

Z okazji świąt Bożego Narodzenia wielu głębokich i radosnych przeżyć, wewnętrznego spokoju, zadumy nad płomieniem świecy, zwolnienia oddechu, nabrania dystansu do tego, co wokół, chwil roziskrzonych kołędą, śmiechem i wspomnieniami...

Wesołych Świąt!

Bez zmartwień, z barszczem, z grzybami, z karpem, z gościem, co niesie szczęście! Czekają nań przecież miejsc.

Wesołych Świąt!

A w Święta niech się snuje kołęda i gałązki świerkowe niech Wam pachną na zdrowie.

Wesołych Świąt!

Gdy Jezus przechodzi dzisiaj pośród nas ...

Radosnego oczekiwania i gotowości na przyjęcie Bożego Syna do swego życia, mocy Ducha Świętego, który pomoże nam uwielbiać Boga i zasiewać ziarno pokoju wśród bliskich.
Wielu darów Bożych w Nowym Roku!

Redakcja



17 LAT ODDANIA KURPIOWSKIM TRADYCJOM.

W dniu 17 października, w wieku 43 lat odeszła do wieczności nasza nieodżałowana Pani Dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury w Zbójnej - świętej pamięci Elżbieta Lemańska. Pogrzeb odbył się 20 października w Kościele w Zbójnej, w którym uczestniczyli licznie zgromadzeni, autentyczni przyjaciele zmarłej Eli z wielu instytucji, z którymi współpracowała. Nie przeszkodził ulewny deszcz w dniu uroczystości pogrzebowych. Każdy na swój sposób chciał Ją pożegnać i oddać pokłon Jej ogromnie twórczej pracy związanej z kultywowaniem tradycji kurpiowskich. W trakcie nabożeństwa członkowie zespołów, ubrani w odświętne, tradycyjne stroje kurpiowskie, żegnali Tą wspaniałą osobę pieśniami żałobnymi, a muzycy wykonywali przepiękne utwory na swoich instrumentach oddając jej hołd i towarzysząc w jej ostatniej drodze. Pozostali żałobnicy modlili się w cichej, indywidualnej modlitwie o spokój Jej duszy. Choć czujemy smutek i żal, gdy umie-

ra wspaniały, bliski człowiek, to jednak wierzymy, że Elżbieta nigdy nie odejdzie, będzie z nami cały czas i pozostanie na zawsze w naszych sercach.

Samorząd Gminy Zbójna



W numerze m.in.:	
○ Wydarzenia Kulturalne str. 3 i 4
○ Wspaniała nauczycielka	str.5
○ 10-lat gimnazjumstr. 6 i 7
○ Nasze zdrowie.....	str. 9 i 10
○ Z policyjnego notatnika	str. 12

Pani **Elżbieta Lemańska** – Dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury w Zbójnej od 1 sierpnia 1992 roku wzorowo i wyjątkowo profesjonalnie wykonywała zadania szefa gminnej instytucji kultury, której działalność znana jest w województwie podlaskim, w kraju i za granicą, dzięki zdobyciu wysokich nagród na festiwalach i w konkursach prezentujących kulturę kurpiowską. Elżbieta Lemańska przykładła ogromną wagę do pielęgnowania spuścizny naszych przodków. Wśród wielu nagród, jakie Gminny Ośrodek Kultury w Zbójnej otrzymał pod kierownictwem Elżbiety Lemańskiej, szczególnym jest zdobyty w 2003 roku „Kurpiok” – honorowa nagroda Prezesa Związku Kurpiów w kategorii Ochrona Dziedzictwa Kulturowego.

Na przestrzeni 17- letniej pracy zawodowej Pani Dyrektor wyzwała w naszej społeczności gminnej chęć zachowania tożsamości kurpiowskiej i ochrony wartości regionalnych. Systematyczna i niestrudzona praca Pani Elżbiety Lemańskiej przyniosła duże efekty w popularyzacji Regionu Kurpiowskiego. Jej ogromny dorobek krótkiego życia zawodowego można scharakteryzować w 6 głównych obszarach:

I. Promocja kultury kurpiowskiej:

Pod kierunkiem Pani Elżbiety Lemańskiej prowadzona była szeroka promocja Regionu Kurpiowskiego w kraju i za granicą, dzięki realizacji międzynarodowych projektów, w których uczestniczyła Kurpiowska Gmina Zbójna: Najważniejsze realizowane projekty:

1/ Program PHARE, projekt ECOS

(Ciąg dalszy na stronie 2)

17 LAT ODDANIA KURPIOWSKIM TRADYCJOM.

OUVERTURE-INTERGADEV

(współpraca z regionami w Portugalii, we Włoszech, w Szkocji i w Rumunię) w latach 1998 – 2002,

Program INTERREG III C Projekt „Europejska sieć wiosek agroturystycznych” - współpraca międzyregionalna z Finlandią, Portugalią, Włochami, i Rumunią w latach 2004 -2006 pozwoliły na organizację stoisk promocyjnych i konferencji międzynarodowych we wszystkich państwach uczestniczących w projekcie, na których prezentowane były tradycje i twórczość ludowa Kurpiowskiej Puszczy Zielonej,

3/ Projekt „ Rozśpiewane Kurpie, czyli ocalić od zapomnienia... ochrona tożsamości kulturowej Gminy Zbójna” realizowany w 2007 r. w ramach SPO Rol. dał możliwość wyposażenia zespołów ludowych działających przy Gminnym Ośrodku Kultury w Zbójnej w nowe, kompletne stroje kurpiowskie i instrumenty ludowe. Wydano jednocześnie folder promujący historię, kulturę i obrzędy kurpiowskie.

Oprócz tego Pani Elżbieta Lemańska organizowała stoiska promujące Kurpie w na imprezach „Podlaskie Gminy Wiejskie” na Placu Zamkowym w Warszawie w latach 2005, 2006 i 2007, w Wilnie w 2006 r. w Białymstoku w 2004 r. i na międzynarodowej konferencji w Łomży w dniu 17 maja 2005 r. Na stoiskach prowadzona była degustacja potraw regionalnych. Ekspozowano i pokazywano kurpiowskie rękodzieło (rzeźbę, kowalstwo, wycinanki, bukiety, palmy, pisanki, hafty, koronki). Prezentowano folklor kurpiowski (pieśni, gadki i muzyka kurpiowska).

We wrześniu 2007r. pod kierunkiem Pani Elżbiety Lemańskiej został zorganizowany udział Gminy Zbójna w Międzynarodowym Turnieju Gmin w Suchowoli „Między Nami Sąsiadami” w trakcie którego Gmina Zbójna zajęła II miejsce dzięki bogatej prezentacji kultury i twórczości kurpiowskiej.

II. Działalność artystyczna.

Przez 17 lat systematycznie odtwarzała, utrwała i upowszechniała kulturę ludową Kurpiowskiej Puszczy Zielonej. Pasja, oddanie i umiejętności organizatorskie Pani Elżbiety Lemańskiej pozwoliły na zebranie ogromnego dorobku artystycznego przez zespoły ludowe działające przy Gminnym Ośrodku Kultury w Zbójnej. Za upowszechnianie dziedzictwa kulturowego Zespół Śpiewaczy ze Zbójnej, którego była człon-

kiem, otrzymał wiele podziękowań i wyróżnień od Wojewody Łomżyńskiego, później od Wojewody Podlaskiego, od Starosty Łomżyńskiego a także dyplom Ministra Kultury w 2002 r. za osiągnięcia w upowszechnianiu kultury.

