej. W trakcie piosenki ich koleżanki zaprezentowały się jak „modelki na wybiegu”, w pięknych sukienkach i kapeluszach. Chłopcy złożyli życzenia każdej pani z osobna i koleżankom z klasy I, III i przedszkola. Po części artystycznej chłopcy wręczyli paniom kartki z życzeniami (wykonanymi własnoręcznie), a każda dziewczynka otrzymała słodki lizaczek. Uroczystość zakończyła piosenka Jerzego Połomskiego „Bo z dziewczynami...”.

Dziękujemy za życzenia
- kobiety i kobietki.
Małgorzata Poreda



Z ŻYCIA GIMNAZJUM

W sobotę 9 marca 2013r. uczniowie Gimnazjum w Zbójnej wzięli udział w programie „PROJEKTOR - wolontariat studencki”. Jest to projekt realizowany przez wolontariat studencki pod honorowym patronatem Ministerstwa Edukacji Narodowej.

Celem programu jest inspirowanie młodzieży z małych miast i wsi do twórczego rozwoju własnych zdolności i zainteresowań, niekonwencjonalnego spędzania wolnego czasu oraz zdobywania nowych i ciekawych doświadczeń. Rozwijanie zdolności i zainteresowań uczniów to jeden z ważnych priorytetów naszej szkoły.

15 uczniów naszego gimnazjum uczestniczyło w dwóch projektach edukacyjnych. Jeden z nich to warsztaty dubbingowe, których celem było rozwinięcie umiejętności posługiwania się swoim głosem oraz zdobycie umiejętności wcielenia się w postacie animowane. Drugi to nabycie umiejętności przestrzennego planowania oraz rozwinięcie pomysłowości i kreatyw-



ności. Na pierwszych zajęciach młodzież zajmowała się podkładaniem swojego głosu pod animowane postacie. Na drugich uczniowie tworzyli animacje, z których powstały krótkie

filmy. Uczniom bardzo spodobały się zajęcia, chętnie w nich uczestniczyli, mimo że odbywały się w sobotę.

*organizator programu
Aldona Dąbkowska*

UCZEŃ NIEPEŁNOSPRAWNY INTELEKTUALNIE W SZKOLE

Problematyką nauczania osób upośledzonych umysłowo zajmuje się oligofrenopedagogika, czyli pedagogika upośledzonych umysłowo. Praca z uczniem niepełnosprawnym intelektualnie nie jest łatwa, a nauczyciel niejednokrotnie ma trudności w zrozumieniu jego potrzeb. W kręgu uczniów spotkać można najczęściej dzieci upośledzone w stopniu lekkim - różnice w ich funkcjonowaniu w porównaniu do rówieśników o prawidłowym rozwoju są mało zauważalne. Uczniowie ci wykazują szczególne trudności w opanowaniu podstawowej wiedzy z zakresu języka polskiego i matematyki, nie potrafią też uczyć się języków obcych. Pracując z uczniem niepełnosprawnym, należy jednak pamiętać, że każdy jest inny, ma swoje mocne i słabe strony. Niektórzy pięknie malują, inni mają ładny głos, a jeszcze inni są dobrymi aktorami. Sprawa podstawowa to odkryć ich zdolności i rozwijać je. Podkreślanie tego, co dziecko potrafi, przy wzajemnym zaufaniu i poczuciu szacunku,

pozwala na budowanie pozytywnego obrazu samego siebie. A z tym uczniowie niepełnosprawni także mogą mieć problem w szkołach gdzie



czują się inni. Zdrowe relacje z pełnosprawnymi rówieśnikami, wspólna zabawa i nauka stymulują rozwój, wzmacniają i uruchamiają mechanizmy kompensacyjne, co w konsekwencji podnosi jakość życia niepełnosprawnych. Uczą się nawiązywania kontaktów, przezwyciężania trudności i pokonywania własnych słabości, ale ponad wszystko uczą się samodzielności. Mają szansę udowodnić, iż mogą

być razem z innymi w szkole czy w klasie, że zasługują na sympatię i szacunek. Obcowanie z rówieśnikami rozbudza w nich świadomość, iż wszyscy mają równe prawa, choć różny jest czasem ich potencjał. Dzieci pełnosprawne natomiast mają możliwość przekonania się, że wśród nich może znaleźć się ktoś, kto różni się sprawnością fizyczną czy intelektualną, a mimo to nie jest kimś gorszym. Uczą się wrażliwości, otwartości i akceptacji w stosunku do drugiego człowieka.

