

Tarnobrzski Informator Seniora już w dystrybucji.....	str. 2
Zielone światło dla Inwestycji Tarnobrzeskich Wodociągów.....	str. 2
Ośmiu Wspaniałych Tarnobrzega.....	str. 2
Mistrzostwa Świata w Dobroczynności.....	str. 3
Lesser.....	str. 4
Nowy Przewodniczący Rady Seniorów w Nowej Dębie.....	str. 5
Hipoterapia to zdrowie.....	str. 5
Pogadanki z historii sztuki.....	str. 5
Aktywny Senior w Baranowie Sandomierskim.....	str. 6
SCK wernisaż.....	str. 6
Duet Pitagorejczyków.....	str. 7
Razem do przodu-światlica.....	str. 7
Wyróżnienie projektu Erasmus+ dla gminy Tarnobrzeg.....	str. 8
BIO - wsparcie.....	str. 8
Jubileusz Złotych Godów.....	str. 9
Wszystko się kręci wokół tańca.....	str. 9
Rok Alfreda Freyera.....	str. 10
Wyróżnienia w Nowej Dębie.....	str. 10



V MIĘDZYGIMNAZJALNY KONKURS MATEMATYCZNY „DUET PITAGOREJCZYKÓW”

więcej na str 7.

23 marca już po raz piąty w Gimnazjum nr 2 w Nowej Dębie odbył się Międzygimnazjalny Konkurs Matematyczny „Duet Pitagorejczyków”. Honorowy patronat nad konkursem objął Burmistrz Miasta i Gminy Nowa Dęba Wiesław Ordon. Organizatorami konkursu był dyrektor Zespół Placówek Oświatowych Dariusz Siudem oraz nauczyciele matematyki: Anastazja Sałek, Iwona Szczur i Danuta Tomczyk.

Celem konkursu było doskonalenie i popularyzacja wiedzy oraz umiejętności matematycznych wśród uczniów klas pierwszych i drugich gimnazjów poprzez dobrą zabawę i rozbudzanie pozytywnej rywalizacji.



Kampania Kilometry Dobra 2017

Tarnobrzskie Stowarzyszenie ESTEKA jako jedna z 50 organizacji z całego kraju zakwalifikowała się do kampanii Kilometry Dobra organizowanej przez Polski Instytut Filantropii.

Wśród ambasadatorów wspierających działania ESTEKI znajdują się m.in. Prezydent Tarnobrzega Grzegorz Kielb, aktor Dariusz Lewandowski, piosenkarka Aneta Figiel i wiele innych osób.

Więcej o projekcie na str. 3



Znamy nazwiska „Ośmiu Wspaniałych Tarnobrzega”

więcej na str 2.

Tradycją już stało się, że co roku miasto Tarnobrzeg uczestniczy w ogólnopolskim konkursie pn. „Ośmiu Wspaniałych”. W tym roku odbywa się jego XXIII edycja.

Głównym celem konkursu jest promowanie młodzieży, która bezinteresownie pomaga innym, młodych społeczników, którzy nie potrafią przejść obojętnie obok czyjegoś smutku, niedomagania, czy trudności. Dzięki temu pokazywane są szerszej społeczności i nagradzane osoby czyniące dobro w życiu społecznym. Podkreślana jest także waga młodzieżowego wolontariatu. Koncepcja Konkursu polega na tym, że każde miasto uczestniczące w projekcie dokonuje wyboru, a następnie przedstawia całej Polsce swoją wspaniałą młodzież, która bezinteresownie pomaga innym. Konkurs kreuje młodych społeczników.

Zielone światło dla inwestycji Tarnobrzeskich Wodociągów

W dniu 8 marca została podpisana umowa zawarta pomiędzy Tarnobrzeskimi Wodociągami Sp. z o. o. oraz Narodowym Funduszem Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej o udzielenie dofinansowania dla projektu pn. „Gospodarka wodno-ściekowa w Tarnobrzegu – Etap II”. Wysokość otrzymanego dofinansowania z Programu Operacyjnego Infrastruktura i Środowisko wynosi 44 483 601,18 zł. Realizacja projektu rozpocznie się w bieżącym roku i potrwa aż do 2020 roku.

Zakres rzeczowy projektu obejmuje: instalację suszenia osadów w powiązaniu

technologicznym oczyszczalni ścieków, modernizację sieci kanalizacyjnej metodą bezwykopową, budowę stacji filtrów węglowych w powiązaniu technologicznym stacji uzdatniania wody, bezwykopową renowację wodociągu w osiedlu Mokrzychów, zakup specjalistycznych pojazdów ciśnieniowo-ssących wielofunkcyjnych hydrodynamicznego do udrażniania kanalizacji oraz do czyszczenia kanalizacji z systemem odzysku wody. W ramach realizacji zadania kupione zostaną ponadto trzy inne auta: laboratorium dla systemu wodociągowo-kanalizacyjnego, do dowozu wody w sytuacjach awaryjnych oraz do transportu wysuszonego osadu.