Do większych sukcesów zespołów można zaliczyć:

- koncertowanie poza granicami kraju - kilkakrotnie na Litwie a także we Francji i w Niemczech,

- występ w Filharmonii Narodowej w Warszawie (jako strona Pana Młodego w „Weselu Kurpiowskim” reżyserowanym przez G. Dąbrowską),

- nagranie półgodzinnego programu „Wielkanoc na Kurpiach” dla 2 programu Telewizji Polskiej,

- uczestnictwo w „Weselu Kurpiowskim” reżyserowanym przez T. Pardo, realizowanym we współpracy z zespołami z sąsiednich gmin - Turośli i Nowogrodu, prezentowanym kilkakrotnie w 2002 r.

- wydanie płyty z częścią repertuaru zespołu, dzięki której aktywniej promuje folklor kurpiowski,

- wiele osiągnięć konkursowych w przeglądach zespołów śpiewających - m. in.: w Ogólnopolskim Przeglądzie Zespołów Kurpiowskich w Nowogrodzie; w Kurpiowskich Prezentacjach Artystycznych w Ostrołęce, w Ogólnopolskim Konkursie „Sabałowe Bajania” w Bukowinie Tatrzańskiej, w Wojewódzkim Przeglądzie „W Poszukiwaniu i Przekazywaniu Folkloru”,

- wiele osiągnięć w przeglądach teatrów wiejskich i obrzędowych, m. in.: I miejsce w Wojewódzkich Przeglądach za: „Pieczenie chleba”, „Rajby”, „Królówkę”, „Oczepiny”, „Błogosłazieństwo”, w Wojewódzkich Spotkaniach Kolędniczych za „Królówkę” i „Herody”.

Poza systematycznym udziałem w różnego rodzaju konkursach i przeglądach zespoły uczestniczyły co roku w wielu uroczystościach – dożynkach, festynach oraz świętach lokalnych w regionie. Członkowie zespołów pod czujnym okiem Pani Dyrektor zawsze aktywnie wspomagali działalność na rzecz utrzymywania miejscowych tradycji, chociażby poprzez uczestnictwo w strojach ludowych w procesjach kościelnych:

w Boże Ciało, odpusty, Niedzielę Palmową i Wielkanoc. Nigdy nie zabrakło też tradycyjnego wieńca dożynkowego ze Zbójnej na regionalnych dożynkach. Niejednokrotnie zespoły kurpiowskie zapraszane były na autentyczne wesela w celu poprowadzenia kurpiowskich oczepin. Do atrakcyjnych przyciągał

w życiu zespołu należy zaliczyć m. in. udział w Ogólnopolskim Zlocie Wojciechów i Bartoszków w Raclawicach, gdzie członek zespołu Andrzej Lemański (mąż Elżbiety) zdobył tytuł „Chłopa Roku 2005” na Ogólnopolskim Konkursie w Raclawicach. Tak owocna działalność artystyczna zespołów nie byłaby możliwa, gdyby niezwykle taktowana i skuteczna, ciągła dbałość Pani Elżbiety o sponsoring wszystkich wydarzeń kulturalnych. Jej współpraca ze społecznikami i sponsorami pozwoliła na zorganizowanie wielu imprez kulturalnych o zasięgu regionalnym, które ożywiły nasze środowisko gminne.

III. Konkursy „Rozmaitości Wielkanocne”

Od marca 1999 roku Pani Elżbieta Lemańska rokrocznie organizowała konkurs „Rozmaitości Wielkanocne” angażując dużą rzeszę twórców i rękodzielników ludowych oraz pedagogów i młodzież szkolną. Ekspozycja tradycyjnych, kurpiowskich ozdób związanych ze Świętami Wielkanocnymi oraz procesje z palmami w parafiach Gminy Zbójna cieszyły się bardzo dużym zainteresowaniem mieszkańców województwa podlaskiego. Pani Dyrektor posiadała niezwykłą umiejętność wydobywania talentów i wyzwalania zapału do tradycyjnej twórczości rękodzielniczej.

IV. Regionalna Kuchnia Kurpiowska.

Pani Elżbieta Lemańska organizowała w Gminnym Ośrodku Kultury w Zbójnej szkolenia – warsztaty na temat „Kurpiowska kuchnia regionalna” a także zebrała i opracowała przepisy tradycyjnych potraw kurpiowskiej kuchni regionalnej: gulon z jełowcem, kapusta z kaso, rejbak, kasa ze skrzeczkami, kasa z komoso, tuk, chleb zytini z kartoflami, drożdżak (z makiem, z jagodami), fafernuchy, „Nowe latko”, psiwo kozicowe. Dorobek kulinarny tradycyjnych potraw kurpiowskich prezentowany był w trakcie imprez folklorystycznych. Potrawy regionalne z Gminy Zbójna zgłoszone do konkursu „Nasze kulinarne dziedzictwo” w 2005 roku uzyskały wiele nagród i wyróżnień.

V. Działalność wydawnicza.

Od grudnia 1998 roku Pani Elżbieta Lemańska była głównym redaktorem kwartalnika „Nowy Głos Puszczański” wydawanego przez Gminny Ośrodek Kultury w Zbójnej, na łamach którego były opisywane i promowane wydarzenia kulturalne w naszej gminie Regionalne Kurpiowskim.

VI. Wielka Orkiestra Świętecznej

(Ciąg dalszy na stronie 5)

**WARSZTATY
MIĘDZYPOKOLENIOWE
pt. „Kultura Kurpiowska
od A do Z”**

25 lipca 2009 r. zespoły ludowe działające przy GOK-u w Zbójnej wyjechały na warsztaty integracyjne do ośrodka wypoczynkowego w Gdańsku - Stogach.

Wyjazd zorganizowany był w ramach projektu Centrum Aktywności Społecznej w Zbójnej finansowany ze środków Programu Integracji Społecznej PPWOW. Warsztaty zostały zorganizowane poza miejscem zamieszkania uczestników, ażeby intensywnie zagospodarować wspólny czas.

Podczas pięciodniowego pobytu odbywały się zajęcia w zakresie śpiewu, tańca, rękodzieła i teatru obrzędowego. Zostały przydzielone role do widowiska „Rajby kurpiowskie”, pracowano nad tekstem gwarowym i poczyniono przymiarki sceniczne.

Poza „pracą” zespoły zwiedzały Pomorze, nawiązały współpracę kulturalną z Kaszubskim Zespołem Pieśni i Tańca „Chmielanie” i brały udział w VII Mistrzostwach Polski w Zażywaniu Tabaki w Chmielnie.

Warsztaty wyjazdowe stanowiły zachętę dla animatorów życia kulturalnego do dalszej pracy międzypokoleniowej na rzecz podtrzymywania kultury kurpiowskiej w Naszej Małej



Patrycja Samul na „Weselu wesel”

Ojczyźnie, a efekty można było obejrzeć podczas Jesiennych Prezentacji Kulturalnych w Zbójnej w postaci – widowiska obrzędowego „Rajby kurpiowskie”.