Uczeń niepełnosprawny w szkole ogólnodostępnej to wyzwanie, któremu warto stawić czoła i zrobić wszystko by osiągnąć sukces. Pamiętać należy bowiem, że każde dziecko jest cenniejsze i wspanialsze od wszelkich cudów świata. Wszystkie dzieci, a zwłaszcza te niepełnosprawne potrzebują szczególnej troski rodzicielskiej oraz fachowej opieki pedagogicznej.

Anna Jankowska

WYMAGANIA WZAJEMNEJ ZGODNOŚCI **(CROSS COMPLIANCE) OBSZAR C – DOBROSTAN ZWIERZĄT (cz.1)**

Od 2005 roku rolnicy ubiegający się o przyznanie płatności z tytułu produkcji roślinnej zobowiązani są do przestrzegania norm z zakresu utrzymania gruntów w Dobrej Kulturze Rolnej zgodnej z ochroną środowiska. Od 1 stycznia 2009 roku stopniowo wdrażane są podstawowe wymogi dotyczące zarządzania:

1. Od 1 stycznia 2009 roku Obszar A dot. ochrony środowiska i identyfikacji zwierząt
2. Od 1 stycznia 2011 roku Obszar B dot. zdrowia publicznego, zdrowia zwierząt i zgłaszania chorób, zdrowotności roślin
3. Od 1 stycznia 2013 roku Obszar C – dot. dobrostanu zwierząt.

Co to jest dobrostan zwierząt?

Dobrostan zwierząt ma wiele definicji. Można powiedzieć, „że jest on stanem osobnika wyrażającym jego usiłowania radzenia sobie ze środowiskiem” (Broom 1986). Bardziej zrozumiała jest definicja zawarta w tzw. 5 Punktach Dobrostanu, które mówią, że dobrostan to zapewnienie zwierzęciu:

1. Wolności od głodu i pragnienia.
2. Wolności od niewygody.
3. Wolności od bólu i cierpienia (też chorób).
4. Wolności od strachu i stresu.
5. Możliwości do wyrażania naturalnych zachowań.

System utrzymania zwierząt oraz opieka człowieka sprawowana nad nimi powinny być nastawione na analizę tych punktów i dążenie do stworzenia zwierzęciu jak najlepszych warunków bytowych. Optymalne dla zwierzęcia warunki bytowe umożliwiają ujawnienie się jego możliwości genetycznych, co z pewnością zapożyczuje pozytywnymi wynikami hodowlanymi i produkcyjnymi. Przykładem może być jałówka mleczna, z dobrym udokumentowanym pochodzeniem ze strony matki i ojca, czyli oczekujemy, że w przyszłości będzie ujawniała wysoką wydajność. Jeśli od momentu urodzenia

- będzie chorowała i nie będzie odpowiednio leczona,
- będzie miała ograniczony swobodny ruch,
- będzie niewystarczająco żywiona lub żywiona paszami złej jakości,
- będzie przebywała w warunkach powodujących stres lub urazy,
- nie będzie miała możliwości kontaktu z innymi osobnikami, nie będzie mogła swobodnie się zachowywać, okazywać np. objawów rujowych, to z czasem ilość negatywnych czynników wpływających na jej rozwój będzie na tyle duża, że zwierzę

nie będzie akceptowało środowiska w którym przebywa. Stres, niewygoda, ból, będą powodowały brak chęci do jedzenia, będzie charłaczem. W wieku kiedy powinno być dojrzałe do krycia będzie za małe, z czasem nie będzie przejawiało wyraźnej rui, a jego produkcja mleczna zamiast doskonałej, będzie przeciętna. Ponieważ w czasie młodzieńczym zwierzę nie rozwinęło się dostatecznie, a dodatkowo złe warunki środowiska, ignorowane i nieleczone choroby (płuc, układu pokarmowego, racic czy wymienia) prowadzą do niskiej odporności i skierowania sił organizmu zamiast w kierunku wysokiej produkcji to w kierunku obrony przed tymi czynnikami, które mu zagrażają.

