

„Kopyto za kopytem”.....	str. 2
Komendant główny PSP u tarnobrzeskich strażaków.....	str. 3
Rusza gruntowny remont skrzyżowania.....	str. 3
„Utracone sąsiedztwo”.....	str. 3
Lesser.....	str. 4
Zajęcia żeglarskie.....	str. 5
Min. Huskowski w Tarnobrzegu.....	str. 5
Masuj twarz, będzie jędrna.....	str. 5
Miss Jeziora Tarnobrzckiego.....	str. 6
Młodzież w akcji.....	str. 6
Potyczki konne nad Jeziorem Tarnobrzekim.....	str. 7
Wakacje z książką.....	str. 8
Remont generalny.....	str. 9
Powołania badmintonistów.....	str. 9
Kładka na rzece Dęba.....	str. 9
Relacja z rajdu rowerowego.....	str. 9
Innowacyjność, Technologia.....	str. 9
Piknik 5 września 2015.....	str. 10
Projekt „Ciepły, pachaty konik”.....	str. 12
„Dziewczęta w mundurkach”.....	str. 12

Komendant główny PSP z wizytą u tarnobrzeskich strażaków

Komendant główny Państwowej Straży Pożarnej generał Wiesław Leśniakiewicz gościł na zaproszenie Pośta Mirosława Pluty w powiecie tarnobrzekim. W planie wizyty znalazło się spotkanie ze strażakami ochotnikami z jednostek między innymi w Skopaniu, Sokolnikach i Stalach, które funkcjonują w Krajowym Systemie Ratowniczo Gaśniczym.

więcej na str 3.



Rozmawiali o ważnych sprawach sołectw i osiedli

20 sierpnia odbyło się spotkanie sołtysów i przewodniczących zarządów osiedli z burmistrzem miasta i gminy Wiesławem Ordonem oraz kierownikami referatów UMiG.

Głównym tematem spotkania było omówienie zasad związanych z funkcjonowaniem Funduszu Sołectkiego i Osiedlowego, a przede wszystkim poinformowanie, iż podział dostępnych środków na rok 2016 musi być dokonany do 30 września 2015 r. oraz zatwierdzenie na zebraniach wiejskich. Dlatego też ustalono harmonogram przyszłych zebrań.

Ponadto omówiono stan realizacji zadań inwestycyjnych wykonywanych w poszczególnych sołectwach. Poruszono również temat możliwości pozyskiwania środków w nowym okresie programowania i określenie potrzeb w dokumencie strategicznym sołectwa jakim jest Plan Odnowy Miejscowości, mając na uwadze wymagania stawiane przez Program Rozwoju Obszarów Wiejskich.

Ustalono, iż wzorem poprzedniego okresu programowania zostaną powołane w sołectwach grupy robocze, które we współpracy z pracownikami Urzędu Miasta i Gminy będą pracowały nad „mini strategiami” każdej z miejscowości.

UMiG/RL



Wybory MISS Jeziora Tarnobrzckiego 2015

Spośród dziesięciu finalistek wybrano pierwszą miss w historii Jeziora Tarnobrzckiego.

więcej na str 6.



„Kopyto za kopytem”

to nazwa projektu realizowanego przez tarnobrzskie Stowarzyszenie Esteka, w którym pomoc w postaci rehabilitacji i hipoterapii otrzymują młodzież i dzieci niepełnosprawne z terenu powiatu tarnobrzskiego.

Projekt przewiduje udzielenie pomocy dla 28 osób niepełnosprawnych, z których 7 to dzieci i młodzież ze Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego z Grębowa. Zajęcia te są finansowane przez MINISTERSTWO PRACY I POLITYKI SPOŁECZNEJ z programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich.

Działania przewidziane w projekcie rozpoczęły się 1 maja a zakończą się 30 listopada 2015 r. Wsparcie otrzymują również rodzice - dla których to przewidziano 4 spotkania, w czasie których odbywają się szkolenia i dyskusje ze specjalistami tj. rehabilitantem, pedagogiem, lekarzem, instruktorem jeździeckim i hipoterapeutą. Głównym celem projektu jest poprawa funkcjonowania psychoruchowego i społecznego grupy 28 dzieci niepełnosprawnych ze środowiska powiatu tarnobrzskiego poprzez uczestnictwo w zajęciach hipoterapii oraz zwiększenie umiejętności i zaangażowania grupy 36 rodziców i wolontariuszy

w procesy rehabilitacyjne osób niepełnosprawnych i wolontariat.

Niezwykle istotną rolę w projekcie odgrywają wolontariusze, którzy zostali odpowiednio przygotowani na szkoleniach i spotkaniach z zakresu wolontariatu ukierunkowanego na wspieranie osób niepełnosprawnych, rehabilitacji osób niepełnosprawnych za pomocą hipoterapii, obsługi koni w hipoterapii oraz podstaw bezpieczeństwa podczas zajęć hipoterapeutycznych. Każdy/a wolontariusz/ka zaliczyła serię zajęć praktycznych przy prowadzeniu hipoterapii.

Skuteczność działań zapewnia stosunkowo duża liczba zajęć dla każdego dziecka – 30 z hipoterapeutą i 30 z rehabilitantem oraz kompleksowość oddziaływań tj. dziecko najpierw badane jest przez psychologa i lekarza specjalistę, którzy to przekazują swoje uwagi terapeutom w formie ustnej i pisemnej, rozpoczyna się terapia w której współpracują ze sobą hipoterapeuta na koniu i rehabilitant w salce, wszystko to odbywa się ze wsparciem wolontariuszy, uwzględniając dialog z rodzicami dziecka na każdym etapie terapii. Dzięki takiej pracy zauważamy pozytywne efekty naszego działania, zarówno te fizyczne – jak nor-

malizacja napięcia mięśniowego czy poprawa równowagi, społeczne – budowanie wiary we własne siły, empatii jak i emocjonalne – czyli wyciszanie napięć spowodowanych przeżyciami związanymi z niepełnosprawnością, i różnorodną hospitalizacją.

Poniżej przedstawiamy fotorelację z dotychczas realizowanych działań.

Dzieci z SOSW w Grębowie – za miesiąc

- 7 dzieci
- Bezpłatne zajęcia
- Zaangażowani rodzice (jako ostatni opuścili spotkanie)
- Placówka dostosowała plan zajęć dla opiekuna wyjazdów
- Dzieci bardzo zadowolone
- Dzieci miały diagnozę lekarską
- Chętnie uczestniczą w zajęciach
- 2 z nich z Domu Dziecka
- Współpraca z wolontariuszami – rozwój kompetencji społecznych, odwagi, zaradności
- Typy hipoterapii: gimnastyka na koniu, kontaktem z koniem i psychopedagogiczna jazda konna
- 30 zajęć dla każdego dziecka – zarówno hipoterapii jak i rehabilitacji
- Współpracujemy od lat, jesteśmy zadowoleni że możemy i bardzo dziękujemy.

Projekt KOPYTO ZA KOPYTEM jest realizowany przez Stowarzyszenie ESTEKA i jest finansowany ze środków Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w ramach Funduszu Inicjatyw Obywatelskich.



Foto: archiwum Esteka



Foto: archiwum Esteka



Foto: archiwum Esteka



Foto: archiwum Esteka

PREZYDENT
MIASTA TARNOBZEG

Nie daj się GRYPIE!

**Prezydent Miasta
GRZEGORZ KIEŁB**
zaprasza mieszkańców Tarnobrzega
urodzonych przed 31 grudnia 1950 r.
na bezpłatne szczepienia
przeciwko grypie

Nie ryzykuj groźnych powikłań
Zapytaj o szczepienia
w swojej przychodni
**Akcja trwa
do 15 listopada**

REKLAMA

Komendant główny PSP z wizytą u tarnobrzeskich strażaków

Cd ze str. 1

Komendant główny zwiedził także jednostkę w Tarnobrzegu i spotkał się z pracującymi w niej strażakami.

Generał Leśniakiewicz podkreślał, że cieszy go dobre wyposażenie tarnobrzesciej jednostki. Komendant mówił także o znaczeniu Ochotniczych Straży Pożarnych. Pod-

czas wizyty w Skopaniu komendant Leśniakiewicz zadeklarował wsparcie finansowe tamtejszym strażakom ochotnikom przy budowę nowej remizy.

- Mamy się czym chwalić. Nasze jednostki są na ogół w bardzo dobrym stanie, dobrze wyposażone, bo też, co

roku duże finanse z budżetu miasta idą na doposażenie OSP - mówił Prezydent Tarnobrzega Grzegorz Kielb.

- Tylko w tym roku 235 tys. pochłonie modernizacja budynku OSP w Sielcu, a ponad 60 tys. nasz wkład w kupno busa ratowniczo-gaśniczego dla OSP Dzików. Jednak trzeba przyznać, że wielu zadań nie udałooby się zrealizować bez pomocy komendy głównej PSP, od której w ciągu ostatnich 3 lat otrzymaliśmy grube tysiące złotych.



Rusza gruntowny remont skrzyżowania

Kierowcy przejeżdżający przez skrzyżowanie ulic Sikorskiego - Kopernika - Wyspiańskiego niestety będą musieli uzbroić się w cierpliwość. Bowiem już od najbliższego czwartku, 10 września, rusza długo wyczekiwany i potrzebny remont tego skrzyżowania. Wszelkie utrudnienia wynagrodzi kierowcom jednak nowa nawierzchnia czy sygnalizatory detekcji wizyjnej.

- Niestety każda duża inwestycja drogowa, w szczególności realizowana w centrum miasta, wiąże się z utrudnieniami dla kierowców i pieszych. Nie da się ich uniknąć. Jednak liczymy na wyrozumiałość i prosimy zarówno kierowców, jak i pieszych o zachowanie szczególnej ostrożności w rejonie prowadzonych prac - apeluje Prezydent Grzegorz Kielb.

W związku z prowadzoną inwestycją od czwartku, tj. 10.09.2015 r., wprowadzona zostanie czasowa organizacja ruchu na remontowanym odcinku drogi. Na czas prowadzenia robót ruch na skrzyżowaniu będzie możliwy tylko ulicą Sikorskiego, która zostanie zawężona do jednego pasa. Ruch będzie się tu odbywał wahadłowo i będzie

sterowany za pomocą tymczasowej sygnalizacji świetlnej. Wyjazdy i wjazdy w ulice Wyspiańskiego i Kopernika zostaną zablokowane, natomiast sygnalizacja świetlna na skrzyżowaniu ulic Sikorskiego i Św. Barbary zostanie ustawiona w tryb pulsacyjny.

Ruch pieszych będzie utrudniony i przejście przez ul. Sikorskiego będzie możliwe na najbliższej położonych, znajdujących się poza obrębem skrzyżowania, przejściach dla pieszych (zlokalizowanych w obrębie sklepu Lidl oraz ul. Św. Barbary). Na czas prowadzenia prac pozostałe przejścia zostaną zlikwidowane.

Utrudnienia czekać będą także pasażerów, ponieważ zmianie ulegną również kursy niektórych autobusów komunikacji miejskiej. P.H.U. POLKAR informuje pasażerów korzystających ze środków komunikacji miejskiej w Tarnobrzegu, o zmianach w kursowaniu linii A, B, 4, 9, 9bis, 10, 12 i 14. Od 10 września 2015 na czas remontu zmienia się trasa przejazdu wyżej wskazanych linii.