„WESELE WESEL”

Zaraz po powrocie z warsztatów 30 lipca Dziewczęcy Zespół Śpiewaczy uatrakcyjnił spotkanie w Łomżyńskim Ratuszu. Na uroczystej sesji Rady Miasta z okazji ogólnopolskiego spotkania małżeństw, które przeżywały wesela bezalkoholowe.

„...To Wesele trwa już 15 lat i nie ma końca.” – mówił ks. prałat Władysław Żądel, wiceprezes Stowarzyszenia Wesele Wesel. Duchowny, ubrany

w tradycyjny góralski strój, przywoływał góralskie powiedzonka i przyśpiewki typu: „Nie pij gorzałeczki, bo cie z pola zniesie, lepiej ze sie napij zimnej wody w lesie”.

DOŻYNKI

23 sierpnia w Lelisie odbyła się impreza dożynkowa „Dożynki na Kurpiach”. Uroczystość rozpoczęła się o godzinie 12.00 mszą świętą w kościele parafialnym w Lelisie. Następnie, zebrani wraz z korowodem wieńców dożynkowych przeszli na stadion i nastąpiła prezentacja gmin Kurpiowskich.

13 września byliśmy z wieńcem dożynkowym w Wysokiem Mazowieckiem, gdzie mieszkańcy podlaskich wsi podziękowali Bogu za zebrane plony. Dożynki Wojewódzkie to największe w roku święto rolników, będące ukoronowaniem ich całorocznego trudu.

Wojewódzkie Święto Płonów tradycyjnie utrzymane było w duchu ekumenicznym. Obchody dożynkowe rozpoczęły się mszą świętą w kościele pw. Św. Jana Chrzciciela w Wysokiem Mazowieckiem, której przewodniczył Jego Ekscelencja Stanisław Stefanek, Biskup Łomżyński.

Po nabożeństwach barwny korowód wieńców dożynkowych przeszedł ulicami





Nasz wieniec dożynkowy na głównym oltarzu w Lelisie

miasta na stadion miejski, gdzie po oficjalnym powitaniu przybyłych gości, nastąpiło uroczyste błogosławieństwo.

Odbył się również tradycyjny konkurs na najpiękniejszy wieniec dożynkowy. W kategorii wieńców tradycyjnych przyznano 3 równorzędne nagrody: jedna z nich - nagroda Starosty Wysokomazowieckiego - przypadła naszemu wieńcowi ze Zbójnej.

JESIENNE PREZENTACJE KULTURALNE

Podczas tegorocznej jesiennej imprezy nasz Zespół przedstawił widowisko obrzędowe „Rajby Kurpiowskie”. Zespoły z sąsiednich gmin zaprezentowały folklor kurpiowski. Ponadto imprezę uatrakcyjniły występy m.in.: Zespół Białoruski „Rozśpiewany Gródek”, Kaszubski Zespół Pieśni i Tańca „Chmielanie”, kabaret „Mafiola” z Ostrołęki, wystąpili także soliści śpiewacy, wokaliści i gawędziarze. Na ludowo przygrywała kapela „Maki”.

Rozrywką dla publiczności były konkursy sprawdzające umiejętności znane naszym babciom i dziadkom: zrobienie wycinanki kurpiowskiej, lepienie garnków z gliny, młocka cepami, mielenie w żarnach.

Występom towarzyszyły stoiska ze sztuką ludową, z potrawami regionalnymi, pokazami pracy rękodzielników oraz



Borowik - p. Teresy Parzych

konkursy dla publiczności.

Dodatkową atrakcją był konkurs

o nagrodę Nadleśniczego Nadleśnictwa Nowogród - na najdorodniejszego grzyba i konkurs o nagrodę Wójta Gminy Zbójna - na najwyższą kukurydzę. Laureaci zostali uwiecznieni w Gminnej Księdze Rekordów: pod pozycją pierwszą zamieściliśmy kukurydzę o wysokości 356 cm - wyhodowaną przez Bogumiłę Parzych ze Zbójnej kolonia Parzychy, a pod pozycją drugą grzyb - borowik o wadze 450 gramów przyniesiony

przez Teresę Parzych ze Zbójnej.

Późnym wieczorem imprezę zakończyły zespoły: „ITEX” i „DEMIX”.

Współpracowali z nami OSP w Zbójnej, Szkoła Podstawowa i Gimnazjum w Zbójnej, Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Zbójnej, Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.

Organizatorzy - Wójt Gminy Zbójna i Gminny Ośrodek Kultury serdecznie dziękują sponsorom: Browarowi Łomża, Spółdzielni Mleczarskiej „Mlepol”, Towarzystwu Ubezpieczeniowemu PZU, Nadleśnictwu Nowogród, Związku Kurpiów, Starostwu Powiatowemu w Łomży oraz wszystkim, którzy wnieśli swój wkład przy zorganizowaniu Jesiennych Prezentacji Kulturalnych.

KSIEGA REKORDÓW

Została powołana specjalna komisja, która będzie decydować o wpisach do naszej Gminnej Księgi Rekordów.

Tak więc jeśli Państwo - mieszkańcy gminy, będziecie dysponować czymś co warto byłoby zapisać w księdze prosimy o kontakt z Gminnym Ośrodkiem Kultury w Zbójnej.

SCENA MŁODYCH WOKALISTÓW

Patrycja Gontarz i Ewa Lemańska reprezentujące Szkołę Podstawową w Zbójnej, oraz Marlena Korzeniecka reprezentująca GOK Zbójna 28 listopada 2009 - przywiozły trzy wyróżnienia z XVII Giełdy Piosenki Dziecięcej w Łomży

RK



Od lewej: Małgosia i Ewa Lemańskie, Katarzyna Plona, Patrycja Gontarz, Patryk Nadolny i Marlena Korzeniecka.

Elżbieta Lemańska - to nasza wspaniała nie tylko koleżanka, ale przede wszystkim nauczycielka.

Swoim życiem i pogodą ducha, którą zachowywała każdego dnia, uczyła nas zmierzać się z problemami. Z łagodnością, cierpliwością oraz pokojem serca, który niewątpliwie posiadała, podejmowała każde wyzwanie. Nigdy nie wybuchała złością, gniewem, a tym bardziej nienawiścią wobec innych. Sądzę, że do nikogo jej nie żywiła.

Do takiego pokoju serca, jaki charakteryzował Elę, nawołuje nas Matka Boża z Medjugorie, gdzie to św. pamięci Elżbieta wybrała się w czerwcu tego roku, by prosić Maryję, Królową Pokoju o zdrowie dla siebie.

Nie tylko ona, ale wielu spośród nas, pielgrzymujących razem z nią do Medjugorie uwierzyło, że Maryja dokonująca tak wielu cudów, wysłucha również prośb i modlitw Elżbiety.

Równie ważną intencją, jak zdrowie, było dla Eli wyproszenie łaski pokoju dla otoczenia, wśród którego żyła na co dzień.

Pamiętam, jak św. pamięci Elżbieta była bardzo zadowolona, a można rzec

- szczęśliwa, gdy po objawieniu Maryi tłumacz powiedział, że pozdrawia Ona szczególnie ludzi chorych. Ela wówczas stwierdziła: „...no i to mi w zupełności wystarczy...”.