Znamy nazwiska „Ośmiu Wspaniałych Tarnobrzega”

cd ze str. 1

W piątek 10 marca odbyło się posiedzenie miejskiej kapituły wyłaniającej „Ośmiu Wspaniałych Tarnobrzega”. W składzie komisji, której przewodniczył prezydent miasta Grzegorz Kielb znalazły się m.in. Jolanta mKociuba - naczelnik Wydziału Edukacji, Promocji i Kultury, Kamil Kalinka - przewodniczący Rady Miasta Tarnobrzega, o. Wojciech Krok, radne Anna Pekar i Halina Mudrecka oraz Adrianna Błaszczewicz - przewodnicząca Młodzieżowej Rady Miasta.

Po dyskusji i głosowaniu wybrano Ośmiu Wspaniałych Tarnobrzega, którymi zostali:

Filip Baran – Gimnazjum nr 3,

Emil Cymer – Gimnazjum nr 3,

Jagoda Drozd – Liceum Ogólnokształcące im. M. Kopernika,

Wiktoria Janeczko - Katolickie Liceum Ogólnokształcące,

Aleksandra Kuroczko – Gimnazjum nr 1,

Gabriela Puzio – ZSP nr 3,

Grzegorz Sitek – Zespół Szkół im. S. Sta-

szica,

Martyna Zimnicka – Publiczne Katolickie Gimnazjum.

Do udziału w eliminacjach ogólnopolskich konkursu „Ośmiu Wspaniałych” spośród tarnobrzeskich laureatów została wybrana Jagoda Drozd. W maju, podczas uroczystej Sesji Rady Miasta Tarnobrzega, nastąpi oficjalne zaprezentowanie laureatów lokalnej edycji konkursu i wręczenie okolicznościowych nagród.

Ogólnopolski finał XXIII Ogólnopolskiej Edycji Samorządowego Konkursu Nastolatków „Ośmiu Wspaniałych” odbędzie się 17-19 czerwca w Gdańsku, podczas którego nastąpi oficjalne zaprezentowanie ośmiu laureatów konkursu ogólnopolskiego (wyłonionych spośród wytypowanych kandydatów edycji lokalnych).

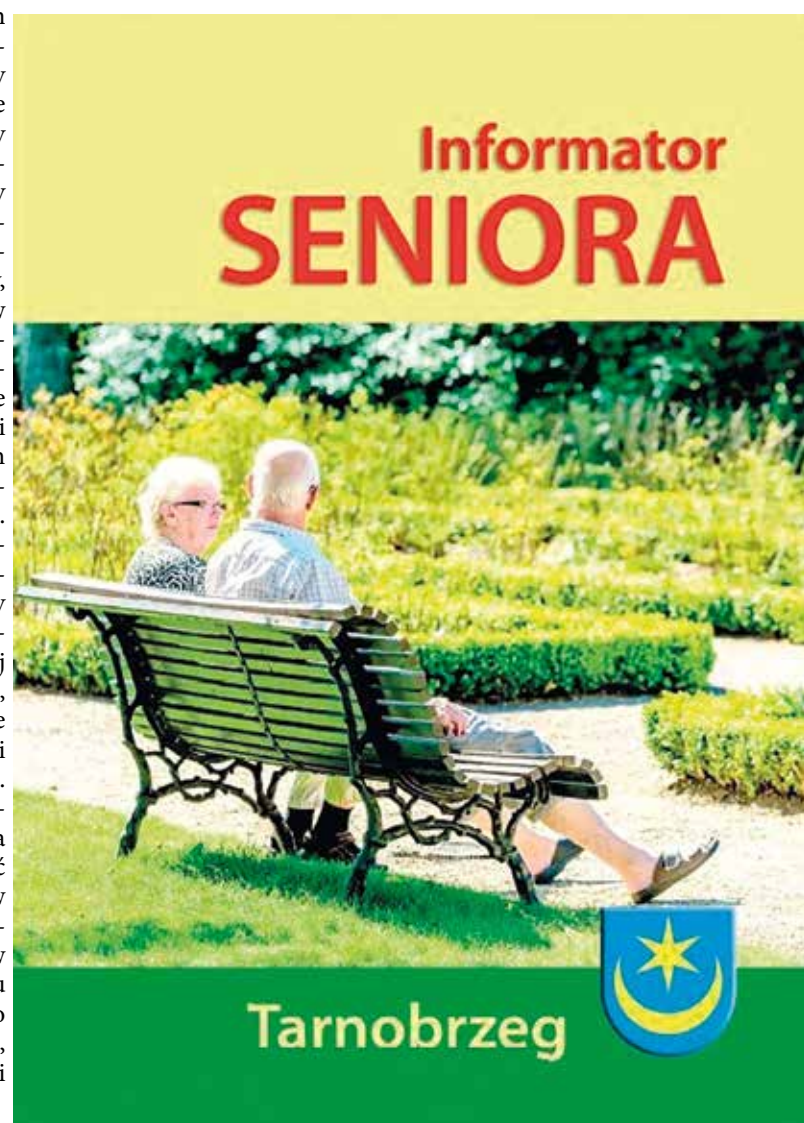
Wszystkim gratulujemy, a tarnobrzeksiej reprezentantce życzymy powodzenia w finale konkursu.