Wprowadzenie dobrostanu zwierząt jako elementu wymogów wzajemnej zgodności ma na celu zapewnienie zwierzętom zdrowia, komfortu w warunkach bytowych, również zapobieganie cierpieniu i urazom.

Wymogi ogólne dotyczące ochrony zwierząt gospodarskich dotyczą:

1. kwalifikacji osób obsługujących zwierzęta,
2. kontroli zwierząt (dozoru nad zwierzętami),
3. przechowywania dokumentacji dotyczącej leczenia i padnięć zwierząt,
4. zapewnienia swobodnego ruchu zwierzętom,
5. jakości budynków i pomieszczeń, w których przebywają zwierzęta,
6. zapewnienia zwierzętom właściwych warunków środowiskowych,
7. żywienia zwierząt (pasza, woda),
8. postępowania ze zwierzętami chorymi, zranionymi oraz wykonywania zabiegów lekarsko-weterynaryjnych,
9. technologii stosowanych w chowie hodowli zwierząt.

1. Kwalifikacje osób obsługujących zwierzęta

Osoby obsługujące zwierzęta powinny mieć podstawową wiedzę na temat żywienia, pielęgnacji, bezpiecznej obsługi, naturalnych (zdrowych) i nietypowych zachowań oraz obsługi urządzeń stosowanych przy wykorzystywanej technologii utrzymania. Wiedza ta może być potwierdzona świadectwem ukończenia szkoły o profilu rolniczym lub może być nabyta podczas pracy w gospodarstwie rolnym. Osoby obsługujące zwierzęta powinny postępować spokojnie, bez zbędnej agresji wobec zwierząt, ale też pewnie i stanowczo.

2. Dozór nad zwierzętami

Zwierzęta powinny być kontrolowane co najmniej jeden raz dziennie (z wyjąt-

kiem cieląt – dwa razy dziennie). Podczas codziennej obsługi sprawdza się stan zdrowia, odżywienia, reakcję na otoczenie, osowiałość, odosobnienie od grupy, urazy, kulawizny, skaleczenia, niepokieranie pokarmu, biegunki, problemy z oddychaniem, obserwuje się objawy rujowe. Oględziny powinny być przeprowadzane w pomieszczeniach wyposażonych w stałe lub przenośne źródło światła.

3. Przechowywanie dokumentacji dotyczącej leczenia i padnięć zwierząt

Leczenie zwierząt powinno być odpowiednio udokumentowane przez lekarza weterynarii. Oryginał Książki Leczenia Zwierząt otrzymuje właściciel zwierzęcia. Zarówno dokumentacja leczenia zwierząt i przeprowadzanych zabiegów weterynaryjnych oraz dokumentacja dotycząca zwierząt padłych powinny być przechowywane w gospodarstwie przez okres 3 lat.

4. Zapewnienia swobodnego ruchu zwierzętom

Zwierzętom należy zapewnić odpowiednią przestrzeń tak, aby mogły swobodnie leżeć, wstawać i kłaść się oraz przejawiać naturalne zachowania (oczyszczanie skóry, oganianie owadów, kontakt wzrokowy z innymi osobnikami), niezależnie od tego czy są utrzymywane w systemie uwiązowym czy bezuwiązowym. Zwierzęta utrzymywane w grupie powinny mieć zapewnioną taką przestrzeń, aby mogły wszystkie jednocześnie leżeć. Podłoże, na którym przebywają powinno zapewniać im swobodę ruchu, nie powodować urazów, dyskomfortu, powinno być utrzymane w dobrym stanie sanitarno - higienicznym i technicznym.