Bardzo zaufała Maryi. Wbrew temu, co dzieje się w dzisiejszym, nowoczesnym świecie – osoba inteligentna, wykształcona i na stanowisku miała w sobie ogromny potencjał wiary i ufności w Boga. Chętnie się nim dzieliła, szczególnie z tymi, którzy byli otwarci na słuchanie tego, co miała do powiedzenia. Nie lubiła się narzucać.

Po powrocie z tej Pięknej Krainy, jaką jest Medjugoria Ela opublikowała, w redagowanej przez siebie gazetce artykuł na temat tego miejsca zwanego: „Przedsionkiem Nieba”. W napisanie jego włożyła całe swoje serce.

Pamiętam, gdy po ukazaniu się gazety, żartobliwie powiedziałam do niej, że może nikt z czytelników nie zainteresuje się artykułem o takiej tematyce, jakże dzisiaj niemożliwej.

Ela odparła bardzo poważnie: „Widziałam jak czytała go Jagoda, wiesz miała łzy w oczach. Warto było, choćby dla tej jednej osoby.”

Właśnie taka była Ela. Bardzo poważnie traktowała Boga i wszystko to, co jest z nim związane.

Może niejedna osoba powie, że Bóg okazał się dla niej niesprawiedliwy; że prosiła o zdrowie, a otrzymała śmierć. Ja uważam, że otrzymała dużo więcej niż zdrowie fizyczne. Zdrowie „na ciele” posiada wielu z nas, ale „zdrowiem duszy”, jakie ona osiągnęła nie może poszczycić się wielu.

„Łaska Boska jest do zbawienia konieczna”. Ona tę łaskę wyprosiła, być może w Medjugorie?

Jej śmierć, może nie tyle śmierć, co sposób, w jaki umierała był dla nas, znających ją, cudowną lekcją, której udzieliła nam w ostatnich dniach swego życia.

Na nasze szczęście jej najbliżsi podzielili się z nami kilkoma szczegóła-

mi dotyczącymi jej śmierci, jak np. tym, że lekarze zajmujący się Elą stwierdzili, iż osoby tak pogodnie umierającej oraz godnie znoszącej cierpienie jeszcze nie widzieli; tym, że nie rozstała się do samego momentu śmierci z chusteczką przywiezioną z Medjugorie, nasączoną tam w osoczu krwi, wyciekającym z metalowej figury Chrystusa Zbawiciela, czy choćby tym, że łącząc swoje cierpienie z cierpieniem konającego Chrystusa nie pozwalała na zwilżanie swoich spierzchniętych ust.

Bardzo istotnym faktem dotyczącym jej śmierci jest to, że w ostatniej minucie życia wyciągnęła, ostatkiem sił, swoje zbolące ręce, w geście podania ich jakiejś „Niewidzialnej Istocie”.

Podczas swojego, jakże krótkiego życia, św. pamięci Elżbieta zrobiła bardzo wiele dobrego.

Długość życia jednak nie jest wyznacznikiem jego jakości, a może ładniej – świętości ?!

Eli w zupełności wystarczyły czterdzieści trzy lata, by tę świętość osiągnąć.

Koleżanka współpielgrzymująca z Elą do Medjugorie



Figura Matki Bożej
Królowej Pokoju w Medjugorje



Figura Jezusa Chrystusa Zbawiciela

(Ciąg dalszy ze strony 2)

17 LAT ODDANIA KURPIOWSKIM TRADYCJOM.

Pomocy.

Od 9 lat we współpracy z pedagogami gminnych szkół Elżbieta Lemańska angażowała ogromne rzesze wolontariuszy kwestujących na rzecz „Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy”.

W 2002 r. po raz pierwszy zorganizowała sztab WOŚP w Zbójnej, który z roku na rok osiągał coraz większe wyniki w zbiórkach i w licytacji przedmiotów rękodzielniczych zgromadzonych na aukcję. Swoją osobistą wrażliwością na potrzeby innych umiała зараzić dobroduszością tak wielu ludzi i włączyć w tak ogromne przedsięwzięcie charytatywne całą społeczność.

Pochylamy wszyscy głowy, doceniając ogromnie twórczą i bogatą, 17-letnią działalność Pani Elżbiety Lemańskiej.

Zapraszamy naszych czytelników do publikowania w „Nowym Głosie Puszczańskim” swoich osobistych wspomnień związanych z Elżbietą Lemańską.

A. Górak

NASZE „LATAJACE” GIMNAZJUM



Od lewej: Zenon Białobrzewski, Renata Bajno, Elżbieta Parzych, Jan Gawrych, Irena Samelko, Jadwiga Białobrzewska, Barbara Wawrzynowicz, Maria Lemańska, Krzysztof Usakiewicz, Jacek Krzynówek.

10 lat minęło

Chociaż trudno w to uwierzyć, minęło 10 lat od czasu kiedy w Polsce utworzono gimnazja, będące ciąglem tematem wielu rozmów, a nawet krytycznych ocen ze strony nie tylko uczniów i nauczycieli, ale też samych władz. Jakby nie było, gimnazja funkcjonują od 10 lat.

Gimnazjum w Zbójnej zostało powołane uchwałą Nr IV/26/99 Rady Gminy w Zbójnej z dnia 15 marca 1999r., po uzyskaniu zgody Kuratora Oświaty w Białymstoku.

Obowiązki dyrektora szkoły zostały powierzone od 01 września 1999r. p. Marii Lemańskiej, która do dziś wzorowo zarządza naszą szkołą.

Nasze gimnazjum jednak było wyjątkowe (choćby osobiście uważam, że nadal takie jest), było nazywane Wirtualnym lub „Latającym Gimnazjum”. Tą ciekawą i nietuzinkową nazwę zawdzięcza temu, iż funkcjonowało w trzech budynkach jednocześnie, w trzech różnych miejscowościach, a przecież było jedną szkołą. Nauczyciele dojeżdżali na lekcje ze Zbójnej do Kuzi i do Dobregolasu. Były trzy klasy, których literki oznaczające informowały jednocześnie o miejscowości, w której uczniowie się uczą, a więc klasa I z – Zbójna, klasa I k – Kuzie, klasa I d – Dobrylas. W pierwszym roku naukę rozpoczęło

83 gimnazjalistów. Pierwszymi wychowawcami byli: p. Jacek Krzynówek (obecny dyrektor Szkoły Podstawowej im. Marii Konopnickiej w Zbójnej), p. Joanna Majchrzak, p. Jan Wołczyński (którego klasę przejęła p. Anna Prusinowska).

Trudne początki

Mówi się, że początki zawsze bywają trudne. Nam było naprawdę „pod górkę”. Nie mieliśmy nawet bazy lokalowej. Korzystaliśmy więc z gościnności aż trzech szkół podstawowych (w Zbójnej, Kuziach i Dobrymlesie). Nasi uczniowie uczyli się w tych samych budynkach, co uczniowie szkół podstawowych, ale nikt nie narzekał. 1 września 2001r. mieliśmy do swojej dyspozycji 9 sal lekcyjnych w Szkole Podstawowej w Zbójnej.

Własne 4 kąty

W 2002 r. dostaliśmy „w spadku” po szkole podstawowej własne 4 kąty (co prawda około 50 –letnie), ale własne. Zaczęto modernizować budynek, który dzisiaj tylko wyglądem zewnętrznym przypomina dawną szkołę podstawową. Priorytetem stało się stworzenie jak najlepszych warunków do pracy dydaktycznej i wychowawczej. Modernizacja obiektu objęła wejście do budynku i szatnie. Środki pozyskane z programu Aktywizacji Ob-

szarów Wiejskich umożliwiły remont świetlicy szkolnej oraz kuchni.