Linie A, B, 9, 9 bis, 10 na powrocie oraz linia 14, będą kursować następującymi ulicami objazdu: Targowa, Szpitalna, Św. Barbary. W związku ze zmianami zamontowane

zostały trzy dodatkowe przystanki autobusowe. Pierwszy na ulicy 11-go Listopada róg św. Barbary, drugi przy ulicy Św. Barbary (w pobliżu szkoły „Budowlanki”), trzeci przy ulicy Targowej (obok cmentarza wojskowego). Wszystkie przystanki są obustronne.

Linie 4 na powrocie i 12 w obie strony, będą kursować następującymi ulicami objazdu: Grota Roweckiego, Piłsudskiego i Mickiewicza.

Przypomnijmy. Wartość inwestycji, to 1 349 623,51 zł. Zakres zaplanowanych prac obejmuje remont, wymianę nawierzchni warstw bitumicznych jezdni, ze wzmocnieniem ich siatką geokompozytową, remont - wymianę krawężnika drogowego wraz z opaską przykrawężnikową, przebudowę - wymianę pętli indukcyjnych, zmianę lokalizacji czterech sygnalizatorów, montaż sygnalizatorów detekcji wizyjnej. Wykonawcą prac jest firma Skanska. Jak zapewnia wykonawca inwestycji, dołoży wszelkich starań, aby niedogodności związane z pracami były jak najmniej odczuwalne dla kierowców i pieszych.

AR/PSK

„UTRACONE SĄSIEDZTWO”

- to tytuł wystawy czasowej ze zbiorów etnograficznych Muzeum Narodowego w Kielcach, przygotowanej w ramach obchodów Europejskich Dni Dziedzictwa. Ekspozycja będzie prezentowana od 13 września do 29 listopada 2015 roku w Sali Ekonomskiej, na parterze Dawnego Pałacu Biskupów Krakowskich.

Do II wojny światowej społeczność polska i żydowska żyły obok siebie. Województwo kieleckie zamieszkiwało ponad 300 000 Żydów skupionych głównie w miastach i małych miasteczkach. W niektórych z nich, jak: Działoszyce, Szydłowiec, Chmielnik, Wodzisław czy Opatów stanowili ponad połowę wszystkich mieszkańców. To właśnie małomiasteczkowi Żydzi mieli bezpośredni kontakt z ludnością chłopską. Wytwarzali na użytek wsi wiele dóbr,

zwłaszcza odzież i obuwie, przeznaczonych do sprzedaży jarmarcznej. Były gorszej jakości, ale tańsze toteż masowo kupowane. Jako rzemieślnicy nie byli przez chłopów wysoko oceniani, chociaż zdarzali się wśród nich wyjątkowi fachowcy. *Każdy „lepszy” kawaler musiał mieć buty z cholewami od Jaśka Orzechowskiego, a spodnie od Jankla Krakoskiego.* Po sukmany, „krakuski” i „magiery” jeździli gospodarze do Chmielnika. Starsi utrzymywali, że najlepsze chały (bułki pszenne) sprzedają na jarmarkach i odpustach Żydówki chęcińskie. Niewielki odsetek ludności żydowskiej mieszkał na wsi. Prowadzili tam gospody, sklepiki, zajmowali się skupem mleka, pierza, handlem oraz rzemiosłem. Nieliczni mieli ziemię. Nie stanowili dla chłopów żadnej konkurencji, bowiem jedynym zajęciem akceptowanym przez etos wiejski była uprawa roli - *Oni, jak mawiano, nie pracowali, oni tylko handlowali.*

Byli także krawcami, szewcami, stolarzami, piekarzami albo fryzjerami, rzadziej kowalami i kołodziejami, a sporadycznie murarzami, bo - jak mawiano - *to zawody brudne i praca ciężka.* Żydzi mieszkający w Chałupkach Morawickich, gdzie niemal cała wieś trudniła się garncarstwem - wspomina Tomasz Gajda - nigdy nie zajmowali się tym rzemiosłem. Chętnie kupowali na sprzedaż gotowe garnki, nawet surowe, które wypalali w wynajętych piecach. W okresie międzywojennym w Dębskiej Woli zamieszkiwało kilka rodzin żydowskich. Józef Piłat - znany rzeźbiarz ludowy, najlepiej zapamiętał rodzinę sklepikarzy starego Żyda Majera Lewensteina, którą po latach przedstawił w kompozycji zatytułowanej *Sklepek żydowski w Dębskiej Woli.* Na tle półki zwieńczonej grzebieniem z ptaszkami,

za wysoką ladą ustawił *Majora*, jego córkę *Ruchlę* i zięcia *Mejlaka*.

W plastyce związanej z obrzędami przedstawienie Żyda jest wcześniejsze i ukształtowane na przedwojennych wzorach publikacji antysemitycznych. Taki stereotyp przetrwał w widowiskach herodowych, przedstawieniach szopkowych, zapustnych, czy do niedawna obrzędowości weselnej. Rola Żyda, postaci symbolicznej, chociaż przedstawianej groteskowo (jest niezdarny, głupi, garbaty i kulawy), w scenariuszu teatru ludowego była niezbędna (podobnie jak udział w nim Cygana i Dziada). Wierzono, że jako inny, czyli obcy (w opozycji do swoich) z uwagi na odmienny wygląd, niezrozumiałą mowę i inną religię ma kontakty z siłami nadprzyrodzonymi, a jego obecność w obrzędzie u progu nowego roku gospodarskiego bądź na nowej drodze życia sprowadza płodność i gwarantuje powodzenie.

Wstęp wolny na wystawę.

WIĘCEJ O WYSTAWIE: http://mnki.pl/pl/aktualnosci/wydarzenia/1397,utracone_sasiedztwo.html



Nasza Młodzież by Lesser

Transferowy zawrót głowy

Zakończyło się letnie okienko transferowe dla europejskich klubów piłki nożnej. Okienko, z którego nie jestem aż tak zadowolony, by skakać z radości. Tak czy inaczej przez ostatnie 63 dni zasypywani byliśmy w mediach mnóstwem sensacyjnie brzmiących doniesień, dotyczących zmian barw klubowych przez wielu znanych zawodników. Jeśli chcielibyście wiedzieć, co ja sądzę o ostatnich ruchach kadrowych w najbardziej znanych europejskich klubach piłkarskich, to zapraszam do lektury mojego tekstu.

Zacznijmy tradycyjnie - jak to u mnie - od Anglii. Przed obecnym sezonem najbardziej na rynku poszaleli władze Manchesteru City. Prawdę mówiąc pojechali trochę po bandzie z niektórymi wzmocnieniami. Wydali 68 mln € na Sterlinga i 80 mln € na Kevina de Bruyne. Do tej listy wypada jeszcze dodać Otamendiego za 40 baniek i coś mi mówi, że gdyby nie finansowe fair play, to na tym by nie poprzestali. Ekipę wicemistrza Premier League opuścili natomiast Stevan Jovetić (Inter), Alvaro Negredo (Valencia) i Edin Dzeko (Roma). Jak na razie wszystko układa się zdecydowanie po myśli właścicieli klubu, bo ich drużyna w czterech pierwszych meczach zainkasowała komplet punktów.

Nie próżnowali też ich lokalni rywale - The Citizens. Władze Czerwonych Diabłów jeszcze w trakcie zeszłego sezonu zaklepały transfer utalentowanego Memphisa Depaya. Jest to transfer, którym się absolutnie „jaram”. Wcześniej kojarzyłem go chyba tylko z FIFY, bo często wybierałem go do składu. Po kilku występach stwierdzam jednak, że jest to ich najlepsza inwestycja menedżerów klubu od czasów CR7. Dokupiono też Bastiana Schweinsteigera z Bayernu, Mateo Darmiana z Torino i Morgana Schneiderlina z Southampton. Pożegnano się natomiast z Robinem van Persie (Fenerbahce), Radamelem Falcao (Chelsea), Jonnym Evansem (West Bromwich), Tylerem Blackettem (Celtic) i Angelem di Marią (PSG), co uważam za jedną z najgorszych decyzji tego klubu w ostatnich latach. W okresie przygotowawczym Louis van Gaal drżał, czy straci też Davida de Geę, który był już jedną nogą w Realu. Z tego tytułu odsunął go nawiasem mówiąc od składu i sprowadził, tak na wszelki wypadek, Sergio Romero z Sampdorii. Fanom Czerwonych Diabłów okienko to będzie się więc raczej kojarzyło z porażkami. Nie dopięto transferów Ramosa, Otamendiego i Pedro, którzy wydawali się być już jedną nogą w klubie, a ostatecznie zostawali (Ramos) lub zasilali rywali. W ostateczności sprowadzono Anthony'ego Martiala z Monaco. Zapłacono za niego około 50 mln funtów! Co w tym dziwnego? Ano tylko to, że gość ma za ledwie 19 lat i jeszcze niczego znaczącego w piłce nie osiągnął. Nawet Wayne Rooney pytał ponoć swoich kolegów z drużyny, kim jest ten chłopak. To tyle o Manchesterze.

Przenieśmy się teraz do Londynu. Chelsea już na początku okienka pokazała, jak traktuje swoje legendy, pozwalając Cechowi na przejście do Arsenalu. W jego miejsce przybył ze Stoke Asmir Begovic, który pokazał już swój kunszt wpuszczając w spotkaniu z City 3 gole. Wypożyczono również Falcao z Monaco. Ten musi jednak najpierw odbudować w zachodnim Londynie swoją formę, którą z jakichś powodów utracił w Manchesterze. Do zespołu dołączył też Pedro, choć dla mnie to piłkarz przeciętny. Niestety, ale włączył się również syndrom trzeciego sezonu Mourinho. W trzecim roku pracy The Special One zawsze mamy bowiem do czynienia z dramatem. Czy i tym razem tak będzie, czas pokaże.

Jezeli mówimy o rywalach The Blues zza między, czyli Arsenalu, to ich ruchy na rynku transferowym wskazują na brak kasy lub daleko idącą oszczędność. W zasadzie pozyskali tylko Cecha z Chelsea. Niestety, do Romy powędrował na wypożyczenie Wojtek Szczęsny. Ale co by się nie działo, to pewnie i tym razem skończą na czwartym miejscu. Został jeszcze Liverpool. Liverpool, który zrobił prawdopodobnie lepszy interes niż Chelsea z Davidem Luizem. Otóż ci za cenę nie tyle astronomiczną co chorą, sprzedali szejkom z City Sterlinga. Bo kto normalny wydaje 68 mln € za tak młodego piłkarza, który na dobrą sprawę niczego jeszcze w poważnym futbolu nie osiągnął? W jego miejsce pojawił się w zespole Christian Benteke z Aston Villi za 40 mln € (najdroższa inwestycja The Reds w historii). Kupiono też Roberto Firmino z Hoffenheim, a z wypożyczenia wrócił Divock Origi. Do Milanu wypożyczono za to Mario Balotello, który w ekipie z miasta Beatelsów kompletnie nie potrafił się odnaleźć.

W Hiszpanii było o dziwo znacznie spokojniej. Piszę o dziwo, bo żaden z gigantów nie dokonał wielkiego wzmocnienia. Można stwierdzić, że były to tylko drobne uzupełnienia kadr. Zacznijmy od Realu. Dla kibiców Los Merengues początek wakacji był okropny. Klub po 25 latach pożegnał Iker Casillasa, który przeniósł się do Porto. Podczas oficjalnego pożegnania (nazwijmy tak tę powszechnie znaną konferencję) zawodnik płakał.

