

# Nasze Miasto

Nr 40 | listopad/grudzień 2015 r.      Bezpłatny miesięcznik

TARNOBRZEG • STAŁOWA WOLA • SANDOMIERZ • NOWA DĘBA • MIELEC

## Co w numerze?

- Przedszkolaki z wizytą u Prezydenta.....str. 2
- Jazda konna dla dzieci i młodzieży.....str. 2
- Zmiana rachunków bankowych Urzędów Skarbowych.....str. 3
- Obradowali żonierze górnicy.....str. 3
- Lesser.....str. 4
- Kwaśne, ale dobre.....str. 5
- Pałacowe rozgrywki - Turniej szachowy - podsumowanie.....str. 5
- „Dobre miejsce” w Alfredówce z ekocertyfikatem.....str. 6
- XII Parada Mikołajów.....str. 7
- 11 Listopada.....str. 8
- Spotkanie ze sztuką w Muzeum Narodowym w Kielcach.....str. 9
- Nowa Dęba pożegnała z honorami „Bławata”.....str. 10
- 21 i 22 listopada odbyły się w Krakowie XXVII Mistrzostwa Świata w Speed-ball.....str. 10
- Tarnobrzeg z Artystyczną Duszą.....str. 12



## „Dobre Miejsce” w Alfredówce z ekocertyfikatem

Po raz pierwszy w Polsce obiektom turystyki wiejskiej, w szczególności gospodarstwom agroturystycznym posiadającym specjalistyczną ofertę w zakresie turystyki przyrodniczej, przyznane zostały ekocertyfikaty Blisko Natury.

W prestiżowym gronie 36 agroturystyk z całej Polski, wyróżnionych tą wyjątkową nagrodą, znalazły się dwie z naszego województwa. Są to: prowadzony przez rodzinę Piotrowskich Chutor Gorajec, znany z organizowanego na jego terenie Festiwalu Folkowisko oraz o Dobre Miejsce - agroturystyka we wsi Alfredówka. Fundacja Instytut

na rzecz Ekorozwoju, kierując się dobrem turysty a także zasadami turystyki zrównoważonej, przyznała podkarpackim obiektom dwa listki w ramach „trójlistkowego” systemu certyfikacji. Certyfikaty zostały przyznane na dwa lata kalendarzowe tj. 2016 i 2017.

więcej na str 6.



## XII Parada Mikołajów

6 grudnia br. ulicami Tarnobrzega przejechała kolumna pojazdów różnych z ponad 450 Mikołajami, która ok. 12.30 dotarła na Pl. B. Głowackiego.

więcej na str 7.

Foto: własne Esteka



## 11 Listopada

Po raz drugi z okazji 11 Listopada została zaprezentowana mieszkańcom Tarnobrzega inscenizacja plenerowa światło-dźwięk. Organizatorami przedsięwzięcia było Stowarzyszenie ESTEKA oraz Komenda Hufca ZHP w Tarnobrzegu. Projekt był współfinansowany ze środków Urzędu Miasta Tarnobrzega.

więcej na str 8.





## Przedшкоlaki z wizytą u Prezydenta

**O**to, jak wygląda praca prezydenta miasta, sekretarza, a także urzędników mogły dziś zapytać dzieci z Przedszkola nr 5, które odwiedziły magistrat.

Grupa pięciu i sześciolatków chciała podejrzeć „od kuchni” pracę w tarnobrzskim urzędzie miasta. Podczas zwiedzania gabinetu prezydenta oczywiście nie brakowało chętnych do prze-

testowania ... prezydenckiego fotela. Najmłodsi mieli także okazję poznać sekretarza miasta – Przemysława Rękas, a także zastępcę prezydenta – Wojciecha Brzezowskiego.

Prezydent Grzegorz Kielb wręczył najmłodszym odblaski, a także drobne słodkości i zaprosił na kolejną wizytę.

PSK/AR

## JAZDA KONNA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

**S**towarzyszenie ESTEKA od kilku lat realizuje projekt związany z nauką jazdy konnej dla najmłodszych mieszkańców Tarnobrzega. W poprzednich latach projekt był realizowany pod nazwą **Rozwój fizyczny dzieci i młodzieży poprzez udział w zajęciach konnych** i wzięło w nich udział blisko 100 uczestników, którzy podnieśli swoje umiejętności z jazdy konnej. W bieżącym roku w ramach otwartego konkursu ofert z Urzędu Miasta Tarnobrzega pozyskaliśmy dofinansowanie na realizację zadania publicznego **ZAJĘCIA KONNE DLA DZIECI I MŁODZIEŻY**.

Projekt był realizowany od 1 kwietnia do 30 listopada 2015 r. i objął grupę 10 osób, które będą rozwijały swoje zainteresowania związane z nauką jazdy konnej. Grupę docelową projektu stanowiły dzieci i młodzież, uczniowie tarnobrzeskich szkół, które nabywały podstawowe umiejętności związane z jazdą konną, które wzięły udział w 28 zajęciach.

Organizacja zajęć w formie zajęć konnych pozwala na popularyzację zajęć hipicznych, przybliżenie młodemu człowiekowi kontaktu ze zwierzęciem, naukę

odpowiedzialności, gdyż zajęcia wymagają od uczestników projektu podejmowania się zajęć związanych z opieką nad końmi i przygotowania ich do zajęć.

We wrześniu 2015 r. część uczestników zajęć wzięła udział w organizowanym przez ESTEKĘ V Rajdzie konnym TARNOBRZEG – Jezioro Tarnobrzesckie 2015.



Projekt Zajęcia konne dla dzieci i młodzieży był realizowany przez Stowarzyszenie ESTEKA przy wsparciu finansowym Urzędu Miasta Tarnobrzega.

**ESTEKA**



**Klub jeździecki „Kamyk”  
zaprasza na:**

- naukę jazdy konnej
- ogniska
- kulligi
- obozy
- imprezy okolicznościowe

kontakt:  
600 355 396 ul. Leśna 3,  
Tarnobrzeg-Mokrzyków

kontakt:  
**600 355 396**



## ZMIANA RACHUNKÓW BANKOWYCH URZĘDÓW SKARBOWYCH

**M**inisterstwo Finansów uprzejmie informuje, że od dnia 7 grudnia 2015 r. w urzędach skarbowych obowiązuje nowy wykaz rachunków bankowych dla należności pieniężnych z tytułu podatku od: czynności cywilnoprawnych (PCC), spadków i darowizn (SD), zryczałtowanego podatku dochodowego opłacanego w formie karty podatkowej (KP).