W prace remontowe zaangażowali się rodzice naszych uczniów. Tak naprawdę to oni je zapoczątkowali. Poświęcili swój prywatny czas, aby podnieść standard szkoły. W ferie zimowe 2002r. odnowili całkowicie salę nr 1, potem salę nr 11, potem były kolejne (w ubiegłym tygodniu zyskałyśmy kolejną, jeszcze pachnącą świeżą farbą, salę językową). Szkoła zyskała nowe ogrodzenie i kończące się prace na boisku wielofunkcyjnym „Orlik 2012”.

Dziś w naszej szkole uczy się 183 uczniów, którzy na zajęcia dowożeni są 4 autobusami.

Szkoła dysponuje 10 salami dydaktycznymi w tym: pracownią wychowania komunikacyjnego otwartą w 2007r., nowoczesną pracownią komputerową z 2008r., z dostępem do Internetu w kilku salach, biblioteką (wyremontowaną w tym roku szkolnym) oraz nowoczesną kuchnią.

Uczniowie poszerzają swoje umiejętności poprzez udział w organizowanych w szkole zajęciach pozalekcyjnych (zajęcia dodatkowe z języka niemieckiego i języka rosyjskiego), na kołach zainteresowań oraz zajęciach chóru. Ponadto uczniowie (mieszkańcy także) mają możliwość korzystania z siłowni, aerobiku, spē-

dzają czas wolny na nauce gry w szachy, tańca Break Dance, grają w piłkę.

Skuteczna reklama

10 lat istnienia zobowiązuje, trzeba się czymś wykazać, ale nasza szkoła ma czym:

-w 2000 r. nasza uczennica Sylwia Mielnicka zajęła I miejsce w Ogólnopolskim Konkursie Historycznym „Krag”, a 2 lata później zdobyła II miejsce na szczeblu centralnym, Izabela Popiołek zajęła I miejsce na szczeblu wojewódzkim. Obie uczennice w nagrodę wyjechały na wycieczkę do Brukseli,

- w 2004r. Mateusz Walczyk doszedł do szczebla centralnego w XII edycji Ogólnopolskiej Olimpiady Zdrowego Stylu Życia PCK, w tym samym roku zajęliśmy w województwie III miejsce drużynowo w szachach dziewcząt i I miejsce w powiecie w halowej piłce nożnej,

- w 2007r. Krystian Cempa został finalistą konkursu informatycznego na szczeblu wojewódzkim.

Jedna z naszych absolwentek Mile-na Lutrzykowska została MISS Podlasia 2007.

Szkołę promujemy poprzez organi-

zowanie akademii szkolnych i środowiskowych o charakterze patriotycznym. Nasi uczniowie aktywnie biorą udział w akcji Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, Konkursie Rozmaitości Wielkanocnych. Informacje o ważniejszych wydarzeniach z życia szkoły ukazują się w szkolnej gazecie „Pod Lupa” oraz w „Nowym Głosie Puszczańskim”.

Okazja do świętowania

13 października obchodziliśmy swój Jubileusz. Na sali Gminnego Ośrodka Kultury w Zbójnej odbyła się uroczysta akademii szkolna. Wiele wysiłku i pracy włożyli nauczyciele i uczniowie w przygotowania. Tego dnia nie mogło być mowy o żadnych pomyłkach, czy niedociągnięciach. Było trochę nerwowo; uczniowie mieli treść, bo gości było sporo; nauczyciele mieli „swoją” treść, z tegoż samego powodu, i „uczniowską”, bo martwili się za swoich podopiecznych. Wszystko było dopięte na ostatni guzik.

Uczniowie zaprezentowali swoje umiejętności aktorskie i kabaretowe. W nagrodę otrzymali gromkie brawa od publiczności, która z przejęciem

i zainteresowaniem oglądała życie szkolne na scenie. Podczas oficjalnej części uroczystości, nauczyciele, którzy od 10 lat pracują w naszym gimnazjum, otrzymali podziękowania od pani dyrektor oraz pamiątkowe statuetki. Podziękowania też otrzymali: Pan Wójt Gminy Zbójna oraz Przewodniczący Rady Gminy. Były kwiaty i życzenia. Tego dnia chyba nikt nie miał wątpliwości, że nasze gimnazjum jest jedną wielką rodziną.

Marzena Cieplińska



W tym roku szkolnym „Medal Komisji Edukacji Narodowej” za szczególne zasługi dla oświaty i wychowania – od pani Minister Katarzyny Hall otrzymała pani Maria Lemańska. „Złotym Medalem” za długoletnią służbę w oświeceniu zostali odznaczeni pani Maria Lemańska i pan Wiesław Nowak przez prezydenta RP – Lecha Kaczyńskiego.

Gratulujemy.

Redakcja

WIEŚCI Z GMINNEJ BIBLIOTEKI

„KURPIE ZIELONE W LITERATURZE”



12 listopada 2009r. w Gimnazjum odbył się gminny konkurs recytatorski „Kurpie Zielone w Literaturze”. Konkurs zorganizowany przez gminną Bibliotekę Publiczną w Zbójnej przy współpracy z Gimnazjum.

W konkursie wzięło udział 12 uczniów klas gimnazjalnych.

Po wysłuchaniu uczestników komisja w składzie:

- Białobrzezka Jadwiga – starszy kustosz Gminnej Biblioteki Publicznej,
- Lemańska Maria – Dyrektor Gimnazjum,
- Małkowska Joanna – bibliotekarz szkolny
p o s t a n o w i ła przyznać nagro-

dy dla następujących osób:

W kategorii „gadka kurpiowska”

I miejsce - Tomasz Walczyk L. Czyż „Księdzisko ziśnia”

II miejsce - Olga Szewczyk L. Czyż „Jek Rozyna ojca lekowała”

W kategorii „wiersz”

I miejsce - Jakub Adamowicz L. Czyż

„A wiosną proszę pana”

II miejsce - Agnieszka Pijanowska J. Pijanowska „To Ty”

Uczestnicy wytypowani do międzygminnego konkursu w Lelisie

1. Tomasz Walczyk
2. Olga Szewczyk
3. Jakub Adamowicz
4. Agnieszka Pijanowska

18 listopada 2009r. w Lelisie nasi gimnazjaliści zostali nagrodzeni:

Agnieszka Pijanowska zajęła
- III miejsce

Jakub Adamowicz otrzymał
- Wyróżnienie

Gminna Biblioteka Publiczna w Zbójnej dostała dofinansowanie z Biblioteki Narodowej w Warszawie na zakup nowości wydawniczych w kwocie 1300zł.

J. Białobrzezka

SPRZĄTANIE ŚWIATA 2009

Akcja „Sprzątanie świata” odbywa się tradycyjnie w trzeci weekend września. Jej celem, ważniejszym niż usunięcie śmieci zalegających poza miejscem przeznaczonym do ich składowania, jest **podnoszenie świadomości ekologicznej społeczeństwa**.

„Sprzątanie świata” zapoczątkowano w Australii w 1989 roku. W Polsce akcja prowadzona jest od 1994 roku, pod patronatem Fundacji Nasza Ziemia.