Ja także nie byłem wówczas w stanie powstrzymać łez. W jego miejsce sprowadzono z Espanyolu „Casillasa bez >s<” czyli Kiko Casillę. Jedyne mecze, jakie widziałem z jego udziałem, to te przeciwko Realowi czy Barcelonie. Prezentował się w nich raczej solidnie, a powołanie do reprezentacji Hiszpanii też coś znaczy. Reasumując, może to być naprawdę dobry zakup. W zimie zaklepano natomiast transfer Danili, który do klubu dołączył dopiero teraz. Myślałem, że będzie on tylko zmiennikiem Carvajala, ale nowy trener (o którym za chwilę), widzi go już teraz w pierwszej jedenastce. Z wypożyczeń wrócili z kolei Casemiro i Czeryszew, którzy bez wątpienia będą dobrymi zmiennikami. Sprowadzono jeszcze Mateo Kovacicia z Interu za około 35 mln €. Ten transfer wzbudził jednak niemałe kontrowersje. Moim zdaniem obie strony na tym skorzystały. Real kupił utalentowanego piłkarza, który za parę lat mógłby kosztować dużo więcej, a Inter naprawdę godziwie zarobił na zawodniku, który de facto niczego wielkiego jeszcze nie dokonał. Gorzej niż z Illarra być nie może. Na tym interesie Real stracił 24 mln €, bo za 16 wrócił do Realu Sociedad. Jednak ten sezon wielu Madrydistas spało na straty, bo nowym trenerem został Rafa Benitez. Przez ostatnie 6 lat Real wygrał ligę tylko raz. Trzeba więc było zatrudnić trenera, który nie dokonał tego przez ostatnie 11 lat. Dla mnie temu trenerowi brakuje po prostu umiejętności by prowadzić taki klub, jakim jest Real Madryt. Ale czas pokaże. Przecież Luis Enrique również nie jest jakimś wybitnym fachowcem, a w końcu potrójną koronę zdobył, czyż nie?

Czas na Barcelonę. W stolicy Katalonii nie było za bardzo co zmieniać. Po fantastycznej końcówce sezonu wszyscy kibice tego klubu na świecie rozpaczali, że nie odwołano zakazu transferów dla Barcy. Ale taki klub ma takie zakazy daleko w d... i wóldarze klubu znaleźli oczywiście sposób na pozyskanie nowych graczy. Jak to zrobili? Po prostu zakontraktowali dwóch nowych piłkarzy, których zgłoszą dopiero w styczniu 2016. A kto odszedł? Od jakiegoś czasu mówiono, że odejdzie Xavi. Lokalny ekspert od murawy i na swój sposób człowiek instancja. Wiem, że to wspaniały piłkarz, legenda itp., ale ja nie czuję do niego jakiegoś specjalnego sentymentu, patrząc na jego zachowanie na boisku i poza nim (w przeciwieństwie choćby do Puyola). Pożegnano też Montoyę, który dwa lata spędził na wypożyczeniu w Interze. Odszedł też Deulofeu, który jest niereformowalny i coś mi mówi, że to jego zbyt duże ego będzie mu przeszkadzać w rozwoju. Wielu kibiców nie mniej zabolowało odejście Pedro do Chelsea, ponieważ Barca zostaje teraz z ręką w nocniku, gdyby ktoś z trio MSN złapał kontuzję. A kto przybył? Przybył Katalończyk Aleix Vidal z Sevilli na prawą obronę. Przez te pół roku miał grać Alves, ale kontuzja wyeliminowała go na 2 miesiące. Na razie gra tam Sergi Roberto, bo zmiennik Alvesa, Douglas, jest kontuzjowany. Poza tym ja nadal nie wiem, kto to jest ten Douglas. Z Atletico przybył też do środka pola Arda Turan. Transfer dobry, powiedziałbym bardzo dobry, tylko patrząc na nieco spaczoną psychikę Turka, można się obawiać, co odwali on na boisku.

Atletico musiało się niestety pogodzić z jego odejściem, ale oni wydali chyba najwięcej kasy na transfery ze wszystkich hiszpańskich klubów. Oprócz Ardy Turana zespół opuścił również Raul Garcia, który podpisał kontrakt z Athletikiem Bilbao i Mario Mandzukic, który zamienił Atleti na Juventus. Podobnie stało się z Mirandą, ale ten trafił do Interu na zasadzie wypożyczenia. Tym samym Materace wzmocniły swoją siłę ofensywną. Sprowadzili Luciano Vietto z Villarreal i odebrali Jacksona Martinę, który był już prawie jedną nogą w Milanie. Ponadto przybył do nich z Monaco Yannick Carrasco, a z Chelsea powrócił Filipe Luis. Żeby załatać dziurę po Mirandzie, Simeone zgarnął Stefana Savicia z Fiorentiny. Walka będzie teraz dużo bardziej zacięta, bo wzmocniły się także Sevilla i Valencia.

Co prawda Sevilla po fantastycznym sezonie zwieńczonym wygraną Ligi Europy liczyła się z tym, że kilku graczy odejdzie. I tak się faktycznie stało. Do Milanu za 30 baniek przeszedł Bacca. Vidal poszedł do Barcelony, a wypożyczenia Suareza i Deulofeu się skończyły. Mało zabrakło, a zespół opuściłby również Grzegorz Krychowiak, ale ku zadowoleniu kibiców gracz ten został w stolicy Andaluzji. Na te braki Unai Emery odpowiedział jednak zakontraktowaniem kilku graczy, którzy winni dorównać poziomem tym, którzy odeszli. Z Milanu przybył Adil Rami, z Borussi na wypożyczenie Ciro Immobile, Jewhen Konoplianka z Dnipro, Mariano z Bordeaux i Steven N'Zonzi ze Stoke City.

Więcej w tym okienku działała co by nie mówić Valencia. Pozostawili po wypożyczeniach Rodrigo Moreno i Alvaro Negredo, a na dodatek kupili Aymena Abdennoura. Udało im się też zatrzymać Andre Gomeśa. Niestety, nie udało im się zatrzymać Nicolas Otamendiego i Andresa Guardado, ale wydaje mi się, że mimo wszystko nadal będą czwartą siłą w Hiszpanii.

Czas na Włochy. Powiem wam szczerze, nie spodziewałem

się, że zespoły z Półwyspu Apenińskiego będą aż tak aktywne w tym okienku. Zaczę od Milanu. Z jednej strony było to ich najlepsze okienko od lat, ale z drugiej strony to też ich totalna porażka. Niby wzmocniono atak sprowadzając Carlosa Baccę i Luiza Adriano, ale.... Zawsze musi być jakieś ale. Całe okienko gremialnie błagano Adriano Gallianiego o dobrego pomocnika pokroju Witsela (sam zawodnik był mocno zdesperowany, by przejść do Milanu), ale jedynym wzmocnieniem okazał się Andrea Bertolacci kupiony z Romy za 20 mln €, gdzie byłby tylko rezerwowym. Przepraszam, kupiono jeszcze z Genoi Juraja Kuckę. Zawodnika, który absolutnie zasługuje na taki klub jak Milan. Do zespołu wrócili również tacy piłkarze jak Antonio Nocerino (najbardziej przeceniany piłkarz w Milanie za moich czasów) i Mario Balotelli, ale jego obecność akurat cieszy, bo w Milanie spędził najlepszy okres kariery. Pozyskano jeszcze Alessio Romagnoliego za 30 mln €, który w Romie byłby tylko rezerwowym, podobnie jak Bertolacci, ale jego chciał Siniša Mihajlović. Największym wzmocnieniem okazały się jednak odejścia niektórych graczy. Odeszło trio Bonera - Essien - Muntari. Można rzec „nareszcie.” Do Lazio wypożyczono Matriego, a Zaccardo odszedł do Capri. Wreszcie coś się dzieje, ale nie warto się zbyt podniecać.

Znacznie większa przebudowa miała miejsce w północnej części San Siro. Inter zaczął z prztypem, wchrzaniając się Milanowi w negocjacje z Kondogbią i ostatecznie sprowadził tego francuskiego pomocnika za 40 mln €. Wzmocnił też swoją defensywę kupując Mirandę i wypożyczając na dwa lata Montoyę, choć to akurat nic szczególnego. Ciekawym piłkarzem powinien być moim zdaniem również sprowadzony z Granady Jeison Murillo. Największym wzmocnieniem okazał się jednak Stevan Jovetić, który pokazuje, że Manchesterze City zasługiwał w na znacznie więcej niż ławkę. W końcu w 2 meczach strzelił 3 gole. Pod koniec okienka zakontraktowali jeszcze Adama Ljalicia, Ivana Perisicia i Felipe Melo. Skończyły się natomiast wypożyczenia Podolskiego i Shaqiriego. Ten pierwszy powędrował do Galatasaray, a drugi do Stoke. Ponadto, żeby nie dostać kary za złamanie finansowego fair-play, odeszli Kovacic do Realu i Hernanes do Juventusu.

W Juventusie zaczyna się właśnie samodzielność Allegriego, który już wprowadza swoje porządki. Na początku pozbył się Teveza (odszedł do Boca Juniors) i Pirlo (odszedł do New York City FC). Chwilę później Vidal przeniósł się do Bayernu, a pod koniec okienka do bawarskiego klubu wypożyczono jeszcze Kingsleya Comana. Na plus wychodzi chyba tylko przejście Llorente do Sevilli. Kogo więc sprowadzili wóldarze Bianconeri? No cóż. Najpierw postanowili zapełnić lukę po Tevezie. Kupiono więc Mario Mandzukicia z Atleti, Paulo Dybalę z Palermo i Simone Zazę z Sassuolo. Dołączyli oni do Moraty i do tej pory nie mam pojęcia, o czym myślał Allegri, gdy zdecydował się w miejsce jednego Teveza sprowadzić aż trzech graczy. Jako nowy, lewy obrońca w drużynie Starej Damy będzie grał w tym sezonie Alex Sandro. Mnie ciekawiło jednak bardziej, kto będzie partnerem Pogby i Marchisio w linii pomocy. Ostatniego dnia kupiono Hernanesa i wypożyczono z Marsylii Leminę. Po wypełnieniu kontraktu z Realem przybył jeszcze Khedira, ale złapał kontuzję i w najbliższym czasie raczej nie pogra. Na dodatek wypożyczono z Chelsea Juana Cuadrado, którym „jarałem się” za czasów jego gry w Fiorentinie. Myślę, że w Juve odzyska formę, którą stracił w Chelsea.

Została jeszcze Roma. Oni są moim zdaniem kandydatem do mistrzostwa. Nie dość, że zrobili przemyślane ruchy kadrowe, to trener Rudi Garcia ma chyba także pomysł na nową drużynę. Kupiono m.in. Edina Dzeko, Mohameda Salaha i wypożyczono Lucasa Digne oraz Antonio Rudigera. Najważniejszym wzmocnieniem drużyny okazało się jednak wypożyczenie Wojtka Szczęsnego z Arsenalu. Kadra została przewietrzona. Odeszli Doumbia i Ibarbo (wszyscy gracze FIFY płaczą), ale szefostwo Romy zrobiło Milan na 50 mln € sprzedając Bertolacciego i Romagnoliego, którzy są świetni, ale w takiej Romie byłiby tylko rezerwowymi. Coś mi się wydaje, że rozgrywki włoskiej Serie A będą w tym sezonie dużo ciekawsze.

Powiem wam tak, sezon 2014/2015 był dla mnie najgorszy. Stało się tak głównie przez moją niechęć do zespołów, które akurat wtedy odnosiły sukcesy. Oby ten sezon przyniósł podobne emocje jak ostatni, ale zdecydowanie lepsze wyniki drużynom, którym kibicuję.



Zajęcia żeglarskie

Pozalekcyjne zajęcia rekreacyjno – sportowe dobrze organizowane wpływają na regenerację sił fizycznych młodzieży, skutecznie przeciwdziałają niektórym ujemnym wpływom cywilizacji. Wśród młodzieży szkolnej są alternatywą dla nadmiernego korzystania z komputera i Internetu.