Na mocy delegacji ustawowej zawartej w art. 14 ust. 8 ustawy z dnia 10 lipca 2015 r. o administracji podatkowej (Dz. U. poz. 1269), Minister Finansów rozporządzeniem z dnia 2 grudnia 2015 r.

w sprawie wyznaczenia naczelnika urzędu skarbowego do dysponowania środkami pieniężnymi zgromadzonymi na wspólnym rachunku bankowym oraz określenia rodzaju należności pieniężnych obsługiwanych przy użyciu tego rachunku (Dz. U. poz. 2019), wyznaczył NACZELNIKA PIERWSZEGO URZĘDU SKARBOWEGO W BYDGOSZCZY do dysponowania środkami pieniężnymi zgromadzonymi na wspólnym rachunku bankowym dla należności pieniężnych z tytułu płatności podatku od czynności cywilnoprawnych (PCC), podatku od spadków i darowizn (SD) oraz zryczałtowanego podatku dochodowego opłacanego w formie karty podatkowej (KP).

W ZWIĄZKU POWYŻSZYM WYKAZ NUMERÓW

RACHUNKÓW BANKOWYCH URZĘDÓW SKARBOWYCH ZOSTAŁ ROZSZERZONY O NOWE NUMERY RACHUNKÓW BANKOWYCH DO OBSŁUGI WYŻEJ WYMIENIONYCH TYTUŁÓW PŁATNOŚCI.

Zostały one określone w Obwieszczeniu Ministra Finansów z dnia 7 grudnia 2015 r. - Dz. Urz. MF z dnia 8 grudnia 2015 r., poz.86 (plik PDF 1,51 MB) [1]

Pozdrawiam

MARIA BOJCZUK

Rzecznik Prasowy

Izba Skarbowa w Kielcach

## OBRADOWALI ŻOŁNIERZE GÓRNICY



Foto: Zarząd Okręgu.

Od prawej: J. Kołkowski, T. Jońca, A. Madej, Z. Krupa, S. Kućmira, A. Warchoł, K. Skrok, S. Suma

**W** dniu 20 października br. odbyło się VII Zebranie Sprawozdawczo-wyborcze delegatów Związku Represjonowanych Politycznie Żołnierzy Górników w Tarnobrzegu.

Związek zrzesza w swych szeregach żołnierzy Wojska Polskiego, którzy w latach 1949 - 59 zostali powołani do odbycia zasadniczej służby wojskowej, a po zaprzysiężeniu skierowani do „niewolniczej” pracy w kopalniach węgla kamiennego, zakładach pozyskiwania rud uranu i kamieniołomach. Do tych jednostek wojskowych powoływana była młodzież o patriotycznych życiorysach, członków organizacji niepodległościowych, których ówczesna władza uważała za osoby niebezpieczne politycznie. Do tych formacji wojskowych w latach 1949-59 wcielono ponad 200 tysięcy poborowych, z czego ok. 100 tysięcy zginęło na stanowiskach pracy.

Zebranie dokonało podsumowania działalności okręgowych władz statutowych za minioną kadencję, wybrało nowe władze oraz uchwaliło ramowy plan działania na najbliższe 4 lata.

Prezesem Okręgowego Zarządu ponownie został wybrany Zbigniew Krupa, który został również delegatem na VII Krajowy Zjazd Związku, który odbędzie się w 2016 roku.

ZK

*Z okazji zbliżających się  
Świąt Bożego Narodzenia  
składam Państwu życzenia radości,  
ciepła i cudownych chwil w gronie  
najbliższych. Nowy Rok niech  
będzie dla Was czasem spełnienia  
osobistych planów i realizacji  
zamierzeń oraz nadziei.*



ELŻBIETA ŁUKACJIEWSKA

*Elżbieta Łukacijewska*  
Posł do Parlamentu Europejskiego



*Z okazji Świąt Bożego Narodzenia  
i nadchodzącego Nowego Roku 2016,  
składam Państwu serdeczne życzenia świąteczne  
dla wszystkich bliskich, rodzin i znajomych.  
Niech te Święta będą jedyne w swoim rodzaju,  
okażą się tak piękne, jak to jest możliwe  
oraz przyniosą mnóstwo radości i szczęścia.*

*życzą*  
Dyrektor Robert Kotowski oraz pracownicy  
Muzeum Narodowego w Kielcach

# Nasza Młodzież by Lesser

## Europo, ogarnij się!

Chciałbym dziś nawiązać do wydarzeń, które miały miejsce w zeszłym miesiącu w stolicy Francji. Tuż po tragicznych zamachach w Paryżu, wiele krajów wyraziło swoją solidarność z Francuzami, podświetlając swoje symboliczne budynki barwami francuskiej flagi. Podobnie postąpili również użytkownicy Facebooka, którzy ozdabiali swoje profilowe zdjęcia tymi samymi barwami. W tym samym mniej więcej czasie inni zaś ludzie twierdzili, że ten akt terroru jest konsekwencją zbyt otwartej polityki migracyjnej tego kraju.



Już na początku tego całego zamieszania z uchodźcami, niektórzy europejscy politycy ostrzegali, że wraz z nimi mogą przedostać się do Europy również zamachowcy z Daesh. Życie

pokazało, że się nie mylili. Czy warto teraz przypominać o niezwykłym entuzjazmie tych, którzy witali uchodźców na granicach z otwartymi rękoma? Przyznam, że postawa tych drugich już wówczas była dla mnie delikatnie mówiąc niezrozumiała, gdyż była zasadniczo rozbieżna z tym, co mówili i sądzili na ten temat zwykli obywatele w ich krajach. Wyglądało to trochę tak, jakby politycy ci zapomnieli o tym, że otrzymali mandaty od ludu między innymi po to, by reprezentować jego stanowisko a nie własne. Tak jednak nie było. Dlatego to, co usłyszałem z ust jednego z ekspertów zaproszonych do programu informacyjnego dzień po zamachach, sprawiło mnie w osłupienie. Otóż pan ów wyraził swoją obawę, że te niewątpliwie wrogie akty agresji mogą przyczynić się do radykalnego wzrostu niechęci Europejczyków w stosunku do uchodźców!