Tarnobrzeski „Informator Seniora” już w dystrybucji

Prezydent Miasta zaprezentował podczas konferencji prasowej pierwsze wydawnictwo adresowane specjalnie do Seniorów z nadzieją, że ułatwi ono codzienne funkcjonowanie, pozwoli pełniej korzystać z ofert, jakie do starszego pokolenia kierują miejskie instytucje, działające w Tarnobrzegu kluby i stowarzyszenia.

W jednym miejscu zebrane zostały najważniejsze dane – adresy i telefony placówek ochrony zdrowia, pomocy społecznej, urzędów, podmiotów organizujących w Tarnobrzegu życie kulturalne i dopingujących do aktywności sportowej. Podpowiadamy, jak w ciekawy i twórczy sposób zorganizować swój wolny czas, by nie dać się marazmowi i samotności. Niniejszy informator, stara się wychodzić naprzeciw oczekiwaniom, by w Tarnobrzegu seniorom żyło się wygodnie, bezpiecznie i ciekawie.

Dystrybucja odbywać się będzie w miejscach skupiających seniorów w mieście. Informator pozyskać można w przychodniach, siedzibach instytucji, takich jak MOPR, Dom Dziennego Pobytu, Uniwersytet Trzeciego Wieku, w Spółdzielniach Mieszkaniowych, a nawet u działkowców. Na tzw. „wiejskich” osiedlach dystrybucją zajmą się także przewodniczący osiedlowi.



Mistrzostwa Świata w Dobroczynności

Kilometry Dobra to stworzona w Polsce międzynarodowa kampania dobroczynna, coroczna akcja, w której mogą wziąć udział organizacje z całego świata.

To kampania, która sprawia, że organizacje pozarządowe uzyskują pieniądze na realizację swoich celów. W ciągu ostatnich 3 lat do fundacji i stowarzyszeń trafiło już ponad 2,3 mln zł na realizację 80 celów.

Kilometry Dobra działają w oparciu o współpracę organizacji, samorządów i biznesu.

W ramach projektu zbierane są pieniądze na różne cele społeczne: edukację, bezpieczeństwo, ekologię, sport, kulturę, potrzeby humanitarne, kościół, niepełnosprawnych, zdrowie.

Tegoroczne Kilometry Dobra 2017 potrwają od 1 marca do 4 czerwca i odbywają się pod hasłem „Zostań Mistrzem Świata w Dobroci!”, ponieważ wszystkie miejscowości biorące udział w kampanii rywalizują o to zaszczytne miano. Laur Mistrzów Świata w Dobroci należał już do mieszkańców Lublina i Jarosławia, a w tym roku tytułu broni Białystok.

Przez 3 miesiące organizacje pozyskują

pieniądze wszystkimi dostępnymi metodami: poprzez zbiórki w szkołach, parafiach, strone internetową, aukcje, koncerty itp. Konkurencją finałową jest układanie ciągu monet o jednym nominale – stąd Kilometry Dobra. Monety przykleja się na taśmę klejącą, tworząc metrowe odcinki (to ułatwienie wprowadzili kilka lat temu Filipińczycy). Do rekordu potrzeba 75 km., czyli ponad 3,3 mln zł.

Dotychczasowe efekty Kilometrów Dobra to m.in., stypendia naukowe dla dzieci z terenu małopolski, powstanie świetlicy rehabilitacyjnej dla niepełnosprawnych umysłowo z Zamościa, remont przedszkola Sióstr Benedyktyn w Jarosławiu czy też zakup samochodu specjalistycznego dla rodziny ze Złotoryi.