Jest to w miarę najszybsza, a zarazem najbardziej ekonomiczna i efektywna droga do rozpowszechnienia kultury fizycznej wśród młodzieży. W tej dziedzinie niewątpliwą dobrą opinią cieszą się zajęcia realizowane przez organizacje pozarządowe.

Wychowanie do rekreacji ruchowej powinno polegać na kształtowaniu u dzieci nawyku uczestnictwa w dowolnie wybranych formach rekreacyjnych. W działalności tej należałoby stosować indywidualne i zespołowe formy rekreacji ruchowej, uwzględniając zainteresowania dzieci i młodzieży, ich potrzeby, oczekiwania i dążenia. Atrakcyjna oferta z zakresu sportu w zajęciach pozalekcyjnych może stanowić również odpowiednią alternatywę na pojawiające się zagrożenia cywilizacyjne. Walory społeczno – wychowawcze, a także zdrowotne sportu amatorskiego, jakimi są pozalekcyjne zajęcia sportowe, są powszechnie udowodnione. Przebywanie na świeżym powietrzu, w grupie, w kontakcie z przyrodą i inne wrażenia pozwalają na realizację najszybciej zadań.

Rozwój intelektualny i fizyczny jest jedną z najbardziej istotnych właściwości osoby ludzkiej. Rozwój ten jest procesem złożonym i w swoim zasadniczym wymiarze ma charakter autonomiczny. Oznacza to, że największą siłą napędową tego rozwoju jest niezawisła motywacja wewnętrzna, wyrastająca z poczucia odpowiedzialności za siebie. Bez zaangażowania się ucznia w sprawę własnego rozwoju intelektualnego i fizycznego nie może on rozwinąć w pełni istniejących w nim możliwości.

Rozwój człowieka wiąże się z ruchem, który wykonywany jest w celu zaspokojenia określonych potrzeb i wykonywania określonego zadania, motywującego do działania.

Zajęcia wychowania fizycznego są obowiązkowe wśród wszystkich uczniów i mają wpływ decydujący na kształtowanie ich stosunku do aktywności ruchowej. Umiejętności oraz nawyki zdobyte na lekcji wychowania fizycznego stanowią podstawę do indywidualnej aktywności fizycznej uczniów. Zajęcia lekcyjne nie zaspokajają w pełni potrzeb ruchowych dzieci i młodzieży w okresie ich dynamicznego rozwoju biologicznego.

Dlatego rola zajęć pozalekcyjnych urasta do funkcji szczególnego środka kompensującego niedobór ruchu.

Uczestnictwo uczniów w zajęciach re-

kreacyjno – sportowych, to niezwykle wartościowy sposób spędzania wolnego czasu. Zachęcanie uczniów do aktywności fizycznej obejmuje zakres szeroko rozumianego wychowania, które rozumie się, jako coś, co może być korzystne i pożądane w toku całego ludzkiego życia. Sport i rekreacja powinny być ważnym składnikiem nowoczesnego stylu życia, wyrwywającego ucznia z bierności, z zasiedzenia, lęku przed światem, przed nowymi doświadczeniami i warunkami życia. Wysiłek fizyczny powinien być okazją do zmiany zachowań, zaspokajania potrzeb intelektualnych, społecznych, estetycznych, sportowych i wielu innych.

Umiejętnie zorganizowane pozalekcyjne zajęcia rekreacyjno – sportowe wpływają na regenerację sił fizycznych młodzieży, skutecznie przeciwdziałając niektórym ujemnym wpływom cywilizacji. Dzieci i młodzież w dobie komputerów i gier konsolowych coraz rzadziej korzysta z aktywnej formy spędzania wypoczynku. Przyczynia się to do wychowywania pokolenia ludzi, którym uprawianie sportu lub zajęć ruchowych przychodzi bardzo trudno. Młodzież „męczy” się już nawet lekkim wysiłkiem fizycznym. Coraz częstsze jest też zjawisko nagminnego „zwalniania się” z zajęć w usprawiedliwiają to chorobą...

Dlatego Stowarzyszenie wychodząc na przeciw temu problemowi podjęło się realizacji zadań związanych z organizacją Pozalekcyjnych zajęć sportowych. Wykorzystując własne doświadczenia związane z organizacją czasu wolnego z lat poprzednich proponujemy zorganizowanie zajęć dla uczniów szkół podstawowych i gimnazjalnych. Program obejmuje organizację zajęć sportowo-rekreacyjnych w oparciu własne pomieszczenia oraz Jezioro Tarnobrzkie.

Organizacja ciekawych zajęć sportowo-rekreacyjnych rozwijających zainteresowania najmłodszych mieszkańców Tarnobrzega przyczyni się do rozwoju fizycznego dzieci i młodzieży, a także do wyrabiania nawyków aktywnego spędzania czasu wolnego, ograniczając czas spędzony przy komputerze... Umiejętnie zorganizowane zajęcia pozalekcyjnych może stać się alternatywą dla współczesnych zagrożeń cywilizacyjnych i patologii.

Realizacja tego projektu pozytywnie wpłynie na grupę 30 beneficjentów, którzy aktywnie będą spędzać czas wolny, a także nabywać umiejętności związane z żeglarstwem. Realizacja projektu jest odpowiedzią na zapotrzebowanie ze strony dzieci i młodzieży na udział w zajęciach żeglarskich. Bliskość Jeziora Tarnobrzkiego stwarza doskonałe warunki do przeprowadzenia takich zajęć i zaszczepienia w młodych ludziach pasji żeglarskiej.

(rk)

Projekt Pozalekcyjne zajęcia sportowe - zajęcia żeglarskie dla dzieci i młodzieży jest realizowany przez Stowarzyszenie ESTEKA przy współfinansowaniu Urzędu Miasta Tarnobrzega.



Minister Huskowski w Tarnobrzegu

Na zaproszenie posła Mirosława Pluty w Tarnobrzegu gościł Stanisław Huskowski, sekretarz stanu z Ministerstwa Administracji i Cyfryzacji, odpowiadający między innymi za zarządzanie kryzysowe.

Rozmowy, dotyczyły przede wszystkim kwestii bezpieczeństwa i ochrony przeciwpowodziowej.

- Kilkadziesiąt milionów, które przyplęły do Tarnobrzega i powiatu tarnobrzkiego na usuwanie skutków powodzi, to duże fundusze, które pozwoliły naprawić to, co powódź tu zniszczyła - podkreślał poseł Pluta.

Minister Huskowski wyliczał, że usuwanie skutków kataklizmów to tylko jeden z obszarów działalności Ministerstwa Administracji i Cyfryzacji. Inny to zabezpieczenia przeciwpowodziowe.

- W ramach dawnego progra-

mu zabezpieczenia przeciwpowodziowego realizujemy między innymi trzeci etap zadania „Trześniówka”, a koszt całkowity prac to około 20 milionów złotych - mówił.

- W roku 2016 zaczyna się kolejny program, trwający do roku 2021, w którym na działanie przeciwpowodziowe w obszarze Wisły i Odry będzie przeznaczona kwota 1,2 miliarda euro. Projekty zakładają przebudowę oraz podwyższenie wałów Wisły, budowę zbiorników retencyjnych i polderów na dopływach tej rzeki. Minister gościł też w Baranowie Sandomierskim, gdzie obejrzał poldery przeciwpowodziowe. Na koniec wizyty w Nowej Dębie rozmawiano o portalu <http://obywatel.gov.pl>, czyli - jak załatwić sprawę w urzędzie.



Masuj twarz, będzie jedrna i piękna

Cera jest naszą wizytówką, dlatego każdego dnia powinniśmy dbać, by wyglądała świeżo i zdrowo. Niestety kosmetyki i tradycyjna pielęgnacja nie wystarczają. By skóra była gładka i piękna wymaga także czułego i subtelnego dotyku w postaci ujędrniającego masażu. Masaż skóry to najzdrowszy sposób, by każdego dnia skóra kuśliła gładkim i pięknym wyglądem, a owal twarzy pozostawał na swoim miejscu. Masaż twarzy to również skuteczny sposób na wygładzenie zmarszczek, poprawienie ukrwienia skóry i przygotowania jej do dalszej pielęgnacji. Jak należy wykonywać masaż? Subtelnymi i delikatnymi ruchami, dotykamy i masujemy poszczególne partie twarzy. Gwałtowne i zbyt mocne – mogą naruszyć zewnętrzne struktury skóry i przyczynić się do zniszczenia włókien kolagenowych odpowiedzialnych za jej gładkość i jędrność.



Od czego zacząć skuteczny masaż twarzy? Ujędrniający masaż twarzy najlepiej spełni swoją funkcję, jeśli zostanie wykonany zaczynając od górnych partii cery.

Czoło i brwi. Czystymi i rozgrzаныmi dłońmi masujemy delikatne czoło, zaczynając od środka i delikatnymi, poziomymi ruchami kierujemy kciuki do kranów skóry, łączących się z włosami po bokach. Obniżając co chwilę ruchy, palce subtelnie schodzą na przemian do brwi lub do partii czoła spotykającej się z włosami u nasady głowy. Następnie po kilkakrotnym powtórzeniu rozpoczynamy masowanie łuków brwiowych. Uciskamy je delikatnie kciukiem, zaczynając od prawej strony

i kierując do lewej, a następnie powtarzając ruch delikatnym gładzeniem, na przemian wykorzystując technikę ucisku i gładzenia.

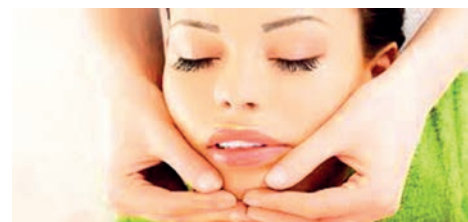
Kości policzkowe. Tuż po wykonaniu masażu brwi i czoła przechodzimy do delikatnego masażu ruchami okrężnymi zatok przynosowych i policzków, na przemian w prawą i lewą stronę. Robimy to bardzo powoli i delikatnie, od czasu do czasu lekko uciskając poszczególne miejsca. Tymi samymi ruchami przemieszczamy palce w stronę skóry wokół ust i brody. Delikatnymi ruchami z wykorzystaniem np., lekko naniesionej na palce pomadki, miodu lub kremu możemy wykonać masaż ust.

Nos. Także skóra nosa wymaga delikatnego i czułego masażu. Jak go wykonać? Na początek okrężnymi ruchami dwóch palców (wskazującego i środkowego) masujemy od jednej części płata nosowego poprzez środek aż do drugiego, zmieniając również strony.

Podbródek i szyja. Masaż podbródka i szyi to bardzo ważna część pielęgnacji. Pomaga walczyć z opadającą skórą i nieestetycznym, drugim podbródkiem. Delikatne uciskanie i wygładzanie od szyi w kierunku podbródka, podszczypywanie i ugniatanie pozwoli skórze pozbyć się tkanki tłuszczowej, a dzięki pobudzeniu krążenia włókna kolagenowe zadbają o jego prawidłowy wygląd.

Kto może wykonać masaż? Jeżeli nie mamy czasu na wizytę i profesjonalny masaż u kosmetyczki, warto poprosić o pomoc bliską osobę. Subtelny i czuły dotyk ukochanej lub ukochanego to najlepszy sposób na pozbycie się stresu i ukojenie dla skóry. Masaż niezwykle zbliża, otwiera na potrzeby i oczekiwania drugiej osoby. Warto także w ten sposób umacniać więź i okazywać sobie czułość.