Poważnie?! To może te ataki, wymierzone w naszą cywilizację i nasz system wartości, miały wzbudzić w nas sympatię do uchodźców i zachęcić nas do jeszcze radośniejszego ich przyjmowania? A może brutalne zabicie 137 osób w Paryżu, poparte medialnymi groźbami przedstawicieli Daesh pod adresem wszystkich Europejczyków miały w założeniu ocieplić wizerunek muzułmanów, w tym tych docierających właśnie na nasz kontynent? Nie potrafię zrozumieć postawy tych dziennikarzy i polityków, którzy na wszelkie sposoby próbują usprawiedliwiać poczynania muzułmanów w Europie. To, co wyprawiają ci dziennikarze (a niekiedy i politycy) poparte jest

jakaś specyficzną retoryką. Czyżby nie dostrzegali, jak bardzo jest ona niebezpieczna? I nie mówię tak tylko dlatego, że nie zgadzam się z ich zdaniem. Takie usprawiedliwianie łamania przez muzułmanów podstawowych reguł europejskiego prawa i dokonywanych przez niektórych z nich zbrodni, stanowi przecież dla nas wszystkich całkiem realne zagrożenie (dla nich może być z kolei zaproszeniem do działania). Nie rozumiem, dlaczego nadal tak źle widziane jest na naszym kontynencie negatywne ocenianie uchodźców (szczególnie ich zachowań)? Dlaczego tych, którzy widzą tę sytuację inaczej, nazywa się od razu ksenofobami bądź rasistami? Szanowni eksperci, czy waszym zdaniem powinniśmy tolerować mimo wszystko zachowania, zamierzające do wyrządzenia nam krzywdy? A co mamy myśleć według was o tych, którzy bestialsko zabili w Paryżu 137 osób i ciężko ranili 99? Ciekaw jestem czy podobny dylemat mają dziś także przedstawiciele Daesh? Coś mi mówi, że ksenofobia i rasizm to raczej niezna-  
ne im bliżej pojęcia.



I tak to dotarło do mnie, że obecna poprawność polityczna może stanowić dla nas realne zagrożenie. Konsekwencją takiego sposobu rozumowania jest bowiem branie na swo-

je barki odpowiedzialności za obecną sytuację i chęć niesienia pomocy wszystkim i wszędzie. Co gorsza, w imię solidarności zmusza się do tej pomocy wszystkich członków naszej wspólnoty. A co z suwerennością i z samodzielnym decydowaniem o własnej polityce zagranicznej? Dlaczego te narody, które nie zamierzają przyjąć w swoim kraju kompletnie odmiennych kulturowo i nie zamierzających asymilować się z resztą społeczeństwa muzułmanów, spotykają się z falą aż tak ostrej krytyki i powszechnym potępieniem innych? Czy ktoś pytał te kraje o opinię, gdy ojczyzna Karola Wielkiego i Napoleona Bonaparte obierała kurs muzułmański? Jedno jest pewne. Mieszkańcy Europy, ojczyzny Leonidasa, Gajusza Juliusza Cezara czy Jana III Sobieskiego muszą dziś wypić to piwo, które sobie nawarzyli i stanąć w obronie wartości, które tak cenią.

W opublikowanym nie tak dawno przez Daesh filmiku, jeden z wojowników rzuca mocne oskarżenia pod adresem Stanów Zjednoczonych i prowadzonej przez ten kraj polityki zagranicznej. Człowiek ten twierdzi, że USA od lat ewidentnie zmierza ku konfrontacji i dlatego wtrąca się w sprawy

Bliskiego Wschodu. Czy ma rację? A kto to może wiedzieć? Oczywiście znam wiele teorii spiskowych, o których zapewne i wy słyszeliście. Wierzyć, nie wierzyć, ale według jednej z nich zamachy z 11 września 2001 roku nie były przypadkowe, gdyż prezydent USA szukał podobno pretekstu do ograniczenia swobód obywatelskich. A wiecie, że po zamachach w Paryżu teoria ta odżyła na gruncie francuskim? No cóż, to tylko teoria i choć warta pewnej uwagi, to mnie jakoś nie zainteresowała.



Na koniec chciałbym wspomnieć jeszcze o zbliżającej się rocznicy Chrztu Polski. Dziwi mnie trochę, że wspomniane powyżej zamachy nie wpłynęły w naszym kraju na odbiór tego

wydarzenia. Chrześcijaństwo przedstawiane jest u nas nadal (i chyba nie tylko u nas) jako taki bastion obrony przed islamizacją. Może i tak jest, ale jak się ma do tego rosnąca w siłę pozycja islamu we Francji i niektórych innych europejskich krajach? To skłania nieco do refleksji – nie uważacie? Oczywiście chrześcijaństwo to też bliskowschodnia religia, choć ta akurat wpisała się już w historię i kulturę całej Europy. A swoją drogą ciekaw jestem, jak zareagowaliby nasi przaprzodkowie, gdyby usłyszeli jak dziś mówimy „nasze chrześcijaństwo”. Czy byliby zaskoczeni, gdyby zobaczyli, że dziś prawie nikt nie pamięta już o Swaroże czy Mokoszy? Nietrudno chyba sobie też wyobrazić, co mógłby powiedzieć dziś ten, kto oddał dawno temu swe życie w obronie Arkony? A może za kolejne tysiąc lat ludzie w Europie będą mówić „nasz islam”. Jak byście się czuli, gdyby dane było wam tego doświadczyć? Zostawiam was z tą myślą.

Jesteśmy świadkami bardzo trudnego okresu w dziejach Europy. Europy, która wstawia się za wszystkimi poszkodowanymi, ciemienionymi i chce im pomagać, zapominając przy tym chyba o sobie i swoim losie. Kto ma zatem zadbać o naszą kulturę i wyznawane przez nas wartości?



dagome

## Polowanie na dobrobyt

Zapewne każdy czytający ten tekst wie, jakich ludzi określa się mianem „cebulaków”. Jeśli jednak ktoś jeszcze nie wie, wystarczy mieć z rana ochotę na świeże bułeczki i trafić na ich dostawę w Lidlu. Chyba większość z nas widziała już nie raz, jak szybkie i zdeterminowane potrafią być w takim miejscu rzekomo zmęczone i chore staruszki, którym ustępujemy zazwyczaj miejsca w środkach komunikacji.



Zainteresowanie przecenionym towarem bywa wręcz niewyobrażalne. Ale do jego zdobycia trzeba się przecież odpowiednio przygotować. Zaczynamy od dogłębnej analizy gazetki reklamowej, w której dokładnie opisano wszystkie produkty proponowane

po obniżonych cenach. Gdy wiemy już, co nas interesuje, należy szczegółowo opracować taktykę działania i nastawić budzik na nieludsko wczesną porę, żeby zając jak najkorzystniejsze miejsce przed drzwiami wejściowymi do sklepu i przygotować się do wyścigu, połączonego z bezwzględną walką. W grę wejdą oczywiście łokcie i nie tylko, choć nie jest to kwestia życia i śmierci, a jedynie chęć dokonania zakupu nowej kurtki, gumiaków, torebek czy kłapek. Każdy bierze to, co chce i ile da radę unieść. Oczywiście nie szuka tej idealnej dla niego sztuki, bo nie ma na to czasu ani możliwości, tylko bierze mniej więcej pięć sztuk i biegiem udaje się do kasy, bo ma przecież świadomość, że nawet jak sam z tego zakupu nie będzie mógł skorzystać, to zawsze będzie mógł to potem sprzedać z zyskiem znajomym lub na Allegro.