5. Jakość budynków i pomieszczeń, w których przebywają zwierzęta

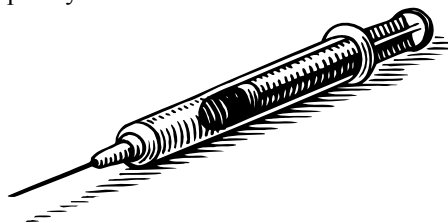
Zwierzęta powinny być utrzymywane w warunkach nieszkodliwych dla ich zdrowia, niepowodujących urazów, uszkodzeń ciała, cierpienia i stresu. W systemie otwartym należy zapewnić zwierzętom możliwość schronienia przed niekorzystnymi warunkami atmosferycznymi oraz drapieżnikami (ogrodzenie terenu, wiata). Sprzęt używany do karmienia i pojenia, elementy wyposażenia pomieszczenia, przegrody, ściany i podłogi pomieszczeń gospodarskich powinny być utrzymane w należyтым porządku, wykonane z materiałów nieszkodliwych, łatwych do oczyszczania i odkażania.

*Mgr inż. zoot. Monika Oichwier
Część II ukaże się w kolejnym numerze.
dostarczył - Dr n. wet. Roman Parzych*

NARKOTYKI PRAWDY I MITY

Wielu badaczy poszukujących przyczyn narkomanii jako jeden z ważniejszych czynników chroniących przed używaniem narkotyków wymienia rodzinę. Dobrze funkcjonująca rodzina jest jak sprawnie działająca maszyna. Wystarczy jednak, że jeden z członków rodziny ma problem, a cała rodzina może przestać sprawnie działać. Zażywanie narkotyków nie jest więc wyłącznie Twoją sprawą i może stać się przyczyną wielu rodzinnych problemów.

W życiu młodych ludzi zawsze ważna, czasem ważniejsza od rodziny jest grupa rówieśnicza. Aby znaleźć akceptację grupy, niektórzy gotowi są na wiele, nawet na używanie narkotyków. Bywa, że masz wspaniałych przyjaciół, ale z powodu narkotyków zmieniasz ich na innych. Kiedy znajdujesz coraz większe upodobanie w zażywaniu, a przyjaciele nie akceptują tego i w dodatku starają się odwieść Cię od brania, zwykle zmieniasz ich po prostu na narkotykowych „przyjaciół”. Narkotykowe przyjaźnie nigdy nie są prawdziwe i rzadko który przyjaciel oddałby Ci na głódzie swoją działkę. Najczęściej jest to jedynie wspólnota interesów, problemów i narkotycznych przeżyć.



Jedną z podstawowych potrzeb człowieka jest potrzeba miłości. Najintensywniej chyba objawia się ona w okresie młodości. Młodzi ludzie poszukują partnera czy partnerki, chcą kochać i być kochani. Niektórzy jednak mają problemy z nawiązywaniem kontaktów i sięgają po narkotyki dla dodania sobie odwagi i pewności siebie. Po niektórych narkotykach rzeczywiście ludzie są bardziej rozmowni, towarzyscy, wyluzowani, wzrasta ich samopoczucie i pewność siebie, łatwiej nawiązują znajomości. Problem w tym, że kiedy nie biorą, znowu stają się w swoim mniemaniu nieatrakcyjni, więc sięgają po nie ponownie i kółko się zamyka. Nie próbuj zmieniać swojej natury czy usprawniać za pomocą

narkotyków. Postaraj się polubić siebie i zaakceptować. Znajdź w sobie jakąś cechę, umiejętność, rozważ ją i zrób z niej atrybut swojej atrakcyjności.

Pod wpływem alkoholu i niektórych narkotyków rośnie ochota na seks – rośnie więc ryzyko przypadkowych kontaktów seksualnych. Seks bywa wtedy zwykle bez zabezpieczenia, a Ty nie pamiętasz nawet z kim i gdzie. Taka przygoda może mieć fatalne i nieodwracalne skutki: niechciana ciąża, HIV/AIDS, wirusowe zapalenie wątroby typu B i C oraz choroby przenoszone drogą płciową.