Marta K. (fit)





MISS JEZIORA TARNOBRZESKIEGO

Cd ze str. 1

W ostatnią niedzielę wakacji wybrano pierwszą miss w historii Jeziora Tarnobrzskiego. O tytuł rywalizowało 10 dziewcząt wybranych przez internautów z grupy dwudziestu, które się zgłosiły do konkursu.

Pomysłodawcą oraz głównym organizatorem imprezy był Rafał Nieckarz z portalu tarnobrzskie.eu.

Wybrane przez internautów uczestniczki finału zaprezentowały się licznej publiczności w strojach kąpielowych, sukniach ślubnych

i kreacjach opracowanych przez Justynę Gamoń-Wesołowską.

Dziewczęta do występów przygotowywała Justyna Duszkiewicz.

Jury konkursowe zdecydowało, że tytuł MISS Jeziora Tarnobrzskiego 2015 otrzymała Marika Kolosek z Tarnobrzega – mówi Mirosław Pluta, jeden z członków Jury - Tytuł I Wicemiss zdobyła Karolina Kaczmarczyk z Włostowa, a II Wicemiss została tarnobrzeżanka Klaudia Kukułka.

Młodzież w akcji

Projekt ROZWIJAMY SIĘ RAZEM jest skierowany do chłopców i dziewcząt z terenów defaworyzowanych, środowisk zagrożonych wykluczeniem i osób niepełnosprawnych z terenu Powiatów Grodzkiego i Ziemskiego w Tarnobrzegu.

Zadanie będzie realizowane w 3 panelach:

- Integracja poprzez rozwój fizyczny- działania integracyjne oraz zajęcia z jazdy konnej i żeglarstwa
- Edukacja- organizacja wyjazdowych warsztatów motywujących
- Rozwój wolontariatu

Zapewnienie dzieciom i młodzieży - uczestnikom projektu, pełnego i harmonijnego rozwoju w przyszłości zaowocuje

zwiększeniem ich aktywności w działalności lokalnej, wolontariacie, filantropii czy podejmowaniem działań w fundacjach lub stowarzyszeniach. Z obserwacji własnych- na podstawie wcześniej realizowanych projektów- wynika, że osoby młode, którym zaproponowaliśmy udział w zajęciach wyrównawczych i aktywizujących np. zajęciach pozalekcyjnych, sportowo-rekreacyjnych czy kulturalnych chętniej włączają się w realizację działań podejmowanych na rzecz innych. Doskonałym przykładem takich działań jest Ogólnopolski Festiwal Piosenki Harcerskiej ŚPIEWOGRANIEC, w którym grupa jego dawnych uczestników stanowi teraz trzon drużyny sztabowej. Taka sama sytuacja dotyczy także innych imprez organizowanych przez Stowarzyszenie - dawni uczestnicy stali się kadrą,

wolontariuszami organizującymi zadanie.

Połączenie realizacji zadań z trzech paneli: integracji poprzez rozwój fizyczny, edukacji i świadomego obywatela pozwoli na zainteresowanie udziałem w projekcie zamierzonej grupy docelowej: dzieci i młodzieży z terenów defaworyzowanych, dzieci ze środowisk zagrożonych wykluczeniem i osób niepełnosprawnych, a także ich inte-

gracja i otwarcie na otaczający świat.

Po zakończeniu projektu zakładamy, że beneficjenci rozwiną swoje zainteresowania, pozyskają nowe umiejętności, a przede wszystkim zwiększą swoją świadomość obywatelską angażując się w życie społeczności lokalnej, w tym w działania Stowarzyszenia.

(RK)

Projekt ROZWIJAMY SIĘ RAZEM jest realizowany przez Stowarzyszenie ESTEKA i jest współfinansowany ze środków Wojewody Podkarpackiego.



WOJEWODA PODKARPACKI

Foto: archiwum Esteka



Potyczki konne nad Jeziorem Tarnobrzeskim

12 września br. na terenach nad Jeziorem Tarnobrzeskim odbył się V-ty Rajd Konny Jezioro Tarnobrzeskie. Pomimo pochmurnej pogody i porywów wiatru uczestnicy wykazali się ogromnym zapalem i doskonałymi umiejętnościami sztuki jeździeckiej.

Sztuka jazdy konnej to rzeczywiście sztuka. Na początku żmudne ćwiczenia dosiada, równowagi, używania pomocy w kierowaniu koniem po to, aby kopyto za kopytem iść w kierunku dogadania się z nim, komunikacji na wyższym poziomie i osiągnięcia jedności jeźdźcy ze wspianym zwierzęciem, którego dosiada.

Kontakt z koniem uczy jeźdźcy cierpliwości, wytrwałości, sprawnych procesów

decyzyjnych, odpowiedzialności za siebie i konia, empatii, dbałości o inną żywą istotę, jednym słowem jest wspaniałą metodą rozwijania własnej osobowości. Zależy to jednak od jeźdźcy, gdyż można pozostać na poziomie „nadmuchanego Ego” i w swej zarożumiałości nie rozwinąć się wcale.

Oto klasyfikacja końcowa V Rajdu:

I Miejsce - Marta Malarz na koniu Heros - 137 pkt.

II Miejsce - Klaudia Pacholec na koniu Hunter - 130 pkt.

III Miejsce - Agata Żmuda na koniu Sara - 126 pkt.

4. Michalina Gosztyła - 122 pkt.

5. Olga Zielińska - 114 pkt.

6. Dagmara Bednarska - 105 pkt.

7. Roksana Krawiec - 100 pkt.

8. Anastazja Rębisz - 95 pkt.

9. Natalia Osmala - 92 pkt.

10. Elżbieta Gajewska - 90 pkt.

11. Karolina Bugaj - 80 pkt.

12. Julia Wojtaszek - 74 pkt.

13. Ola Jopek - 70 pkt.

14. Barbara Malarz - 70 pkt.

15. Natalia Nowak - 68 pkt.

16. Anna Rawska - 63 pkt.

17. Maciej Szwed - nie sklasyfikowany

18. Agnieszka Żbikowska - nie sklasyfikowana

19. Piotr Gleń - nie sklasyfikowany

20. Harald Brociek - nie sklasyfikowany



Uczestnicy Rajdu otrzymali nagrody rzeczowe (zdobywczy I miejsca m.in. siodło). Dodatkowo Poseł Mirosław Pluta ufundował statuetki na najmłodszej i najmłodszego uczestnika Rajdu.

(KS)

Projekt V Rajd Konny TARNOBRZEG - Jezioro Tarnobrzeskie był realizowany przez Stowarzyszenie ESTEKA przy współudziale finansowym Urzędu Miasta Tarnobrzega.



Foto: Kamila Kędziora



Foto: Kamila Kędziora



Foto: Kamila Kędziora



Foto: Kamila Kędziora



Foto: Kamila Kędziora





Anatomia zła

reż. Jacek Bromski
Polska 2015, 122'
Thriller

25-27.09
29.09-01.10 godz. 17.30

Film przeznaczony dla widzów od lat 15

Król życia

reż. Jerzy Zieliński
Polska 2015, 96'
Komedia

25-27.09
29.09-01.10 godz. 20.00

Film przeznaczony dla widzów od lat 15

Więzień labiryntu: Próby ognia

reż. Wes Ball
USA 2015, 132'
Thriller/Akcja/Sci-Fi

02-04.10
06-08.10 godz. 17.30

Film przeznaczony dla widzów od lat 12

bilety: 14 PLN normalny, 12 PLN ulgowy

SALA KINOWA SCK Rynek 25/26 W SANDOMIERZU

Bilety do nabycia w SANDOMIERSKIM CENTRUM KULTURY, RYNEK 25/26

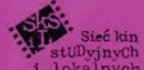
poniedziałek – piątek w godz. 8:00-18:00 LUB PRZED SEANSEM w kinie

REZERWACJA: tel. 15 832 29 64, e-mail: biuro@esceka.pl

LICZBA MIEJSC OGRANICZONA!

Oficjalna strona Kina Starówka: www.kinostarowka.pl

Zapraszamy do DKF! Spotkania w każdy poniedziałek o godz. 19:00 w sali kinowej SCK: Rynek 25/26



EURO-SZKOŁA BIS Jacek Sadrakuła i synowie

LIDER REGIONU W KATEGORII
EDUKACJA SZKOLNICTWO
MŁODZIEŻY I DOROSŁYCH

- POLICYJNE LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE

klasa mundurowa
klasa wizażu, makijażu i stylu
klasa ratownictwa medycznego
klasa biznesowo językowa
klasa fotograficzna z grafiką komputerową
klasa strażacka

ZAWODY, KTÓRE GWARANTUJĄ PRACĘ

- TECHNIKUM CHŁODNICTWA
I KLIMATYZACJI - NOWOŚĆ
- TECHNIKUM GAZOWNICTWA - NOWOŚĆ
- TECHNIKUM ARCHITEKTURY KRAJOBRAZU
- TECHNIKUM BUDOWNICTWA
- TECHNIKUM LOGISTYCZNE
- TECHNIKUM FRYZJERSKIE
- TECHNIKUM INFORMATYCZNE
- PUBLICZNA ZASADNICZA SZKOŁA ZAWODOWA

SZKOŁY DLA DOROSŁYCH

- LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE DLA DOROSŁYCH
- SZKOŁY POLICEALNE
- KURSY KWALIFIKACYJNE

**Za darmo tablet APPLE
i e-podręczniki
dla każdego ucznia**

ZAPISY I INFORMACJE EURO-SZKOŁA BIS

ul. Św. Barbary 1c, 39-400 Tarnobrzeg
tel. 15 823 10 36 kom. 608 063 642,
e-mail: biuro@euroszkola-bis.pl
www.euroszkola-bis.pl



REKLAMA

Wakacje z książką i nie tylko ...

Lato, lato, lato czeka. Razem z latem czeka
... biblioteka.

Tegoroczne, wakacyjne spotkania w Miejskiej Bibliotece Publicznej im. dr. Michała Marcza w Tarnobrzegu przebiegały pod wspólnym hasłem „Wakacje z książką”. Realizację wakacyjnego programu pracownicy biblioteki rozpoczęli już 29 czerwca. Każdego dnia dzieci, nie tylko mieszkańcy Tarnobrzega, miały możliwość spędzenia czasu w sposób przyjemny, pożyteczny a przede wszystkim bezpieczny. Oferta przygotowana przez bibliotekarzy była bardzo różnorodna. Oddział dla dzieci Biblioteki Głównej w tym roku realizował spotkania pod wspólnym hasłem „Indianie lato”. Oj, czego tu nie było! Poprzez słuchanie fragmentów indiańskich baśni i opowieści młodzi czytelnicy poznawali legendy, historię oraz dzień codzienny Indian. Na zakończenie spotkania uczestnicy wykonywali postacie lub przedmioty związane z poznany tekst. Co dzień Oddział dla dzieci zamieniał się w małą indiańską wioskę gdzie oczywiście na czołowym miejscu ustawiono wigwam a wokół niego pióropusze, totemy, łapacze snów, amulety szczęścia, wizerunki „Wielkiego Manitua” oraz zwierząt, które tak ważne były w życiu plemion.



Filia nr 1 swoich czytelników przeniosła w świat dinozaurów i baśni. „Baśniowy pociąg” powędrował w najodleglejsze zakątki naszego globu dając uczestnikom możliwość poznania kultury odległych krajów. Natomiast na zajęciach plastycznych dzieci wykonywały najbardziej fantazyjne formy przestrzenne: magiczne domki, kwiaty. Również miłośnicy muzyki mieli okazję zaprezentowania swoich zdolności.