Takie zachowania nie występują tylko w sklepach pokroju Lidla. Na pewno słyszeliście o szaleństwie, jakie wywołała nie tak dawno nowa kolekcja H&M x Balmain. Ludzie rzucili się na te ubrania jak dzikie zwierzęta na świeże mięso. Tłum falował, mrużąc wroga, a niektórzy ludzie mdleli z braku powietrza (nie było mnie tam, ale widziałam nagrania). Gdy ktoś poprosił ów tłum o rozstąpienie się, bo pewnej pani zrobiło się słabo, stojący w pobliżu mężczyzna odpowiedział, że mogła nie przychodzić!



Ostatnio najgłośniejsze było w mediach o tzw. Czarnym Piątku (dzień, który jest zwyczajowym początkiem sezonu zakupów w USA przed Bożym Narodzeniem). Dzień, na który miesiącami czekają wszyscy Amerykanie, a jeśli któryś z nich nie czeka, to zapewne coś z nim jest nie tak. Pod sklepami ustawiane są wtedy namioty, w których koczują potencjalni klienci, zabierając często ze sobą prawie wszystkie oszczędności. Ludzie ci po otwarciu drzwi sklepu zachowują się jak zwierzęta. Ruszają do środka w pełnym biegu, biorą to, co nawinie się pod rękę i biegają dalej, nie zwracając najmniejszej nawet uwagi na innych. Skąd biorą się takie zachowania? Dlaczego ludzie w takich sytuacjach tak łatwo i bez skrupułów rezygnują z cech, które odróżniają nas od zwierząt? Odpowiedź na to pytanie nie jest ani prosta, ani jednoznaczna. Rozumiem, że ludzie chcą dobrze wyglądać czy też mieć ładne i funkcjonalnie udekorowane mieszkania. Nie rozumiem jednak dlaczego nie potrafią zachować się z godnością i kulturą, gdy staną pod

sklepowym szyldem, a od otwarcia drzwi sklepu z obniżkami dzielą ich minuty?

Większość ludzi niestety nawet nie zastanawia się, dlaczego tak się zachowuje i co wywołuje w nich tak radykalne i bardzo często negatywne emocje. A to nic innego jak instynkt stadny, podążanie za tłumem (w tym przypadku to bardzo trafne określenie) i chęć zdobycia za wszelką cenę tego, co sobie postawili za cel. Szkoda tylko, że ich celem jest zazwyczaj jakaś rzecz, a radość potrafią wykrzesać z siebie tylko wtedy, gdy uda się ją zdobyć i wydać pieniądze.

W Polsce dałoby się to chyba jeszcze jakoś wytłumaczyć. Zdecydowana większość ludzi w naszym kraju nie jest specjalnie zamożna, żyje zazwyczaj skromnie i dlatego niespecjalnie dziwi mnie, że chce wykorzystać nadarzącą się okazję, by kupić (w korzystnej cenie) dobrej jakości, markowe rzeczy. Ale żeby aż tak brutalnie i bezpardonowo walczyć o te kurtki czy skórzane torebki? Nie dziwi mnie także szczęście tych ludzi, z którym obnoszą się po udanym zakupie, paradując dumnie ze swoją zdobyczą i pokazując ją wszystkim znajomym. Coś mi jednak mówi, że gdyby ludzie ci nie kupowali na co dzień tak wielu niepotrzebnych rzeczy, to zapewne mieliby środki na zakup tych wszystkich rzeczy w normalnej, niezaniżonej cenie.

Boję się jednak, że tych zachowań nie da się zmienić i ta walka o wyimaginowany dobrobyt, którego mianem ludzie określają zdobyte ubrania czy sprzęt, będzie trwać i to mimo słów mojej dezaprobaty.



vivi

# Kwaśne, ale dobre

**Sok z cytryny ma wszechstronne zastosowanie.**

Zdarza się, że okazji do świętowania, w ciągu roku, mamy pod dostatkiem. Stoły uginające się od wszelkiego jadła i napitków kuszą niepomernie. Stare powiedzenie „co za dużo, to niezdrowo” i tym razem okazuje się nad wyraz trafne.



Nadmiar pożywienia, głównie pochodzenia białkowego, odkłada nam się w postaci kwasu moczowego. Według najnowszych badań przyczyną wielu chorób, np. reumatyzmu, artretyzmu, osteoporozy, cukrzycy, podagry, kamicy, nadciśnienia,

chorób wątroby jest właśnie zalegający w stawach i mięśniach kwas moczowy.

Najlepszym sposobem na uwolnienie organizmu od trucizny jest picie zwykłego soku z cytryny. Nieuzasadnione są obawy, że taka ilość może spowodować rozstrój żołądka. Korzystnie działa on na katar lub wrzody żołądka. Jest bogaty w witaminę C i mikroelementy, doskonale oczyszcza organizm z nierozpuszczalnych soli i śluzu, ma również właściwości odmładzające i profilaktyczne w chorobach infekcyjnych. Z uwagi na zawartość hormonów fito-estrogenowych jest szczególnie pożyteczny dla kobiet w starszym wieku.

#### Kuracja profilaktyczna:

1 dzień - sok z 1 cytryny; 2 dzień - sok z 2 cytryn; 3 dzień - sok z 3 cytryn; 4 dzień - sok z 4 cytryn; 5 i 6 dzień - sok z 5 cytryn; 7 dzień - sok z 4 cytryn; 8 dzień - sok z 3 cytryn; 9 dzień - sok z 2 cytryn; 10 dzień - sok z 1 cytryny.

Sok należy pić: pół godziny przed posiłkiem lub godzinę po. Można rozcieńczyć go wodą i dodać łyżeczkę miodu.

Dawkę leczniczą należy pomnożyć przez 5: 1 dzień - sok z 5 cytryn; 2 dzień - sok z 10 cytryn; 3 dzień - sok z 15 cytryn; itd.

W tym przypadku mamy możliwość wyleczyć ciężkie, chroniczne przypadłości.

**Ale UWAGA! Nie można rozcieńczać go wodą ani uzupełniać miodem.**



Poza tym jeśli pojawią się zakłócenia w funkcjonowaniu jelita, należy przejść na dawkę profilaktyczną. Potem znowu można przeprowadzić kurację leczniczą.

Dzienną porcję soku należy rozłożyć na 3 - 5 dawek. W tym czasie wydajniejsza stanie się praca nerek, mocz może zmienić kolor i może pojawić się w nim osad. Świadczy to o usuwaniu z organizmu kwasu moczowego. Koniec kuracji zwiastuje bursztynowy kolor moczu i brak w nim osadu.