Zażywanie jakichkolwiek narkotyków nie pozostaje bez wpływu na zdrowie fizyczne i psychiczne człowieka i trudno to zakwestionować. Niektóre szkody są krótkotrwałe i odwracalne, ale niektóre mogą pozostawić trwałe ślady i nie mile wspomnienia na długie lata. Nieznajomość działania narkotyków może spowodować, że już pierwszy kontakt z nimi będzie miał fatalne następstwa:

- stany psychotyczne z myślami samobójczymi,
- fatalny w skutkach seks bez zabezpieczenia lub wbrew twojej woli,
- wypadek samochodowy,
- przedawkowanie,
- kłopoty z prawem.

Długotrwałe używanie narkotyków pociąga za sobą negatywne konsekwencje somatyczne, zaburzenia w sferze emocjonalnej, osobowościowej, a także wpływa na wygląd zewnętrzny, np. heroina – wychudzenie, zmiany zapalne skóry, próchnica zębów, ogólny brak dbałości o wygląd zewnętrzny; amfetamina – wychudzenie, wypryski, próchnica zębów; sterydy – trądzik, rozstępy, przyspieszenie łysienia, nadmierne owłosienie ciała u kobiet, przerost gruczołów sutkowych u mężczyzn.

Jest wiele powodów, dla których ludzie sięgają po narkotyki. Najczęściej z ciekawości, z powodu panującej mody na narkotyki, za czyjąś namową, z upodobania do ryzykownych zachowań, a niektórzy z powodu problemów, z którymi sobie nie radzą. Na problemy ludzie też chcą szybkich i łatwych rozwiązań, sięgają więc po leki uspokajające, alkohol lub narkotyki, które pomagają im się zrelaksować, uspokoić, zapomnieć o kłopotach. Problemy



„znikają” tylko wtedy, kiedy człowiek jest pod wpływem tych środków, więc trzeba ciągle utrzymywać ten stan, a przy tym brać coraz więcej, bo rośnie na nie tolerancja organizmu. Niektórzy więc piją lub biorą szukając dla siebie usprawiedliwienia. Mają powód – problemy. Picie alkoholu, branie leków czy narkotyków z powodu nie rozwiązanych problemów to prosta droga do uzależnienia, a to z kolei rodzi nowe problemy.

PIERWSZA POMOC – zatrucie narkotykami

Zażywanie narkotyku może spowodować różne reakcje organizmu zagrażające życiu. Może się zdarzyć, że będziesz świadkiem takiej sytuacji, wtedy powinienes wiedzieć co robić i jak udzielić pomocy. W każdym przypadku wezwij pogotowie ratunkowe tel. 999, powiedz co się stało, podaj miejsce zdarzenia, opisz stan poszkodowanego, jeżeli wiesz, powiedz jaki narkotyk został zażyty, podaj nr telefonu z którego dzwonisz. Zostań do czasu przybycia pogotowia.

Jak jeszcze można pomóc?

Czasami bywa, że bliskie nam osoby (rodzeństwo, koledzy, przyjaciele) zażywają od dłuższego czasu narkotyki, a my obserwując ich problemy często nie wiemy, jak poradzić sobie z taką sytuacją i jak im pomóc. Co prawda niewiele można zrobić dla osoby, która odrzuca naszą pomoc, ale zawsze warto spróbować: porozmawiaj, poświęć trochę czasu tej osobie i wysłuchaj dlaczego bierze. Zasugeruj, aby zadzwoniła na antynarkotykowy Telefon Zaufania 801 199 990 lub zaproponuj, że sam zadzwonisz w jej sprawie. Podaj adres i telefon najbliższej poradni leczenia uzależnień lub **zaproponuj odwiedzenie poradni internetowej** www.poradnia.narkomania.org.pl

Jolanta Adamowicz

GIMNAZJUM

09.12.2012r. w hali sportowej ZSS w Nowogrodzie rozegrano finał powiatowy w futsalu chłopców. Zespół chłopców z gimnazjum zajął VI miejsce.

15.12.2012r. w hali sportowej Gimnazjum w Jabłoni Kościelnej rozegrany został finał Mistrzostw Grupy Zachodniej w piłce ręcznej dziewcząt w ramach GIMNAZJADY, nasz zespół zajął V miejsce.