Od początku uczestniczą w niej również uczniowie Szkoły Podstawowej im. Marii Konopnickiej w Zbójnej.

18 września uczniowie naszej szkoły wraz z nauczycielami wyruszyli w teren, by oczyścić przydrożne ro-

wy, lasy, chodniki, parkingi oraz place zieleni z zalegających śmieci. Nieestety i tym razem śmieci nie brakowało. Część z nich posegregowaliśmy i złożyliśmy do pojemników ustawionych przy szkole. Pozostałe zostawiśmy w workach przy drodze. Worki te zostały zebrane przez pracowników Urzędu Gminy w Zbójnej.

Akcję „Sprzątanie świata” zakończyliśmy pieczeniem kielbasek na

ognisku. Zjedliśmy smaczne kielbaski i wyruszyliśmy do domu w przekonaniu, że śmieciemy każdego dnia w domu, w pracy, w szkole, na urlopie.

Musimy, zatem wiedzieć jak „śmiecić świadomie i z głową” - czyli jak zagospodarować i segregować odpady, tak by stawały się znowu użyteczne.

Kazimierz Trzcinka

W sprzątanie świata zaangażowały się również szkoły podstawowe z Dobregolasu i z Kuzi oraz z Gimnazjum w Zbójnej. Za zorganizowanie akcji dziękujemy Nadleśnictwu Nowogród.

Redakcja



ŚWIETLICA INTEGRACYJNA W SZKOLE PODSTAWOWEJ W DOBRYMLESIE

Szkoła Podstawowa w Dobrymlesie w grudniu kończy działalność świetlicy integracyjnej, która trwała przez półtora roku. Cieszy się dużym zainteresowaniem w środowisku lokalnym. W okresie od września do grudnia zorganizowano „Święto pieczonego ziemniaka” połączone z różnymi zabawami, pieczeniem w ognisku kielbasek i ziemniaków. W październiku połączono zabawy ekologiczne ze „Świętem Halloween”. Dzieci przebrały się w ekologiczne

stroje z odpadów na „Święto Halloween”. Odbył się konkurs na najciekawszy strój. W listopadzie uczestnicy świetlicy integracyjnej brali udział w różnych zabawach muzycznych. Dzieci wspaniale prezentowały się w śpiewie karaoke z przygotowanymi przez nauczycieli podkładami muzycznymi. W grudniu odbędzie się podsumowanie działalności świetlicy.

Podczas zajęć świetlicy integracyjnej dzieci poznały wiele różnorodnych gier i zabaw, podczas, których

doskonalili ogólną sprawność fizyczną, koncentrację uwagi, rozwijały wrażliwość ekologiczną oraz kształtowały podstawowe zasady ochrony przyrody, rozwijały wrażliwość percepcyjną w zakresie melodii, ekspresji. Zabawy wdrażały dzieci do zajęć zespołowych, ułatwiały nawiązanie kontaktu z rówieśnikami. Wprowadzały wiele radości, zaspakajały potrzebę ruchu. Uczyły współdziałania w grupie.

Maria Popiolek



RODZINA ALKOHOLOWA - WSPÓLUZALEŻNIENIE

Za rodzinę z problemem alkoholowym uważa się rodzinę w której choćby jedna osoba pije w sposób przynoszący szkodę. Głównie dotyczy to rodzin, w których ktoś jest uzależniony od alkoholu. Człowiek pijący w sposób destrukcyjny dostarcza wszystkim innym problemów życiowych, finansowych i emocjonalnych, co sprawia, że cała rodzina boryka się z szeroko rozumianym „problemem alkoholowym”.

Rodzina jest systemem, grupą społeczną osób zależnych od siebie w zaspokajaniu swoich potrzeb uczuciowych, społecznych i duchowych. Jest wspólnotą. Nie ma rodzin bez problemów, bez konfliktów. Rzecz w tym, by konflikty rozwiązywać konstruktywnie, a sprzeczności w miarę możliwości godzić. Rodzina: z problemem alkoholowym ma szczególnie rodzaj problemu, lecz nie jest on ani lepszy, ani gorszy niż problemy innych rodzin.

Virginia Satir wymienia cztery cechy zdrowej psychologicznie rodziny:

- Pozytywna tożsamość i autonomia poszczególnych członków rodziny.

- Otwarte i skuteczne komunikowanie się.

- Wzajemność.

- Połączenie ze światem zewnętrznym. W każdym z wymienionych obszarów funkcjonowania rodziny problemy alkoholowe wywołują coraz głębsze zaburzenia. Członkowie rodziny przystosowują się do życia w coraz bardziej patologicznej sytuacji, ale ich sposoby przystosowania stają się dysfunkcyjne.

Joan Jackson następująco opisała fazy przystosowania do życia w rodzinie alkoholowej:

Faza I. Zaczynają się incydenty nadmiernego picia i chociaż są one sporadyczne, tworzą napięcia w układzie małżeńskim. Rodzina (żona) podejmuje próby interwencji, ale wobec oporu osoby pijącej nie odgrywają one większej roli. Rozwija się system wymówek, usprawiedliwień, obietnic i ich naruszania. Dominującą postawą jest zaprzeczanie obecności problemu.

Faza II. Wraz z nasilaniem się incydentów alkoholowych rośnie izolacja rodziny. Coraz więcej myśli i zachowań członków rodziny koncentruje się

wokół picia. Wzrastają napięcia i pretensje, pogarszają się relacje małżeńskie, pojawiają się zaburzenia emocjonalne u dzieci. Podejmowane są próby utrzymania struktury życia rodzinnego w nie zmienionej postaci i ukrywania negatywnych konsekwencji picia.

Faza III. Rodzina zaczyna rezygnować z prób sprawowania kontroli nad zachowaniami alkoholowymi. Zaczyna zajmować się przede wszystkim tym, co pomaga w zmniejszaniu doświadczeń trudności, nie zajmując się odległymi celami i planami na przyszłość. Zaburzenia dzieci stają się coraz wyraźniejsze, kończą się próby podtrzymywania złudzeń na temat tego, że alkoholik podejmuje swoją rolę rodzinną. Nasila się dezorganizacja życia rodzinnego.

Faza IV. Żona (na ogół) podejmuje kontrolę nad życiem rodzinnym i zaczyna traktować męża jak krnąbrne i duże dziecko. Litość i silne uczucia opiekuńcze zastępują poprzednio przeżywane pretensje i wrogość. Rodzina staje się trochę bardziej stabilna i zorganizowana w taki sposób, by zmniejszyć skutki zachowania alkoholika.

Faza V. (Jeśli do niej dojdzie). Żona zaczyna odseparowywać się od pijącego nadal męża i z czasem następuje rozstanie. Postępowanie żony jest skoncentrowane na rozwiązywaniu problemów bytowych i emocjonalnych związanych z determinacją pod hasłem „uratować siebie”. Może nastąpić ucieczka od problemów alkoholowych i od męża.

Faza VI. Żona (mąż) i dzieci dokonują reorganizacji rodziny i zaczynają żyć bez osoby uzależnionej. Oznacza to uczenie się samodzielności, rozstawania z pretensjami i oczekiwaniami wobec alkoholika.