Kwas cytrynowy poprawia ponadto przemianę materii w organizmie i regeneruje tkankę kostną. Jest skuteczny również przy paradontozie i nadmiernej potliwości.

Kuracją profilaktyczną można zmniejszyć ... nadmiar piegów na skórze.

JK

## PAŁACOWE ROZGRYWKI SZACHOWE - TURNIEJ SZACHOWY O PUCHAR DYREKTORA MUZEUM NARODOWEGO W KIELCACH - PODSUMOWANIE

**W** miłej i sportowej atmosferze 8 listopada 2015 r. w pięknych wnętrzach Dawnego Pałacu Biskupów Krakowskich rozegrano Turniej Szachowy o Puchar Dyrektora Muzeum Narodowego w Kielcach w ramach VII Grand Prix Gór Świętokrzyskich.

Przy szachownicach zasiadło ponad stu zawodników, którzy rywalizowali w trzech Open - 24 osoby, do lat 18 - 17 osób, do lat 10 - 63 osoby. Podczas turnieju rozpoczętego sygnałem fanfarrowym atrakcji nie zabrakło. Uczestnicy oraz osoby towarzyszące mogli nieodpłatnie zwiedzać Muzeum oraz podziwiać replikę najstarszych sandomier-

skich szachów w Europie.

Dla wszystkich zapewniony był słodki poczęstunek, kawa herbata, napoje, a najmłodsi zawodnicy uczestniczyli w warsztatach plastycznych, grach i wróżbach andrzejkowych. Dużym zainteresowaniem dla początkujących szachistów cieszyły się 60 centymetrowe piony szachowe rozstawione w sali pałacowej tzw. „Sieni Głównej”. Na zakończenie odbyło się losowanie atrakcyjnych nagród. Zawodnicy, którzy zgromadzili na swym koncie największą ilość punktów otrzymali statuetki, nagrody finansowe, a najmłodsi uczestnicy dodatkowo upominki. Nagrodą główną była płaskorzeźba z wizerunkiem Pałacu.

Najlepsi zawodnicy turnieju:

Kategoria open:

I miejsce - Piotr Jędras - KMKŚSzach VICTORIA KOMPLEXBUD

II miejsce - Aleksander Kuspak - LUKKS Kielce

III miejsce - Wojciech Urban - LUKKS Kielce

Kategoria do lat 18:

I miejsce - Bartosz Gołuch - LUKKS Miedziana Góra

II miejsce - Weronika Posuniak - KMK-Szach VICTORIA KOMPLEXBUD

III miejsce - Bartkiewicz Paweł - LUKKS Miedziana Góra

Kategoria do lat 10:

I miejsce - Piotr Paździerz - LUKKS Miedziana Góra

II miejsce - Karol Armuła - KKSz Kraków

III miejsce - Aleksander Józefik - LUKKS Kielce

Organizatorzy: Muzeum Narodowe w Kielcach oraz Świętokrzyski Związek Szachowy.

Partnerzy: Zespół Szkół Przemysłu Spożywczego, Zespół Państwowych Szkół Muzycznych, PSS „Społem”, Muzeum Zabawy i Zabawek, Wojewódzki Dom Kultury w Kielcach oraz Muzeum Okręgowe w Sandomierzu.

Muzeum Narodowe w Kielcach





## Wspierając ESTEKĘ wspierasz rehabilitację niepełnosprawnych dzieci!



Jak wspierać hipoterapię - szczegóły na [www.esteka.pl](http://www.esteka.pl)

# „Dobre Miejsce” w Alfredówce z ekocertyfikatem

Cd ze str. 1

**K**apituła „Blisko Natury” postawiła przed agroturystykami wysokie wymagania. Należało spełnić kilkadziesiąt kryteriów ekologicznych, między innymi korzystać ze źródeł energii odnawialnej, gromadzić deszczówkę, prowadzić aktywny recykling odpadów i wyposażać budynek w urządzenia energooszczędne. Najważniejsza jednak była oferta przygotowana przez agroturystyki, stawiająca na bezpośredni kontakt z przyrodą i turystykę zrównoważoną. Każda z agroturystyk przygotować musiała specjalne pakiety przyrodnicze dla swoich gości.

Dobre Miejsce to agroturystyka otwarta na ludzi i ich pomysły, oferująca spokój i sielskość wsi. Dobre Miejsce, otoczone obszarami Natura 2000 udostępnia swoim gościom rowery i pomaga w organizacji spływów kajakowych w okolicy. W ich ofercie warsztatowej są między innymi plenery fotografii przyrodniczej, cykle warsztatów zielarskich i odosobnienia w bliskim kontakcie z przyrodą. Każdy z gości może też poznać z bliska rodzimą rasę owiec - wrzosówki, bo Dobre Miejsce to również ich dom. Współpracują z Centrum Natura 2000 w Tarnobrzegu, fotografami przyrodniczymi i przyrodnikami. Turyści najczęściej wybierają: prze-

mierzanie Puszczy Sandomierskiej czy czatowanie na ptaki nad stawami w Budzie Stalowej są to mocne elementy oferty turystycznej. W roku 2016 wystartuje w gospodarstwie zagroda edukacyjna Kurza Twarz z programami dla dzieci i młodzieży: o rodzimych rasach zwierząt, o bioróżnorodności łąk, oraz o tropieniu zwierząt dzikich.

Natomiast Chutor Gorajec ma kilka ciekawych propozycji w ramach turystyki wiejskiej, są to m.in.: rajd z zielarzem i znawcą przyrody Zbigniewem Bliźnińskim po okolicznych lasach i łąkach; obserwacje ptaków nad leśnymi stawami (specjalne ścieżki przyrodnicze zostały opracowane przez znanego ornitologa Krzysztofa Monastyr-



skiego). Dzięki akcji społecznej Chutor zebrał 10 rowerów, na których wiosną wyruszą ekopatrole na warsztaty ornitologiczne. Ośrodek znajduje się na szlaku GreenVelo

i ma wszelkie udogodnienia dla turystów poruszających się rowerami: stojaki na rowery, narzędzia do naprawy itd.