Filia nr 2, już w pierwszych dniach wakacji, zaprosiła swoich milusińskich i ich opiekunów do wspólnego czytania. Spotkanie przerodziło się we wspaniałą zabawę. Najwięcej radości dzieciom sprawiła nauka modelowania balonów poprowadzona przez p. Joannę Pawłowską.

Filia nr 3 w tym roku była wręcz oblegana. Codziennie, liczna gromada dzieci pod okiem bibliotekarza tworzyła cuda i cudenka z papieru, modeliny, bibuły i innych materiałów. W wielu przypadkach były to pomysły samych uczestników spotkań. A ich kreatywność zaskakiwała dorosłych.

Fili nr 4 do realizacji wakacyjnego programu włączyli się dorośli mieszkańcy osiedla. Panie Iwona Brania, Katarzyna Siemińska

i Natalia Maszkowska, które zgodnie ze swoją profesją, zaszczytowały miłość do sztuki, chemii zwierząt, dając młodym dużo dobrych rad.

W Filii nr 5 królowały zajęcia plastyczne. Szczególnie spotkania poprowadzone przez p. Małgorzatę Wójtowicz gromadziły wielu miłośników sztuki.

Natomiast „zajęcia stolikowe” czyli gry planszowe i umysłowe a wśród nich kalambury zdominowały wakacyjne spotkania w Filii nr 6.

Również mieszkańcy osiedla Dzików na nudę raczej nie narzekali. Zabawy edukacyjne, spotkania z książką pod gołym niebem oraz gry ruchowe – sprawnościowe organizowane w Filii nr 7 cieszyły się ogromnym powodzeniem.

Filia nr 8, tradycyjnie jak co roku, zaprosiła swoich czytelników do „Stacji Ósemka” gdzie wspólnie spędzano czas przy zabawach literacko – plastycznych.

Uroczyste podsumowanie wakacji odbyło się 28 sierpnia 2015 w budynku Głównym Biblioteki Miejskiej. Bibliotekarze na tę okazję przygotowali wiele atrakcji. Była wspólna zabawa literacko – ruchowa, było i wspólne



śpiewanie i rysowanie. Najważniejszym jednak punktem spotkania dla uczestników „spotkań z książką” było otwarcie wystawy prezentującej prace, które powstały w trakcie realizacji programu. Wystawę zatytułowano „Kolorowy świat – kolorowe wakacje” bo takież i one były w tarnobrzelskiej bibliotece. Ogólnie w tym roku we wszystkich agendach i filiach Miejskiej Biblioteki Publicznej im. dr. Michała Marcza w Tarnobrzegu przeprowadzono 274 formy pracy z których skorzystało około 2200 osób.

Realizacja programu była możliwa dzięki dotacji celowej przekazanej przez Urząd Miasta w Tarnobrzegu.

iza



Remont generalny siedziby Komisariatu Policji w Nowej Dębie coraz bliżej

Rada Miejska na prośbę Komendanta Wojewódzkiego Policji w Rzeszowie zgodziła się przekazać środki na projekt remontu generalnego siedziby Komisariatu Policji w Nowej Dębie.

10 sierpnia Komenda Wojewódzka Policji w Rzeszowie zwróciła się z prośbą o zabezpieczenie w budżecie gminy Nowa Dęba w roku 2015 środków na opracowanie dokumentacji projektowej, niezbędnej do określenia ostatecznej kwoty remontu generalnego siedziby Komisariatu Policji w Nowej Dębie.

Komenda Wojewódzka czyni starania w celu pozyskania środków finansowych na przeprowadzenie remontu w 2016 roku. Na podstawie wykonanej dokumentacji projektowej, zosta-



nie zawarte porozumienie pomiędzy Komendą Wojewódzką w Rzeszowie a Gminą Nowa Dęba, dotyczące określenia zasad i form współpracy stron, w wymiarze 50/50 w procesie realizacji inwestycji.

Mając na uwadze ważność interesu publicznego, estetykę otoczenia oraz poprawę warunków pracy funkcjonariuszy policji radni zgodzili się przekazać środki na ten cel do kwoty 15 tys. zł.

RL/MM

Jeszcze w tym roku kładka na rzece Dęba między Nową Dębą a Tarnowską Wolą

Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad Oddział w Rzeszowie prowadzi procedurę o udzielenie zamówienia na budowę kładki przez rzekę Dęba u pieszo-rowerowym wraz z budową tego ciągu w ramach zadania „Poprawa bezpieczeństwa ruchu drogowego na drodze krajowej nr 9 w województwie podkarpackim na odcinku Nowa Dęba – Tarnowska Wola”.



Na podstawie porozumienia z GDDKiA, projekt budowy kładki wraz z dokończeniem brakującego odcinka ciągu pieszo-rowerowego między Nową Dębą a Tarnowską Wolą był wykonany przez gminę Nowa Dęba, a po stronie rzeszowskiego Oddziału GDDKiA pozostało wykonanie kładki.

W 2010 r. Generalna Dyrekcja Dróg Kra-

jowych i Autostrad wybudowała ścieżkę rowerową z Nowej Dęby do Tarnowskiej Woli, jednakże bez kładki na rzece Dęba, co powoduje, że rowerzyści muszą wyjeżdżać na drogę krajową nr 9, aby po ok. 200 m z powrotem zjechać na ścieżkę. Jest to bardzo niebezpieczny manewr, który utrudnia życie rowerzystom.

- Sam korzystam z tej ścieżki i wiem, jak niebezpieczny jest brak kładki dla jej użytkowników. Dlatego z mieszkańcami trzech wsi – Alfredówki, Rozalina i Tarnowskiej Woli - kierowaliśmy do Dyrektora Oddziału GDDKiA w Rzeszowie wniosek o rozwiązanie tego problemu – przypomina Wiesław Ordon. Decyzja o realizacji zadania spoczywała w centrali w Warszawie, gdzie ustalany jest ranking zadań. Rozmowy prowadzone przez burmistrza w Oddziale GDDKiA, który wspierał nasze starania, w końcu przyniosły zamierzony efekt.

W promowanie realizacji tego zadania w Ministerstwie Infrastruktury i Rozwoju włączył się skutecznie poseł Mirosław Pluta. - Wraz z mieszkańcami, dziękuję panu posłowi za wsparcie, bo obawiałem się, że ten projekt odsunie się w czasie - dodaje burmistrz Nowej Dęby.

Całość zadania powinna zostać zrealizowana do 15 grudnia 2015 r.

UMiG/RL

Relacja z Rajdu rowerowego „BURZA”

Blisko 70 uczestników zgłosiło się do udziału w Rajdzie Wycieczce rowerowej na trasie Nowa Dęba – Huta Komorowska – Budy Tuszowskie – Nowa Dęba. Okazją do tej historyczno-rekreacyjnej wycieczki była 71 rocznica akcji „Burza” w Dębie oraz 76 rocznica wybuchu II wojny światowej.

Przewodnikami wycieczki byli pasjonaci historii z naszego regionu - Piotr Szaro i Marian Ziółkowski. Trasę rajdu zabezpieczała jednostka OSP Nowa Dęba. Drobne naprawy i usterki w rowerach usuwał Przemysław Maćkowiak z firmy PAAM-BIKE.

Na miejscu zbiórki obok krytej pływalni odczytano listę uczestników, których podzielono na cztery grupy. Wyznaczeni zostali opiekunowie grup i w kolejności wyruszone na trasę rajdu. Pierwszym przystankiem był cmentarz w Nowej Dębie, gdzie pod Krzyżem upamiętniającym poległych w II wojnie światowej odmówiono modlitwę oraz zapalono znicze. Następnie rajd przemieszczał się drogami leśnymi, aż do pierwszych bunkrów zlokalizowanych



w Porębach Majdańskich i Hucie Komorowskiej. Panowie Piotr i Marian wskazywali, nieznane większości uczestnikom rajdu miejsca, w których toczyły się walki. Swoją pasją i ogromną wiedzą dzieli się z uczestnikami naszej wycieczki.

Po blisko dwóch godzinach uczestnicy dotarli do Muzeum Kardynała Adama Kozłowieckiego w Hucie Komorowskiej. Na miejscu serdecznie przywitani nas gospodarze Dyrektor Muzeum Bogdan Romaniuk oraz Dariusz Bździkot - sekretarz Zarządu Fundacji Serce Bez Granic. Po krótkim wprowadzeniu przez Bogdana Romaniuka i wspólnej fotografii uczestnicy rajdu zwiedzili Muzeum. Przedstawiona przez przewodników muzeum postać Kardynała Adama Kozłowieckiego, jego przeżycia w okresie dzieciństwa, więzienia w hitlerowskich obozach i późniejsze podczas pracy na misjach w Afryce, zrobiły duże wrażenie na uczestnikach rajdu.

Kolejnym etapem rajdu były miejsca potyczki wojsk sowieckich z Niemcami w Hucie Komorowskiej oraz zlokalizowane w leśnych

Powołania badmintonistów Stali Nowa Dęba do kadry Polski na II półroczu 2015 roku

Doskonale i wręcz sensacyjne wiadomości napłynęły z siedziby Polskiego Związku Badmintonu w Warszawie. Na II półroczu 2015 roku trenerzy kadr narodowych polskich badmintonistów w poszczególnych kategoriach wiekowych powołali zawodniczki i zawodników, którzy będą do końca roku objęci centralnym szkoleniem (konsultacje szkoleniowe oraz starty zagraniczne). Z wielką satysfakcją informujemy, że wśród wybrańców badmintonowych trenerów polskich kadr narodowych znalazło się aż pięcioro badmintonistów Stali Nowa Dęba.

Do kadry Polski juniorów powołany został 17 - letni Patryk Kopeć, do kadry Polski juniorów młodszych powołani zostali 15 - letni: Natalia Róg, Rafał Lejko i Patryk Róg, natomiast do kadry Polski młodzików powołanie otrzymała 14 - letnia Beata Mycek.

Jest to chwila historyczna dla badmintonistów Stali Nowa Dęba, ponieważ jeszcze nigdy w 47 - letniej historii istnienia sekcji badmintonu w środowisku Nowej Dęby, aż tylu badmintonistów z Nowej Dęby w jednym sezonie roz-

grywkowym nie było powołanych do polskich kadr narodowych. Jest to efekt znakomych wyników jakie nowodębscy badmintoniści uzyskali w minionym sezonie rozgrywkowym.

Wielu badmintonistów Stali przebywało w okresie wakacyjnym na obozach kadry Polski oraz kadry wojewódzkiej w różnych miejscach Polski. Teraz czas i pora na treningi specjalistyczne w hali. Niestety na razie jest to nie realne i dlatego z wielkim niepokojem tak zawodnicy, jak i trenerzy patrzą na postęp i koniec prac remontowych w hali i mają nadzieję, że wyniki w nadchodzącym sezonie 2015/2016 nie będą dużo gorsze od tych z minionego sezonu. Przed badmintonistami bowiem wiele startów indywidualnych oraz drużynowych (ekstraklasa) po całej Polsce. Zawodnicy i trenerzy sekcji badmintonu są jednak tak zdeteminowani, że postanowiono, iż treningi będą w razie potrzeby odbywać się również na wolnym powietrzu, żeby cały czas utrzymać chociaż formę kondycyjno - motoryczną.

MKS STAL Nowa Dęba



„Innowacyjność, Technologia, Rozwój”

- taki tytuł otrzymała wystawa, która stała się na nowodębskich „plantach”, prezentująca kilka firm działających na terenie naszej gminy.