16.12.2012r. w hali sportowej w Kolnie rozegrany został finał Mistrzostw Grupy Zachodniej w piłce

ręcznej chłopców w ramach GIMNAZJADY, nasza drużyna zajęła VI miejsce.

16.03.2013r. w Piątnicy rozegrano finał powiatowy w futsalu dziewcząt. Nasze reprezentantki zajęły I miejsce.

20.04.2013r. na malowniczym terenie przy rzece Narew w Nowogrodzie zorganizowano zawody w sztafetowych biegach przełajowych szkół gimnazjalnych. Dziewczęta zajęły VI miejsce w powiecie, a XV w Mistrzostwach Grupy Zachodniej, Natomiast drużyna chłopców I miejsce w powiecie, a V w Mistrzostwach Grupy Zachodniej.

27.04.2013r. w Augustowie – Przewięzi, przeprowadzone zostały finały GIMNAZJADY WOJEWÓDZTWA PODLASKIEGO W SZTAFETOWYCH BIEGACH PRZEŁAJOWYCH. W finałach prawo startu miało po 20 najlepszych sztafet wyłonionych w Gimnazjadach powiatowych, a następnie w czterech półfinałach wojewódzkich. Zespół chłopców z naszego gimnazjum zajął VII miejsce.

Milena Parzych

SZKOŁY PODSTAWOWE

16.02.2013r. w Nowogrodzie został rozegrany finał zawodów powiatowych w piłce ręcznej chłopców. Drużyna z SP Kuzie zajęła I miejsce.

17.02.2013r. w Miastkowie odbył się finał zawodów powiatowych w piłce ręcznej dziewcząt. Drużyna z SP Zbójna zajęła I miejsce.

23.02.2013r. w hali sportowej Zespołu Szkół w Jabłoni Kościelnej rozegrany został finał Mistrzostw Grupy Zachodniej w piłce ręcznej dziewcząt w ramach IGRZYSK, Drużyna z SP Zbójna zajęła V miejsce.

24.02.2013r. w hali sportowej w Kolnie rozegrany został finał Mistrzostw Grupy Zachodniej w piłce

ręcznej dziewcząt w ramach IGRZYSK, Drużyna SP Kuzie zajęła VII miejsce.

9.03.2013r. w Miastkowie rozegrano finał zawodów powiatowych w halowej piłce nożnej dziewcząt. Drużyna z SP Zbójna zajęła I miejsce.

14.04.2013r. na „targowicy” w Nowogrodzie odbyły się zawody powiatowe Szkół Podstawowych w indywidualnych biegach przełajowych. W zawodach uczestniczyło 138 dziewcząt i 140 chłopców reprezentujących 21 szkół.

Najlepsze rezultaty
uczniów SP Zbójna:
kl. IV

- IV miejsce Ramona Ptaszyńska
- VII miejsce Kacper Remiszewski

- XII miejsce Kamil Młynarczyk
kl. V

- I miejsce Natalia Gontarz
kl. VI

- XI miejsce Magdalena Kisiel
- IX miejsce Dawid Kobrzyński
- XII miejsce Kamil Pupek

20.04.2013r. w Nowogrodzie został przeprowadzony finał Mistrzostw Grupy Zachodniej w Indywidualnych Biegach Przełajowych Szkół Podstawowych. VII miejsce zajęła uczennica SP Zbójna Natalia Gontarz awansując na zawody Województwa Podlaskiego.