RL

REKLAMA

**2016**

**POWITANIE NOWEGO ROKU**

**SANDOMIERZ**

**RYNEK STAREGO MIASTA**

**31.12.2015**

**Start godz. 21.00**

w programie:

- \* taneczne hity w wykonaniu Dj WuDu/Sandomierz i Dj Łapy/Kielce
- \* „w rytmach reggae” - Wujek & Bożena Mazur
- \* noworoczne życzenia
- \* pokaz fajerwerków
- \* wspólny, tradycyjny taniec Poloneza wokół Ratusza
- \* dalsza zabawa przy muzyce tanecznej do 2.00

  **SANDOMIERSKIE CENTRUM KULTURY**

**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](mailto:biuro@euroszkola-bis.pl)  
[www.euroszkola-bis.pl](http://www.euroszkola-bis.pl)

 

# XII Parada Mikołajów

Cd ze str. 1

**6** grudnia 2015 r. na tarnobrzesckim Pl. B. Głowackiego odbył się finał XII Parady Mikołajów organizowanej przez Stowarzyszenie ESTEKA.

W imprezie wzięła rekordowa liczba ponad 3 tys. uczestników: dzieci i ich ro-

dziców, mieszkańców Tarnobrzega. Także w tegorocznym przejeździe kolumny pojazdów różnych przez tarnobrzesckie osiedla wzięła rekordowa liczba pojazdów z blisko 450 Mikołajami.

Program Parady obejmował: występy

artystyczne na Pl. B. Głowackiego absolwentów Szkoły Podstawowej nr 10 w Tarnobrzegu oraz Fitnesski, rozstrzygnięcia konkursów i wręczenie nagród na najładniej przystrojonej bańce styropianową (30-centymetrową) oraz to na co czekały dzieci - wręczenie słodkich niespodzianek

w zamian za własnoręcznie przyozdobioną bańkę styropianową.

Kolejna, XIII Parada Mikołajów już za rok.



Imprezę wsparli:

Prezydent Miasta Tarnobrzega

Tarnobrzescka Spółdzielnia Mieszkaniowa

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Siarkowiec”

Bank Spółdzielczy w Tarnobrzegu

Andrzej Gawron właściciel firmy ZWYŻ - Dźwig

Komenda Miejska Policji w Tarnobrzegu

Komenda Państwowej Straży Pożarnej w Tarnobrzegu

Józef Turbiarz

Komenda Miejska Ochotniczych Straży Pożarnych w Tarnobrzegu

Euro-Szkoła Bis w Tarnobrzegu

Oberża „Bocianówka”

ECO Tarnobrzeg

Fitness Klub FITNESKA, właściciele Marta i Krzysztof Kaczmarek

Urząd Miasta Tarnobrzega

Mościcki Klub Balonowy

Straż Miejska w Tarnobrzegu



Projekt XII Parady Mikołajów jest realizowany przez Stowarzyszenie ESTEKA przy wsparciu finansowym Urzędu Miasta Tarnobrzega, podmiotów prawnych oraz darczyńców fizycznych.



Serdeczne podziękowania dla wszystkich biorących udział w przejeździe kolumny pojazdów z Mikołajami.

# 11 Listopada

Cd ze str. 1

Ponad 50 osób przygotowało imprezę plenerową z okazji rocznicy odzyskania niepodległości. Na terenach za Zamkiem Dziukowskim ponad 1000 mieszkańców Tarnobrzega mogło obejrzeć „spacer po przeszłości” podczas, których nie zabrakło efektów specjalnych.

brzega mogło obejrzeć „spacer po przeszłości” podczas, których nie zabrakło efektów specjalnych.



Foto: Kamila Kędziora



# Spotkanie ze sztuką w Muzeum Narodowym w Kielcach

Zapraszamy do odwiedzenia stałych i czasowych wystaw w Muzeum Narodowym w Kielcach.

W Dawnym Pałacu Biskupów Krakowskich zachęcamy do zwiedzania przepięknych zabytkowych wnętrz z XVII-XVIII wieku, Galerii Malarstwa Polskiego i Europejskiej Sztuki Zdobniczej, Sanktuarium Marszałka Józefa Piłsudskiego, oraz nowo otwartej wystawy stałej „Gabinet Numizmatyczny”, opartej na zbiorach własnych Muzeum. Ekspozycja prezentuje monety i banknoty w ich obiegu, zwłaszcza na terenie historycznej, północnej Małopolski. Szczególnie zaakcentowano skarby znalezione w regionie świętokrzyskim – starożytne, średniowieczne i nowożytne. Stanowią one łącznie ponad 22 tysiące obiektów, które stały się punktem wyjścia dla opowieści o historii pieniądza na naszych ziemiach. W Gabiniecie Numizmatycznym zaprezentowano również poszczególne środki płatnicze z czasów dynastii Piastów i Jagiellonów. Wyróżnione zostały monety z epoki Wazów, związanej czasowo z Pałacem Biskupów Krakowskich – siedzibą Muzeum Narodowego w Kielcach. Wystawa „Gabinet numizmatyczny” to nie tylko wspaniała gratka dla miłośników numizmatów, ale także dobra lekcja edukacyjna dla młodzieży.

Dla miłośników porcelany śmiejowskiej mamy dobrą wiadomość. Wystawa „Od manufaktury magnackiej do przemysłu. Ceramika śmiejowska w zbiorach Muzeum Narodowego w Kielcach” została przedłużona do 10 stycznia 2016 roku. Zapraszamy więc do obejrzenia przepięknych dawnych i współczesnych serwisów porcelany, czajniczek, filiżanek, talerzy, kolekcji figurek. Wystawie towarzyszy katalog ceramiki śmiejowskiej ze zbiorów Muzeum Narodowego w Kielcach ze wstępem obejmującym m.in. historię wytwórni, analizę form i dekoracji ceramiki, przedstawionej na tle produkcji innych wytwórni polskich i zachodnioeuropejskich.

W naszych oddziałach również wiele się dzieje. Muzeum Lat Szkolnych Stefana Żeromskiego do końca stycznia 2016 roku prezentuje wystawę: „Dziewczęta w mundurkach”. Tematem ekspozycji 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.

Muzeum Dialogu Kultur prezentuje do 10 stycznia 2016 roku wystawę fotografii Macieja Byczkowskiego: „Prawa człowieka. Dostrzegam”. Wystawa zaprasza w podróż w różne zakątki ziemi. Zachęca do podróży w głąb siebie i poruszenia wyobraźni. Celem wyprawy jest dotarcie do źródeł braterstwa. To globalne przesłanie pokoju i nadziei. W drugiej części pracom fotograficznym towarzyszą wybrane cytaty – skarby polskiej myśli humanistycznej. To Polska właśnie tak dostojnie i mądrze przypomina o prawach człowieka. Dziedzictwo myśli polskiej, opatrzone fotografiami z Wilanowa i innych miejsc ojczystych staje się na naszych oczach wielowymiarowym dziełem serca. Dla wszystkich... – podkreśla autor zdjęć Maciej Byczkowski.