Każdy zwiedzający wystawę może zapoznać się z profilem działalności firm takich jak: Marm Polska Folie, Zakłady Farmaceutyczne Polpharma S.A., Freeman and Proctor Polska Sp. z o.o., Spółdzielnia Inwalidów „Zjednoczenie”, Nadleśnictwo Nowa Dęba, Zakłady Metalowe Dezamet S.A., Zakłady Chemiczne „Siarkopol” Tarnobrzeg Sp. z o.o. Ponadto prezentowane są instytucje otoczenia biznesu: Powiatowy Urząd Pracy w Tarnobrzegu i Tarnobrzaska Agencja Rozwoju Regionalnego.



W ten sposób firmy prezentują naszym mieszkańcom, a także gościom, główne kierunki działania, ofertę produkcyjną czy też stosowane nowoczesne technologie.

Wystawa jest wynikiem współpracy samorządu z lokalnymi przedsiębiorcami. Podczas marcowego spotkania przedsiębiorców i samorządu gminy Nowa Dęba poruszony został temat wspólnej promocji firm z terenu gminy i podmiotów z nią współpracujących. Jednym z działań miało być zorganizowanie w centrum Nowej Dęby, na Placu im. mjr Gryczmana, wystawy pt. „Innowacyjność. Technologia. Rozwój”. Propozycję wspólnej promocji przyjęło 7 przedsiębiorstw i 2 podmioty działające na ich rzecz.

- Dziękuję szefom przedsiębiorstw, że zechcieli zaprezentować mieszkańcom profile swojej działalności, gdyż nie każdy ma możliwość poznania produktów firm działających na naszym terenie, zwłaszcza tych powstałych po transformacji ustrojowej. Dziękuję im również za wsparcie finansowe tego wspólnego projektu - mówi burmistrz Wiesław Ordon.

Wystawę można oglądać do końca października.

UMiG Nowa Dęba

ostępach bunkry. Uczestnicy rajdu trochę zmęczeni dotarli do Budy Tuszowskiej, gdzie dzięki uprzejmości leśniczego Andrzeja Urbaniaka mogli skorzystać z wiaty ogniskowej. Organizator rajdu zaszerwował uczestnikom grochówkę i kiełbasę. Dodatkową atrakcją była możliwość strzelania z wiatrówki. Po blisko dwóch godzinach odpoczynku, rajd ruszył w drogę powrotną. Tym razem trasa wiodła szlakiem zniszczonej kolejki wąskotorowej Mielec – Dęba. W godzinę wszyscy cali i zdrowi zameldowali się na miejscu startu.

Burmistrz Wiesław Ordon w imieniu uczestników podziękował Piotrowi i Marianowi za prowadzenie rajdu. Każdy z uczestników otrzymał pamiątkowy certyfikat ukończenia Rajdu

Burza.

Dziękuję uczestnikom, współorganizatorom i osobom funkcyjnym za pomoc w organizacji rajdu. Do zobaczenia za rok.

Adam Szurgociński



PIKNIK 5 września 2015 „Dla odmiany...przed Pałacem”

Muzeum Narodowe w Kielcach w sobotę 5 września br. od godz. 10.00 do 14.00 na dziedzińcu przed Dawnym Pałacem Biskupów Krakowskich, zorganizowało imprezę plenerową pod hasłem „dla odmiany... przed Pałacem”.

Atrakcji nie zabrakło i wszyscy uczestnicy bawili się doskonale. Licznie przybyli miłośnicy „śniadania na trawie”, którzy posilali się przyniesionymi w koszach smakołykami. Dużym zainteresowaniem cieszyły się pokazy sportowców z kieleckiej Akademii Muay Thai oraz zajęcia promujące zdrowy styl życia – joga, pilates. Z dużym powodzeniem koncertowała górnicza Tarnobrzeńska Orkiestra Dęta oraz pięknie prezentujące się w tańcu mažoretki.

Obficie zaopatrzone stoiska z miodem, owocami, wędlinami, pieczywem kusily i zachęcały do degustacji oraz zakupów po promocyjnych cenach. Wszyscy chętni mogli sobie przygotować pyszną kanapkę. Do dyspozycji były chleby, bułki, wędliny, sery żółte, majonezy, musztardy, ketchupy. Dla spragnionych była woda mineralna, kawa

i gorąca czekolada, a na deser słodkie bułeczki i pączki. Organizatorzy zadbałi również o niespodzianki. Dla pierwszych 400 osób biorących udział w imprezie przygotowane były filiżanki z numerami, aby wyłonić szczęśliwych nabywców w losowaniu nagród rzeczowych. Uczestnicy pikniku mogli również zwiedzać wystawę porcelany śmiełowskiej. Wszystkie dzieci zaproszone były do udziału w zawodach składających się z pięciu konkurencji: szczudła, kręgle, bieg koników, serso oraz rzut do kosza.

Nagrodzeni zostali najlepsi, którzy zdobyli w sumie największą liczbę punktów.

Kategoria wiekowa 3-6 lat:

I miejsce Małgorzata Steckiewicz – 32 pkt

II miejsce Krzysztof Kozłowski – 30 pkt

III miejsce Leon Embingier, Martyna Krawec, Karolina Sabat – 28 pkt

Kategoria wiekowa 7-10 lat:

I miejsce Jan Barański – 42 pkt



Muzeum Narodowe w Kielcach

II miejsce Grzegorz Nowak – 41 pkt

III miejsce Julia Kozłowska, Miłosz Stemplewski – 36 pkt

Na dzieci czekały jeszcze dodatkowe atrakcje, m. in.: wielkoformatowa gra edukacyjna Podróże z Sienkiewiczem, układanie ogromnych puzzli przedstawiających Dawny Pałac Biskupów Krakowskich oraz planszowe gry edukacyjne. Dużym zainteresowaniem cieszyło się stanowisko, na którym najmłodsi mogli stworzyć wiatraczki, na podstawie XIX-wiecznej ryciny Michała Stachowicza (1768–1825).

Słowa uznania i podziękowania kierujemy do partnerów oraz przedstawicieli mediów za pomoc i wsparcie podczas organizacji pikniku „dla odmiany...przed Pałacem”.

FOTOGALERIA Z PIKNIKU:

http://mnki.pl/pl/aktualnosci/galeria_zdjec/2015/



REKLAMA




CISZA JAK TA
Góry. Poezja. Muzyka

*"Mają świeżość wczesnego Starego Dobrego Małżeństwa,
nastroj dojrzałej Wolnej Grupy Bukowiny
i to tajemnicze coś jeszcze, co ma tylko Cisza Jak Ta..."*
I. Molczyk

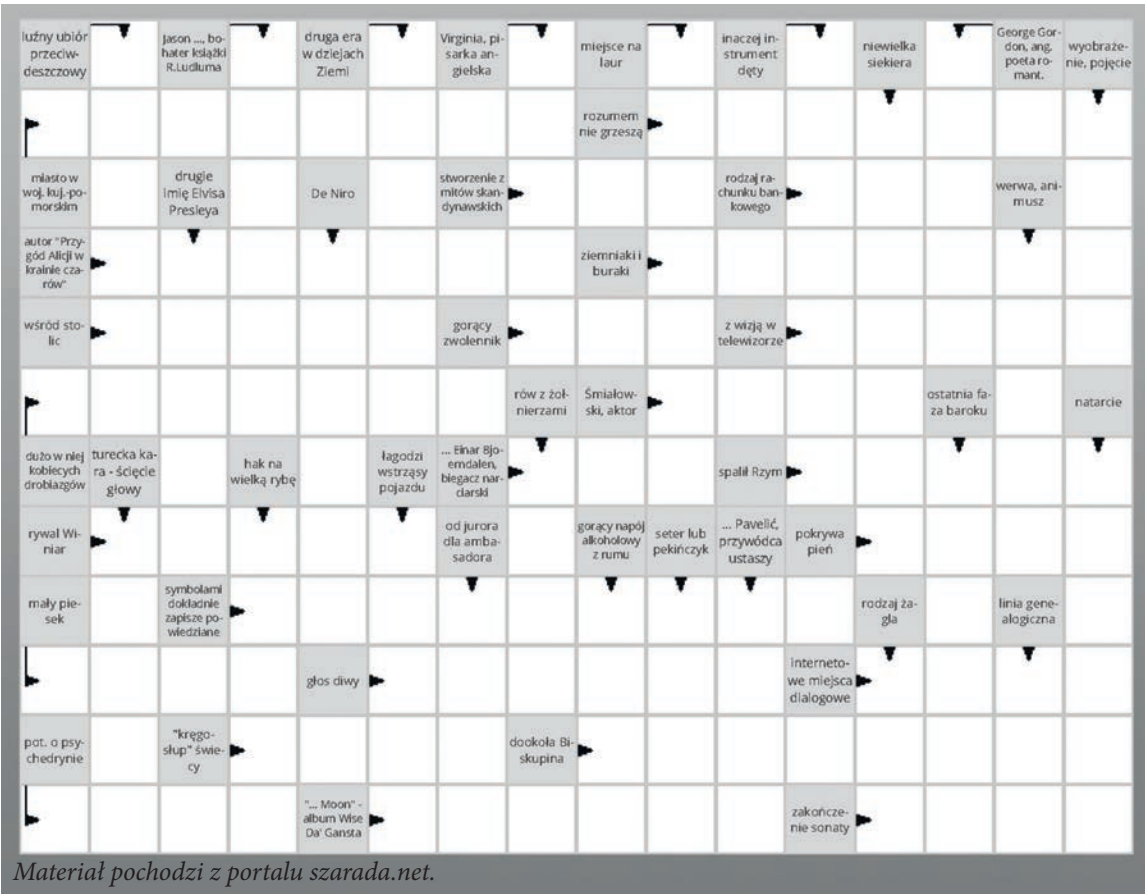
KONCERT

MIEJSCE: Centrum Rekreacji MOSiR
ul. Portowa 24 w Sandomierzu

DATA: 19 września 2015 r., godz. 18.00

BILETY: 20 złotych

do nabycia codziennie w Centrum Informacji Turystycznej
- Rynek 20, 15 644 61 05, lub przed koncertem



Materiał pochodzi z portalu szarada.net.

Kolega do kolegi:
– Kiedy palę na balkonie, nigdy nie wyrzucam niedopałków. Boję się, że pet – niesiony wiatrem – wpadnie do jakiegoś mieszkania, spowoduje pożar, wybuchną butle z gazem i zginie mnóstwo ludzi. Policja zacznie śledztwo i dojdzie, że to moja wina. Skażą mnie na długoletnie więzienie. Pokaże mnie telewizja i mama się wtedy dowie, że palę.

Rozmowa małżonków:
– Co byś zrobił gdybyś mnie stracił?
– Chyba bym zwariował.
– A ożeniłbyś się ponownie?
– Jeszcze nie zwariowałem!

Do drogiej restauracji w Paryżu wszedł wielbłąd. Wszystkie rozmowy ucichły, ludzie przestali jeść, bo pierwszy raz widzą wielbłąda w restauracji. Wielbłąd jak gdyby nic podszedł do stolika, usiadł, wziął menu i przegląda. Po chwili podchodzi do niego kelner i zagaja grzecznie:
– Przepraszam, ale jest pan pierwszym wielbłądem w naszej restauracji.
– Przy takich cenach to chyba też i ostatnim ...

Wybrałem się z żoną na wakacje. W nocy mówię do niej:
– Wydaje mi się, że pod moim łóżkiem jest potwór.
– Dorośnij wreszcie odpowiada.
– Mówię prawdę, pod moim łóżkiem czai się potwór!
– Wiedziałaś, że nie powinnam ci oddawać górnego piętra.

Przychodzi facet do rzeźnika i mówi:
– Proszę o rękę pana córki.
Na to rzeźnik:
– A z kością czy bez?