Faza VII. (Jeżeli nastąpi). Alkoholik osiąga stabilną abstynencję i rodzina stara się ponownie zorganizować w celu włączenia alkoholika w rodzinne sprawy, co nie odbywa się bez poważnych problemów emocjonalnych.

Każda z tych faz może trwać wiele lat. Czasem przystosowanie się rodziny zatrzymuje się w fazie czwartej i tak już zostaje. Alkoholik orbituje na obrzeżach rodziny, gdy inni jej członkowie łatają dziury w budżecie, porządku życiowym, uczuciach itd. I można powiedzieć, że „jakoś sobie

radzą”, choć trudno tę sytuację uznać za zdrową i satysfakcjonującą.

Zespół cierpień i zaburzeń członków rodziny alkoholowej określa się pojęciem współuzależnienia. Obejmuje on następujące objawy:

- Obsesję alkoholową (uporczywe myślenie o tym, czy alkoholik upije się czy nie, w jakim stanie wróci, co zrobi, jak zachować się gdy przyjdzie pijany), co oznacza, że osoba która nie pije pośrednio koncentruje swoje myśli wokół alkoholu.

- Zaburzenia emocjonalne w postaci gwałtownych zmian nastroju (huśtawka emocjonalna), czarnowidztwo, nastroje depresyjne, zamęt uczuciowy.

- Pustka duchowa w postaci nerwowej koncentracji na szczegółach życia codziennego, bez dystansu do spraw drobnych, który otrzymujemy przez zatrzymanie się i refleksję nad sensem życia. Rozpacz, desperacja i brak nadziei.

- Wspomaganie choroby alkoholowej przez zwolnienie alkoholika z odpowiedzialności za skutki jego picia (kłamstwo w celu osłonięcia go, tuszowanie wielu spraw, chronienie go przed przykrościami, które mogą być konsekwencją tego, że „narozrabiał”).

- Zaburzenia psychosomatyczne i nerwice, sięganie po środki uspokajające lub inne środki chemiczne, co w konsekwencji może doprowadzić do własnego uzależnienia.

Role rodzicielskie w rodzinie z problemem alkoholowym podlegają coraz większemu wypaczeniu. To, co rodzice mają do zaoferowania swoim dzieciom, to:

- zmienność nastrojów,

- niekonsekwencje wychowawcze,

- niestabilność postaw i oczekiwań wobec siebie nawzajem i wobec dzieci,

- brak uwagi w sytuacjach zaabsorbowania, alkoholem i piciem alkoholika,

- brak oparcia (nieprzewidywalność, widoczne zagubienie dorosłych),

Sytuacja ta powoduje patologiczne wzorce przystosowania dzieci.

Podstawowe patologiczne role dzieci w rodzinie dysfunkcyjnej:

- bohater rodzinny,

(Ciąg dalszy na stronie 10)

LEKARZ RODZINNY RADZI

Zbliżają się Święta i nie chciałabym straszyć Was jak zwykle, tym bardziej, że wiecie chyba wszystko na temat GRYPY - szczepić się czy nie? Ja i moi współpracownicy zaszczepiliśmy się, nie możemy pozwolić sobie na chorowanie, bo kto by Was leczył. Szczepionka jest jeszcze dostępna w naszej Przychodni (choć w niewielkiej ilości). Każdy powinien sam rozważyć swoje zagrożenia dotyczące ewentualnej choroby i powikłań po niej. Na pewno wszyscy powinni przestrzegać pewnych norm postępowania, aby ograniczyć rozprzestrzenianie się wirusów grypy a więc:

1. Myć często ręce.
2. Przy objawach przeziębienie zostać w domu kilka dni, dotyczy to również dzieci, które bardzo często są wysyłane

przeziębione do szkoły - błąd i to bardzo poważny. Przy przeziębieniu organizm jest osłabiony i łatwo łapie inne wirusy i bakterie.

3. Przy infekcji pić dużo płynów, leżeć w łóżku i wypoczywać ewentualnie leki to typowe leki na przeziębienie witamina C, czosnek, cebula, leki homeopatyczne.

I tu należy pamiętać, aby nie obniżać temperatury za wszelką cenę. Temperatura to walka naszego organizmu z infekcją. Wirusy i bakterie giną w wysokiej temperaturze. Obniżać należy ją u dzieci i starszych gdy przekracza 39°C.

4. Skontrolować się u lekarza jeżeli temperatura utrzymuje się powyżej 4-5 dni oraz jeżeli spadnie i po kilku dniach ponownie się podniesie.

5. Unikać całowania się zwłaszcza z osobami przeziębionymi, nie pozwalać na kontakt takich osób z niemowlętami.

Drugi temat niewątpliwie świąteczny to problem jedzenia i picia przy stole wigilijnym oraz w same święta. I tu moja serdeczna prośba.

NIE PRZEJADAJMY SIĘ I NIE NADUŻYWAJMY ALKOHOLU.

Wszystko jest dla ludzi, ale po co cierpieć, zamiast cieszyć się ze spotkania z bliskimi. Mamy w tym roku kilka dni świątecznych. Wykorzystajmy je na rozmowy, spacer i cieszymy się z narodzin Dzieciątka Jezus, oby przyniósł Nam Wszystkim zdrowie, pokój i radość - życzy

*Wasz Lekarz Rodzinny
Wanda Kurowska Kowalewska*

(Ciąg dalszy ze strony 9)

**RODZINA ALKOHOLOWA
WSPÓŁUZALEŻNIENIE**

- czarna owca
- wspomagacz
- niewidzialne dziecko
- maskotka

Współuzależnienie jest ceną, którą bliscy alkoholika płacą za życie w sytu-

acji uporczywego stresu psychologicznego. Wywikłanie się ze skutków tej sytuacji wcale nie jest proste, szczególnie, że nie da się wykonać wyłącznie własnymi siłami. Trzeba zwrócić się do ludzi – najlepiej takich, którzy przeżywali podobne trudności i problemy. Czasami trzeba sięgnąć po psychologiczną pomoc profesjonalną, bowiem poziom desperacji, cierpienia i zabu-

rzeń osiągnął stan interwencji specjalistycznej. Istnieje pogląd, że każdy rok życia w rodzinie z problemem alkoholowym wymaga miesiąca pracy własnej nad osobistymi problemami i dopiero ta proporcja gwarantuje powrót do pracy własnej nad osobistymi problemami i do zdrowia oraz pogody ducha.