Oprócz stałych i czasowych wystaw Muzeum Narodowe w Kielcach zaprasza na zajęcia

edukacyjne dla dzieci i młodzieży. W związku z Mikołajkami i nadchodzącymi Świętami zapraszamy przez cały grudzień na zajęcia edukacyjne, podczas których przybliżamy legendy o Świętym Mikołaju, robimy – jak za dawnych

czasów – ozdoby świąteczne, poznajemy zwyczaje świąteczne z różnych stron świata...po prostu tropimy Święta Bożego Narodzenia.

Muzeum Narodowe w Kielcach



REKLAMA

## KINO STARÓWKA

### Listy do M. 2

reż. Maciej Dejczer  
Polska 2015, 103'  
Komedia romantyczna  
Film przeznaczony dla widzów od lat 12

### Czerwony pająk

reż. Marcin Koszałka  
Polska 2015, 95'  
Thriller  
Film przeznaczony dla widzów od lat 15

### Kochajmy się od święta

reż. Jessie Nelson  
USA 2015, 100'  
Komedia  
Film przeznaczony dla widzów od lat 12

11-13 / 15-17.12  
godz. 18.00

11-13 / 15-17.12  
godz. 20.00

18-20 / 22-23.12  
29-30.12  
godz. 18.00

18-20 / 22-23.12  
29-30.12  
godz. 20.00

26-27.12  
godz. 19.00

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. 8:00-16:00 LUB PRZED SEANSEM w kinie  
REZERWACJA: tel. 15 832 29 64, e-mail: kontakt@kinostarowka.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

## KINO STARÓWKA

### Mama

reż. Julio Médem, Hiszpania 2015, 111'  
Dramat  
Film przeznaczony dla widzów od lat 15

### Most szpiegów

reż. Steven Spielberg, USA 2015, 141'  
Dramat/Thriller  
Film przeznaczony dla widzów od lat 15

### „Kino Studyjne dla Najmłodszych”: Operacja Arktyka

reż. Grethe Bøe-Waal, Norwegia 2014, 87'  
Familijny  
Film przeznaczony dla widzów od lat 7

### Słaba płeć?

reż. Krzysztof Lang, Polska 2015, 99'  
Komedia romantyczna  
Film przeznaczony dla widzów od lat 12

02-03 / 05-07.01  
godz. 17.30

02-03 / 05-07.01  
godz. 19.30

08-10 / 12-14.01  
godz. 16.00

08-10 / 12-14.01  
godz. 18.00 i 20.00

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. 8:00-16:00 LUB PRZED SEANSEM w kinie  
REZERWACJA: tel. 15 832 29 64, e-mail: kontakt@kinostarowka.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

# Nowa Dęba pożegnała z honorami „Bławata”

**W** sobotę 14 listopada rodzina, przyjaciele i mieszkańcy Nowej Dęby pożegnali z wojskowymi honorami ppłk Kazimierza Bogacza ps. „Bławat”, żołnierza Armii Krajowej, Honorowego Obywatela Gminy Nowa Dęba.

Na uroczystości pogrzebowej w kościele Podwyższenia Krzyża Świętego obecni byli także przedstawiciele władz samorządowych Nowej Dęby (burmistrz Wiesław Ordon, zastępca burmistrza Zygmunt Żołędz oraz Przewodniczący Rady Miejskiej Wojciech Serafin), zastępca prezydenta Tarnobrzega Józef Motyka oraz poczty sztandarowe Ochotniczych Straży Pożarnych i szkół z terenu gminy Nowa Dęba. Sztandar Obwodu ZWZ AK Tarnobrzeg podczas uroczystości trzymał dr hab. Tadeusz Zych, dyrektor Muzeum Historycznego Miasta Tarnobrzega.

Wojskową asystę honorową przy trumnie zmarłego ppłk Bogacza pełnili żołnierze z Ośrodka Szkolenia Poligonowego Wojsk Lądowych Dęba. Burmistrz miasta i gminy Nowa Dęba Wiesław Ordon przypomniał raz jeszcze zasługi Kazimierza Bogacza dla Nowej Dęby i powiatu tarnobrzegskiego. Postać zmarłego przybliżył w homilii także ks. dr hab. Stanisław Haręzga, przyjaciel ś.p. Kazimierza Bogacza.

Rada Miejska w Nowej Dębie na wniosek kapituły nadała Kazimierzowi Bogaczowi tytuł „Honorowy Obywatel Gminy Nowa Dęba” uzasadniając m. in. jego działalnością niepodległościową w okresie II wojny światowej i po jej zakończeniu (m.in. walkę z Niemcami, próbę pomocy powstańcom warszawskim, uwolnienie żołnierzy Armii Krajowej z więzienia

Urzędu Bezpieczeństwa Publicznego w Tarnobrzegu) oraz utrwalaniem pamięci historycznej (publikacje, spotkania z młodzieżą i mieszkańcami gminy, wspomnienia), a także działalność

społeczną. Kazimierz Bogacz urodził się 28 marca 1914 r. W ubiegłym roku obchodził swoje setne urodziny / 28.03.1914 - 11.11.2015 /.

Ppłk Kazimierz Bogacz, „Bławat” spoczął na

cmentarzu komunalnym w Nowej Dębie. Cześć Jego pamięci!

UMiG



## 21 i 22 listopada odbyły się w Krakowie XXVII Mistrzostwa Świata w Speed-ball

Impreza tej rangi miała miejsce w naszym kraju po raz pierwszy.

Speed-ball to prosty sport z wykorzystaniem piłeczki i rakietek. Różni się od innych sportów z rakietkami tym, że piłeczka jest na uwięzi, przymocowana półtorametrową żyłką do masztu o wysokości 1,7m. Innowacyjne w speed-ball są również sposoby rozgrywki. Oprócz klasycznych w przypadku innych spor-

tów z rakietkami singla i debła w speed-ball można grać również indywidualnie na czas, oraz sztafetowo (obie te konkurencje wymagają od zawodnika gry obiema rękami).

Speed-ball w Polsce pojawił się dzięki pochodzącemu z niewielkiej miejscowości Jadachy w naszym regionie Przemysławowi Wolanowi, który mieszkając z żoną przez rok w Egipcie (kolebce speed-balla) poznał ten sport i mocno

się nim zainteresował. Będąc tam skontaktował się z Międzynarodową Federacją i dzięki ich pomocy był w stanie już po kilku miesiącach treningu wziąć udział w lutym 2014 roku w Mistrzostwach Świata w Kuwejcie, gdzie zajął 6 te miejsce w konkurencji super-solo.