Milena Parzych

LEKARZ RODZINNY**NARESZCIE WIOSNA**

Wprawdzie przychodzi bardzo nieśmiało i powoli, ale czuć ją już w powietrzu, w śmielszym świergocie ptaków i nareszcie widocznym błękitnie nieba i w słońcu. Człowiek to istota światłolubna, dlatego brak słońca zwłaszcza w tegorocznej zimie powodował u większości ludzi uczucie stałego znużenia, apatie, brak chęci do jakiegokolwiek pracy, bóle stawowe. Nasze organizmy nie wytwarzały odpowiedniej ilości witaminy D3, która poprawia nastrój i buduje kości. A kości słabe to nadmierna skłonność do złamań nawet przy niewielkich urazach. Nie do przecenienia jest również niedobór w diecie wapnia a więc przetworów mlecznych (jogurtów, serów), bo wapń

z nich jest lepiej wchłaniany. Następnym punktem ważnym dla naszych kości jest ruch. Ruch to nie tylko bardziej elastyczne i silniejsze stawy ale także lepiej utlenione komórki naszego ciała, silniejsze serce i naczynia, późniejszy proces starzenia się każdego organizmu. Im jesteśmy starsi, tym bardziej musimy o tym pamiętać. Siedzenie w domu przed telewizorem, a także poruszanie się w większości nawet na najmniejszą odległość samochodem powoduje uszczywnienie naszych stawów, przybieranie na wadze, a w konsekwencji dają spowolnienie przemiany materii: otyłość, cukrzycę. Można by dużo jeszcze o nadciśnieniu i cukrzycy mówić, ale nie chcę w ten wiosenny

czas psuć komukolwiek humoru. Powiem tylko jedno - nie myślcie Państwo, iż fakt, że cukrzyca nie boli, to znaczy że jej nie ma. Cukrzyca to wyjątkowo wredna choroba. Nie boli, ale robi złą robotę w naszym organizmie niszcząc naczynia krwionośne wszystkich narządów. Dlatego tak ważną sprawą jest utrzymywanie jej w ryzach: dietą, lekami, ruchem. A zatem ruszajmy się, kontrolujmy, ale również cieszyć się rozkwitającym na nowo życiem naszych ogrodów i pól, bo to jest właśnie najpiękniejsze, że nawet po najdłuższej zimie nadchodzi **WIOSNA**.

z wiosennymi pozdrowieniami
Wasz lekarz rodzinny
Wanda Kurowska Kowalewska

Zadanie 1

Istnieje pięć kół zębatach połączonych w szereg. Pierwsze koło jest ząbione z drugim kołem, a to z kolei z trzecim kołem, itd.

Jeżeli pierwsze koło zębate obraca się zgodnie ze wskazówkami zegara, to w jakim kierunku obraca się piąte koło zębate?

Zadanie 2

Jaka jest wysokość tej latarni morskiej?

- zapytał przechodzień.
- 50 metrów i jedna trzecia jej wysokości – padła odpowiedź. Jaka jest wysokość latarni?

Zadanie 3

Litery oznaczają liczby od 0 do 9. Wyznacz je, jeżeli spełnione są następujące warunki:

$$M + M = F$$

$$M - R = D + D$$

$$R - R = P$$

Zadanie 4

Stefek i Michał odrabiają pracę domową z matematyki. Stefek rozwiązuje jedno zadanie w ciągu 6 minut, zaś Michał rozwiązuje jedno zadanie w ciągu 10 minut. Gdy Stefek rozwiązał wszystkie swoje zadania, Michałowi zostały jeszcze 2 zadania.

Ile zadań mieli do rozwiązania chłopcy?

Zadanie 5

Butelka z korkiem kosztuje 1,10 zł. Butelka jest droższa od korka o złotówkę.

Ile kosztuje korek?

Alicja Lemańska



Wszystkich chętnych mieszkańców Gminy Zbójna zainteresowanych podstawami obsługi komputera i programów do edycji tekstu, tabel czy obrazów, zapraszamy na szkolenie informatyczne do Gminnego Ośrodka Kultury w Zbójnej. Zaczynamy od czerwca, a zgłoszenia przyjmujemy do końca maja. Prosimy o kontakt osobisty bądź telefoniczny – (86) 214-00-38.