Jolanta Adamowicz

PORADY WETERYNARYJNE

ZIMA - TRUDNY OKRES PIELEGNACJI KRÓW

Ostatnio nasiliły się problemy z utrzymaniem wymion w odpowiednim stanie higienicznym i co za tym idzie pojawiły się poważne problemy z utrzymaniem właściwych parametrów mleka. Wielu hodowców skarży się na gwałtowne pojawienie się zwiększonej ilości bakterii i komórek somatycznych w mleku. Przyczyny tego stanu rzeczy są na ogół złożone. Przede wszystkim zwrócę uwagę na ochronę wymion w okresie zimowym. Doskonale wiadomo, że o higienę wymion trzeba dbać niezależnie od pory roku. Zimą aby utrzymać wymiona w odpowiednim stanie higienicznym, trzeba zadbać o czystość stanowisk i legowisk. Wtedy wymiona będą czystsze i będzie łatwiej przygotować sutki do doju, bo gdy wymię jest w miarę czyste to przed dojeniem wystarczy wytrzeć same sutki

na mokro lub na sucho. Mycie strzyków z dodatkami myjącymi niszczy naturalną warstwę ochronną skóry strzyków. Wtedy skóra strzyków staje się szorstka i sucha, czasami pęka, co ułatwia na niej rozwój zarasków. Zimą z mniejszym natężeniem namnażają się bakterie. Natomiast częściej dochodzi do wzrostu ilości komórek somatycznych. Przyczyną tego zjawiska są nie tylko podrażnienia wymion ale często zmieniające się parametry dojarek mechanicznych i błędy żywieniowe. W okresie zimowym należy wnikliwiej kontrolować pracę dojarek a zwłaszcza pulsatorów bo przy niskich temperaturach zmienia się rytm ich pracy. Wtedy pojawiają się różne zmiany na strzykach, zwłaszcza na ich końcówkach. W okresie zimowym urządzenia udojowe pracują w trudnych warunkach

i dlatego zaleca się czyszczenie i smarowanie pulsatorów co najmniej raz w miesiącu. Jak wspomniano wyżej, strzyki pokryte są warstwą tłuszczu, która chroni wymię przed szkodliwym działaniem różnicy temperatur, zapobiegając pękaniu naskórka. Dlatego w tym okresie do mycia strzyków należy używać takich płynów, które nie niszczą warstwy ochronnej, a po zakończeniu doju do dypingu używać środki, które mają w swoim składzie substancje natłuszczające. Gdy w gospodarstwie zabraknie chwilowo właściwych środków do dypingu, to w mroźne dni lepiej nie przeprowadzać tego zabiegu. Należy również pamiętać, że jak jest zimno, to krowy z dojarni nie mogą wychodzić z mokrymi wymionami.

Dr n. wet. Roman Parzych

GIMNAZJUM

26 września w Rybakach odbyła się gimnazjada powiatu łomżyńskiego w indywidualnych biegach przełajowych. Miejsca uczniów naszego gimnazjum, którzy zakwalifikowali się do gimnazjady międzypowiatowej; rocznik 1996: Natalia Pastorczyk – 1 miejsce, Justyna Dymek – 13, Jakub Adamowicz – 12, Artur Sendrowski – 13, rocznik 1995: Karolina Kabacik – 5, Michał Parzych – 2, rocznik 1994: Emilia Tomaszewska – 6, Monika Stomska – 7, Karol Gałązka – 4. Drużynowo chłopcy zajęli 4 miejsce, a dziewczęta – 5 miejsce.

3 października w Rybakach rozegrano gimnazjadę grupy zachodniej w indywidualnych biegach przełajowych. Awans do finału wojewódzkiego z naszego gimnazjum zdobyli: Karolina Kabacik – 7 miejsce, Michał Parzych – 5 i Łukasz Gawrych – 8.

11 października na stadionie w Jedwabnem rozegrano finał gimnazjady powiatu łomżyńskiego w piłce nożnej chłopców. Bardzo dobrze spisła się tam drużyna naszego gimnazjum, która zajęła 1 miejsce.

17 października w Białymstoku rozegrane zostały finały gimnazjady województwa podlaskiego w indywidualnych biegach przełajowych. Miejsca uczniów naszego gimnazjum, którzy zakwalifikowali się na te zawody: Michał Parzych – 20, Łukasz Gawrych – 27, Karolina Kabacik – 35.

18 października rozegrano w Piątnicy gimnazjadę powiatową w drużynowym tenisie stołowym. Dziewczęta naszego gimnazjum zajęły 3 miejsce.

Wiesław Nowak

SZKOŁY BPODSTAWOWE

26.09.2009 roku na trasach biegowych w Rybakach odbyły się Igrzyska Powiatu Łomżyńskiego w sztafetowych biegach przełajowych, wyniki przedstawiają się następująco:

Dziewczęta:

VII miejsce - SP Kuzie

XIV miejsce - SP Zbójna

Chłopcy:

V miejsce - SP Zbójna

XI miejsce - SP Kuzie

3.10.2009 roku w Rybakach odbył się półfinał wojewódzki w sztafetowych biegach przełajowych. Reprezentacja chłopców z SP w Zbójnej zajęła XIX miejsce, natomiast dziewcząt z SP Kuzie XXI.

5.10.2009 roku w Dobrymlesie zostały przeprowadzone międzygminne zawody w piłce nożnej dziewcząt i chłopców szkół podstawowych. Wśród dziewcząt I miejsce zajęła drużyna SP Kuzie, II miejsce – SP Zbójna, IV miejsce – SP Dobrylas. Chłopcy: II miejsce – SP Kuzie, III miejsce – SP Zbójna, IV miejsce SP Dobrylas.

10.10.2009 roku w Piątnicy odbyły się zawody powiatowe w piłce nożnej dziewcząt. Drużyna SP w Kuziach zajęła II miejsce, a zespół z SP w Zbójnej III miejsce.

12.10.2009 roku w Zbójnej zostały przeprowadzone międzygminne rozgrywki w drużynowym tenisie stołowym dziewcząt i chłopców szkół podstawowych. Drużyna dziewcząt z SP Kuzie zajęła I miejsce, natomiast z SP Zbójna II miejsce. Wśród chłopców I miejsce zajęł zespół z SP w Kuziach, III miejsce drużyna z SP w Zbójnej, natomiast IV miejsce drużyna z SP w Dobrymlesie.

12.10.2009 roku w Zbójnej odbył się międzygminny turniej w szachach dziewcząt i chłopców szkół podstawowych, reprezentacja dziewcząt i chłopców z SP Zbójna zajęła I miejsce.

17.10.2009 roku w Zbójnej odbył się powiatowy turniej w szachach dziewcząt i chłopców szkół podstawowych, reprezentacja dziewcząt z SP Zbójna zajęła III miejsce, natomiast chłopców V miejsce.

18.10.2009 roku w Piątnicy odbyły się zawody powiatowe w drużynowym tenisie stołowym w Piątnicy, drużyna dziewcząt z SP Kuzie zajęła III miejsce, a drużyna chłopców IV miejsce.

28.10.2009 roku w Piątnicy został

rozegrany finał grupy zachodniej w piłce nożnej dziewcząt zespół z SP Kuzie zajął II miejsce i uzyskał awans do finału województwa podlaskiego.

31.10.2009 roku w Nowogrodzie odbyły się zawody międzygminne w badmintonie chłopców –drużyna z SP Kuzie zajęła II miejsce, a z SP Dobrylas III miejsce.

8.11.2009 roku w Dobrymlesie zostały przeprowadzone międzygminne zawody w unihokeju dziewcząt i chłopców szkół podstawowych. Wśród dziewcząt I miejsce zajęła drużyna SP Kuzie, II miejsce – SP Zbójna, IV miejsce – SP Dobrylas. Chłopcy: I miejsce – SP Kuzie, III miejsce – SP Zbójna, IV miejsce SP Dobrylas.

12.11.2009 roku w Jedwabnem odbyły się zawody powiatowe w unihokeju chłopców, reprezentacja z SP Kuzie zajęła V-VI miejsce.

13.11.2009 roku w Jedwabnem odbyły się zawody powiatowe w unihokeju dziewcząt, reprezentacja z SP Kuzie zajęła V-VI miejsce.

Milena Parzych