Po powrocie do Polski we współpracy ze znajomymi założył na Podkarpaciu Stowarzyszenie Miłośników Sportu Speed-ball Polska, którego zadaniem jest promocja tego sportu w naszym kraju. Stowarzyszenie pod przewodnictwem Przemka przeprowadziło pokazy z warsztatami w kilkudziesięciu szkołach w całej Polsce. Nawiązało współpracę z Fundacją Rozwoju Kultury Fizycznej koordynującej wszystkie orliki i przeszkoliło ponad 50 animatorów z najprężniejszych orlików. Współpracuje również z ministerialnym programem Multisport którego celem jest aktywizacja sportowo-ruchowa dzieci z klas 4-6.

Międzynarodowa Federacja Speed-ball z siedzibą w Kairze widząc jak prężnie rośnie popularność i zainteresowanie speed-balem w Polsce zaproponowała zorganizowanie w naszym Kraju Mistrzostw Świata. Stowarzyszenie podjęło wyzwanie i po kilku miesiącach przygotowań w miniony weekend w Krakowie odbył się turniej. Do Polski przyleciało ponad 50 zawodników z takich speed-ballowych potęg jak Egipt, Japonia, Indie czy Francja. Na Mistrzostwach Polskę reprezentował nie tylko Przemek, ale również 5 jego wychowanków, którzy zagraли we wszystkich możliwych konkurencjach. Nasz region dzielnie reprezentowała, pochodząca z Cyganów Natalia Zielonka.

„-Natalia tak mocno zaangażowała się w treningi, że w trakcie zawodów doznała bolesnego zapalenia mięśni i obecny na sali fizjoterapeuta w trosce o jej zdrowie zabronił kontynuowania dalszych zmagani. Natalia ma jednak ogromny potencjał i z pewnością pomożemy jej w kontynuowaniu kariery w Rzeszowie gdzie chodzi te-

raz do szkoły.” - Mówi Przemek Wolan, który nie tylko rozwija Stowarzyszenie, ale również troszczy się o swoich wychowanków.

Polacy nie tylko występowali na zawodach, ale odnieśli niemałe sukcesy. Dzięki krakowskiemu zawodnikowi Martynie Dudek i Rafałowi Druzgała zdobyliśmy dwa srebra i brąz w zawodach juniorów. Najbardziej jednak ciesz się brązowy medal Martyny Dudek, którą pomimo młodego wieku (15 lat) Międzynarodowa Federacja dopuściła do udziału w głównym turnieju.

„-Martyna po sobotnim zwycięstwie nad Niemką i przegranej w półfinale z Francuską nie czuła się zbyt pewnie przed Niedzielnym meczem o trzecie miejsce. Jednak roczny trening, koncentracja i wsparcie kibiców pozwoliły jej pokonać Hinduską zawodniczkę i wywalczyć upragniony medal Mistrzostwa Świata” - dodaje Przemek dumny ze swojej podopiecznej.

Organizatorzy dziękują również kilkudziesięcioosobowej grupie kibiców, którzy dzięki wsparciu Gminy Nowa Dęba i Starostwa Powiatowego w Tarnobrzegu, wynajętym specjalnie na tę okazję autobusem przyjechali na Mistrzostwa aby dopingiem wspierać Polaków.

Celem Stowarzyszenia na najbliższy rok jest rozwój struktur klubowych w taki sposób aby jak najszybciej zarejestrować Związek Sportowy Speed-ball.

Z wyrazami szacunku

Przemysław Wolan

Prezes Zarządu

Stowarzyszenia Miłośników Sportu

Speed-Ball Polska

+48 510 129 349

p.wolan@speed-ball.pl

www.speed-ball.pl







## Tarnobrzeg z Artystyczną Duszą

Pochmurne sobotnie przedpołudnie 21 listopada br. dzieci, młodzież i dorośli mieszkańcy Tarnobrzega spędzili na warsztatach plastycznych w ramach projektu „Tarnobrzeg z Artystyczną Duszą” w Tarnobrzskim Domu Kultury. Osoby te połączyła miłość do rysowania, karykatur, malarstwa, tańca, śpiewu i wszystkiego co nam w duszy gra.

Uczestnicy i uczestniczki warsztatów doskonalili umiejętności rysowania pod okiem lokalnego artysty Grzegorza Środy. Mieli również okazję aby znany polski karykaturzysta Szczepan Sadurski zaostrzonym ołówkiem kreślił na żywo ich liczka zmienione nieco humorem karykatury.

Ceremonia wręczenia nagród laureatom konkursu plastycznego odbyła się po pięknym i wzruszającym koncercie wykonanym przez młodych, zdolnych artystów z zespołu Szkół Społecznych im. Małego Księcia w Tarnobrzegu.



Projekt TARNOBRZEG - miasto z artystyczną duszą jest realizowany przez Stowarzyszenie ESTEKA przy wsparciu finansowym Urzędu Miasta Tarnobrzega oraz darczyńców prywatnych.



Laureaci konkursu plastycznego:

- Jakub Planeta - kl. I e - Gimnazjum nr 3
- Bartłomiej Paczkowski - kl. nie podano - Gimnazjum nr 3
- Ola Turczyk - VI a - Społeczna Szkoła Podstawowa im. Małego Księcia
- Gabriela Kasprowicz - kl. I c - Publiczne Katolickie Gimnazjum
- Zuzanna Michałowska - kl. I b - Publiczne Katolickie Gimnazjum
- Kacper Kopeć - kl. II c - Publiczne Katolickie Gimnazjum
- Jagoda Kucharzyk - kl. II b - Społeczna Szkoła Podstawowa im. Małego Księcia
- Wiktoria Solarska - kl. VI a - Społeczna Szkoła Podstawowa im. Małego Księcia
- Wiktor Pluta - kl. II b - Społeczne Gimnazjum im. Małego Księcia
- Mikołaj Majka - kl. I c - Publiczne Katolickie Gimnazjum

Wyróżnienia:

- Kornelia Kozioł - kl. III c - Gimnazjum nr 3
- Emilka Malik - kl. IV - Publiczna Katolicka Szkoła Podstawowa
- Agnieszka Pieczonka - kl. III g - Gimnazjum nr 3
- Natalia Ziolo - kl. III g - Gimnazjum nr 3
- Magdalena Bobowik - kl. VI a - Społeczna Szkoła Podstawowa im. Małego Księcia
- Anna Jędrał - kl. II b - Społeczne Gimnazjum im. Małego Księcia
- Dominik Moskal - kl. I c - Publiczne Katolickie Gimnazjum
- Magdalena Małek - VI b - Społeczna Szkoła Podstawowa im. Małego Księcia
- Eryk Tomczyk - I c - Publiczne Katolickie Gimnazjum
- Paulina Błasiak - kl. III c - Gimnazjum nr 3
- Maria Taras - kl. II c - Publiczne Katolickie Gimnazjum