**REGIONALNY OŚRODEK KULTURY W ŁOMŻY
WÓJT GMINY ZBÓJNA
I GMINNY OŚRODEK KULTURY W ZBÓJNEJ**

ZAPRASZAJĄ NA

**REGIONALNY PRZEGLĄD KAPEL, ŚPIEWAKÓW
I GAWĘDZIARZY LUDOWYCH**

**19.05.2013r.
ZBÓJNA – STADION**

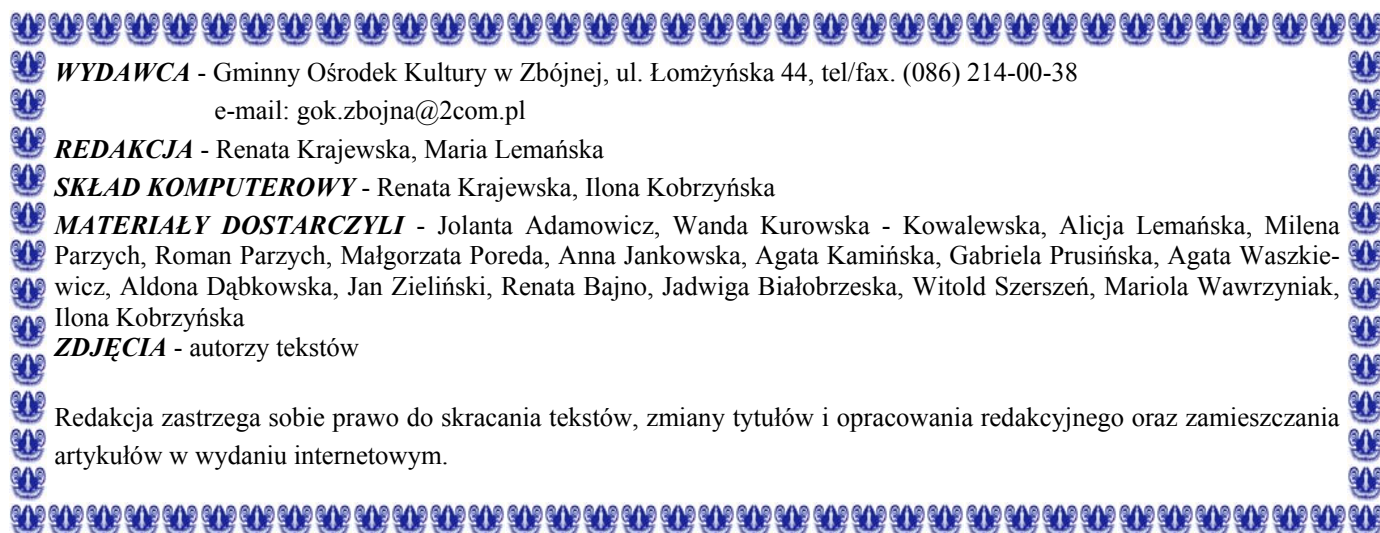
Program:

14.00 – Regionalny Przegląd kapel, Śpiewaków i Gawędziarzy Ludowych

19.00 – Koncert Zespołu Śpiewaczego ze Zbójnej

19.30 – 24.00 – Zabawa z zespołem ITEX i DJ Wodzirejem Sławomirem Chrostowskim

Podczas imprezy będą się odbywały: kiermasz sztuki ludowej, konkurencje zręcznościowe dla publiczności i atrakcje dla dzieci



WYDAWCA - Gminny Ośrodek Kultury w Zbójnej, ul. Łomżyńska 44, tel/fax. (086) 214-00-38

e-mail: gok.zbojna@2com.pl

REDAKCJA - Renata Krajewska, Maria Lemańska

SKŁAD KOMPUTEROWY - Renata Krajewska, Ilona Kobrańska

MATERIAŁY DOSTARCZYLI - Jolanta Adamowicz, Wanda Kurowska - Kowalewska, Alicja Lemańska, Milena Parzych, Roman Parzych, Małgorzata Poreda, Anna Jankowska, Agata Kamińska, Gabriela Prusińska, Agata Waszkiewicz, Aldona Dąbkowska, Jan Zieliński, Renata Bajno, Jadwiga Białobrzaska, Witold Szerszeń, Mariola Wawrzyniak, Ilona Kobrańska

ZDJĘCIA - autorzy tekstów

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania tekstów, zmiany tytułów i opracowania redakcyjnego oraz zamieszczania artykułów w wydaniu internetowym.