Dżentelmen rozmawia ze swoją sąsiadką:
– Madame, słyszałem wczoraj, jak pani śpiewała.
– Tak tylko, dla zabicia czasu - odpowiada za-wstydzona dama.
– Straszna broń pani wybrała, madame!

Przychodzi baba do lekarza!
– Panie doktorze, jestem w ciąży i boli mnie ząb.
– To niech się pani zdecyduje, bo nie wiem jaki fotel ustawić!

Mąż dowiaduje się o zdradzie żony. Wpada do domu i na jej widok krzyczy:
– Wiem wszystko!
– Przesadzasz – odpowiada żona – A, w którym roku była bitwa pod Cedynią?

Wchodząc do szefa, pracownik napotyka innego pracownika, czekającego pod drzwiami i mówi:
– Możesz wchodzić, dyrektor ma wyśmienity humor.
– A co się stało?
– Poprosiłem go o podwyżkę i uśmieł się do łez.

Student pyta studenta:
– Powtarzałeś coś przed egzaminem?
– Tak.
– A co?
– Będzie dobrze, będzie dobrze!



KINGA STEFAŃSKA - pingpongistka KTS SPAR Zamek Tarnobrzeg

SITODRUK
Druk wszystkiego i na wszystkim
TARNOBRZEG - Kościuszki 40
tel. 15 823 82 88, 501 330 242
Święte mamy tylko terminy... CYROGRAF

Nasze Miasto
Redakcja
NASZE MIASTO
poszukuje do współpracy
osób do akwizycji reklam.
Poszukujemy osób na terenie
Tarnobrzega, Stalowej
Woli, Sandomierza, Nowej
Dęby i Mielca,
które mają umiejętność
nawiązywania kontaktów,
dysponują wolnym
czasem.
Na zgłoszenia oczekujemy
poprzez nm@equela.eu

Nasze Miasto
Jeżeli masz ciekawy
tekst, chcesz opisać
wydarzenie, koncert,
poruszyć ważny spo-
łeczny temat napisz do
nas: nm@equela.eu
Najlepsze materiały
zamieścimy na łamach
NASZEGO MIASTA

Dyżury aptek

NOWA DĘBA	SANDOMIERZ	TARNOBRZEG
Całodobowych dyżurów apteki nie prowadzą.	21.09. - 27.09.2015 r. Apteka „W Galerii” ul. Błonie 2 tel. 15/832 02 93	21.09. - 27.09.2015 r. Apteka „Twoje Zdrowie” ul. Sienkiewicza 20 tel. 15/823 34 75
Dyżury w niedzielę:	28.09. - 04.10.2015 r. Apteka „W Centrum” ul. Słowackiego 18 tel. 15/832 10 48	28.09. - 04.10.2015 r. Apteka PZF Cefarm Kielce ul. Sienkiewicza 38/74 A 15/823 81 69
Apteka „4 Pory roku” ul. Kościuszki 1 godz. 8:00 – 15:00, tel. 15/846 20 25	05.10. - 11.10.2015 r. Apteka „Apteka NOVA” ul. Mickiewicza 32 tel. 15/832 07 88	05.10. - 11.10.2015 r. Apteka „Twoje Zdrowie” ul. Sienkiewicza 20 tel. 15/823 34 75
Apteka - ul. Rzeszowska 5 godz. 9:00 – 12:00 tel. 15/846 23 81	12.10. - 18.10.2015 r. Apteka Prywatna Sp.C. ul. Portowa 30 tel. 506 524 263	12.10. - 18.10.2015 r. Apteka „Apteka Prywatna” ul. Sienkiewicza 67 tel. 15/822 59 60

Nasze Miasto - bezpłatna gazeta lokalna. Wydawca: EQUELA sp. z o.o. 11 Listopada 8A, 39-400 Tarnobrzeg, tel. 15 801 28 60, www.equela.eu, mail: nm@equela.eu • Druk: Media Regionalne Sp. z o.o., Drukarnia - ul. Mechaniczna 12, 39-402 Tarnobrzeg
Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń

Projekt „Ciepły, puchaty konik” już wkrótce się skończy

Jest to nasz drugi projekt współfinansowany ze środków Państwowego Funduszu Osób Niepełnosprawnych, Podkarpackiego Urzędu Marszałkowskiego, Urzędu Miasta Tarnobrzega oraz własnych środków Sto-

warzyszenia Esteka.

Hipoterapia daje bardzo wiele możliwości terapeutycznych dlatego tak chętnie korzystają z niej zarówno dzieci

Projekt CIEPŁY PUCHATY KONIK
jest realizowany przez Stowarzyszenie ESTEKA
i jest współfinansowany ze środków
Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych



jak i młodzież. W hipoterapii nie ma konkretnych zestawów ćwiczeń. Ćwiczenia i zajęcia tworzone są indywidualnie do potrzeb naszych podopiecznych. Widzimy jakie zmiany zachodzą na naszych oczach. Widzimy jak nasi podopieczni chętnie wykonują ćwiczenia, jak bezbłędnie odpowiadają na pytanie na jakim koniu jeżdżą, znają wszystkie konie w stajni, umieją „odczytać” samopoczucie konia danego dnia, znają zasady bezpieczeństwa przy koniach.

Widzimy z jaką troską i czułością głaszczą konia, jak odzywają się do niego, jak na niego patrzą. Jest to kontakt z żywym zwierzęciem, który ma ogromny wpływ na rozwój emocji, budowanie więzi społecznych. Zajęcia z koniem rozwijają poczucie własnej wartości, pewności siebie. Rozwijają umiejętności nawiązywania kontaktów, utrzymywania relacji.

Nasi podopieczni dają koniom „coś” od siebie, a konie to czują i odwzajemniają się tym samym. Jest to właśnie ta „magiczna” więź jaką nawiązują z koniem.

Możliwości konia są ogromne i niezastąpione, zobaczymy więc to na zdjęciach zrobionych podczas naszych zajęć.



Foto: E. Bundz
Bardzo lubimy wykonywać
czynności pielęgnacyjne: czeszymy
konie, zaplatamy warkocze,
czyścimy kopyta.



Foto: E. Bundz

Lubię się poprzytulać...



Foto: E. Bundz

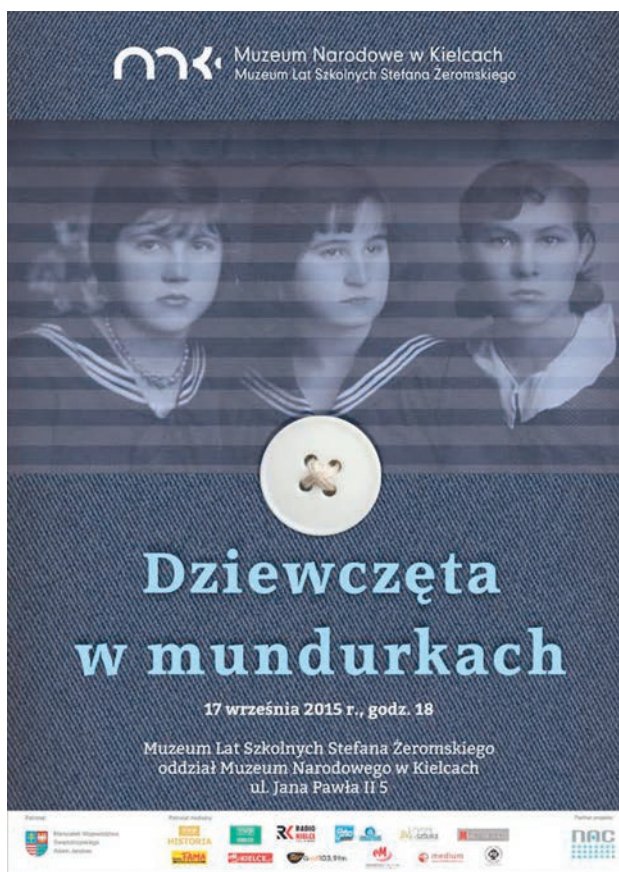
Lubimy razem
zrobić coś fajnego
i zabawnego.

„DZIEWCZĘTA W MUDURKACH” - oddział Muzeum Narodowego w Kielcach zaprasza na wystawę

„DZIEWCZĘTA W MUDURKACH” w Muzeum Lat Szkolnych Stefana Żeromskiego, oddziale Muzeum Narodowego w Kielcach. Od 17 września 2015 – do końca stycznia 2016 r.

„Dziewczęta w mundurkach” to tytuł wystawy w Muzeum Lat Szkolnych Stefana Żeromskiego, oddziale Muzeum Narodowego w Kielcach, której wernisaż odbędzie się 17 września 2015 roku o godz. 18. Tematem wystawy jest, wzbudzająca obecnie coraz większe zainteresowanie badaczy, historia kobiet. Jej zakres obejmuje zagadnienia z życia codziennego uczennic szkół średnich w latach dwudziestych i trzydziestych XX wieku. Wraz z odzyskaniem przez Polskę niepodległości, możliwe stało się rozpoczęcie procesu odbudowy struktur nieistniejącego od 123 lat państwa polskiego oraz zainicjowanie przemian społecznych, obyczajowych i kulturowych. Podzielone dotychczas pomiędzy trzech zaborców społeczeństwo zyskało nowe warunki społeczno-polityczne, dające wiele możliwości rozwoju i aktywności różnych środowisk, organizacji i ugrupowań. Nastąpił okres przeobrażeń społecznych, będących skutkiem nowych prądów obyczajowych płynących z krajów Europy Zachodniej i Ameryki. W odmienionej rzeczywistości rozwijała się także świadomość kobiet.

Dotychczasowe wzorce wychowawcze ulegały stopniowej weryfikacji, co wpływało na kształtowanie ich pozycji społecznej i nowego wizerunku. Pojawiały się nowe pola żeńskiej aktywności, dążenie do wykształcenia, a także



chęć kontynuacji procesów emancypacyjnych zapoczątkowanych w XIX w. Miało to ogromny wpływ na kształtowanie światopoglądu młodzieży żeńskiej, której przez stulecia wpajano, że najważniejszym celem w życiu kobiety jest zamążpójście i macierzyństwo w myśl zasady, że:... kobieta winna słuchać męża i być mu poddana; cichą, cierpliwą, domem zajęta. Wystawa zabierze widza w niezwykłą podróż przez czas i historię, by pokazać mu codzienne życie ambitnych oraz pełnych marzeń i planów gimnazjalistek. Dziewcząt, przed którymi, dzięki zdobyczom emancypacyjnym ich babek i matek, przyszłość stała otworem, a nowe możliwości edukacji, dawały szansę na samodzielność i samorealizację.

Bohaterki wystawy – uczące się, dojrzewające, wkraczające w dorosłe życie dziewczęta – prowadzą widza przez swą

codzienność. Opowiedzą o szkolnych mundurkach, internacie, niewygodnych strojach gimnastycznych, potańcówkach, pierwszych miłościach, ulubionych przedmiotach, czy o tym według kogobłędny i dla chrześcijańskiego wychowania szkodliwym jest tzw. system „koedukacji”. Ekspozycja podzielona będzie na dwie części. Pierwsza poświęcona organizacji szkolnictwa żeńskiego i wszelkim aspektom życia szkolnego dziewcząt. Część druga zawierać będzie charakterystykę wszelkich form aktywności pozalekcyjnej.

Wystawa będzie prezentowana do końca stycznia 2016 r.

WIĘCEJ O WYSTAWIE:

http://mnki.pl/pl/aktualnosci/wydarzenia/1402,dziewczeta_w_mundurkach.html



Muzeum Narodowe w Kielcach