Naszą akcję wspierają znani i lubiani ambasadory: **Robert Lewandowski, Cezary Żak, zespół Perfect, IRA, Bracia Golec, Kamil Grosicki, Jakub Wawrzyniak, Łukasz Piszczek, Maciej Kot, prof. Walery Pisarek, Omenaa Mensah, Artur Barciś, Krzysztof Ibisz, Barbara Sępniak – Wilk, Jacek Krzy-nówek, Ewa Bem, Piotr Wyszomirski, Joachim Mencil, Paulina Maj, Witold Paszt.** Hymn kampanii został w tym roku napisany i nagrany przez zespół Skaldowie.

Od 1 marca br. do ogólnopolskiej kampanii

Kilometry Dobra 2017 przystąpiło, jako jedna z 50-ciu organizacji z całej Polski - tarnobrze-skie Stowarzyszenie ESTEKA, która zbiera środki na **Rehabilitację poprzez hipoterapię grupy 100 niepełnosprawnych dzieci oraz wsparcie projektów skierowanych do dzieci i młodzieży.**

• Esteka od 2010 roku organizuje corocznie zajęcia rehabilitacyjne dla niepełnosprawnych dzieci. Dzięki zaangażowaniu sporej grupy wolontariuszy udaje się nam rocznie realizować zajęcia hipoterapii dla grupy ponad 70 osób rocznie, a zapotrzebowanie na nie jest prawie ponad trzykrotnie większe – **Janusz Szwed, koordynator projektu Kilometry Dobra** – Rodzice niepełnosprawnych dzieci podkreślają, że hipoterapia jest bardzo dobrą metodą wspierającą leczenie. Przystępując do tegorocznej edycji postawiliśmy przed sobą jeden główny cel: zebrać środki finansowe, które pozwolą nam zrobić 3.000 zajęć rehabilitacyjnych dla grupy 100 niepełnosprawnych dzieci.

Wolontariusze Stowarzyszenia od pierwszego marca pojawiają się na organizowanych na terenie Tarnobrzega i okolicznych miejscowości imprezach, zawodach sportowych, spektaklach i występach, a także w szkołach z puszkami zachęcając do przekazywania datków właśnie na ten konkretny cel. Dodatkowo ESTEKA pozyskała swoich własnych ambasadatorów: tarnobrze-skie tenisistki stołowe, mistrzów Europy w reiningu: Rafała Dolałę i Bogdana Czarnika, aktorów: Adriana

Wiśniewskiego, Dariusza Lewandowskiego z Klanu, muzyków: Michała Wiórkiewicza, Anety Figiel i innych.

• Od początku trwania kampanii odwiedziliśmy już kilkanaście firm, gdzie zachęcaliśmy do udziału w Kilometrach Dobra i przekazania wsparcia finansowego, które przybliży nas do osiągnięcia zakładanego celu – **Robert Kędziora, wice Prezes Esteki** – Do promocji projektu wykorzystujemy również internet, a dokładniej profil Facebook, gdzie zamieszczamy konkretne informacje nt. podejmowanych działań i efektów, które są już dziś wymierne. Od 1 kwietnia uruchamiamy pierwszy z projektów hipoterapii dla grupy 12 niepełnosprawnych dzieci z terenu Tarnobrzega, a przymierzamy się do dwóch kolejnych m.in. z Sandomierza, Powiatu Tarnobrze-skiego i Stalowowolskiego...

Dzięki hojności darczyńców ESTEKA do 24 marca zebrała ponad 7 tys. zł, plasowało ich na drugim, po Caritas Białystok miejscu, spośród pięćdziesięciu organizacji z terenu Polski.

• Nasze stowarzyszenie bierze w takiej akcji udział po raz pierwszy i nie mamy jeszcze dużego doświadczenia w takich działaniach – **Jarosław Piątkowski, prezes ESTEKI** – jednak jesteśmy dobrej myśli, że mieszkańcy czy firmy będą wspierać nasze działania. Sam udział w ogólnopolskiej kampanii społecznej to już duże wyróżnienie, a dla miasta duża promocja w Polsce. Gdyby jeszcze się tak udało znaleźć na podium...

Jak nas wspierać? Nic prostszego:

- sposób pierwszy:

---> wpłać bezpośrednio na konto Stowarzyszenia ESTEKA z dopiskiem „Kilometry dobra”

17 1500 1735 1217 3005 3741 0000

- sposób drugi:

• wejdź na:

<http://kilometrydobra.pl/organization/stowarzyszenie-esteka/>

• wybierz hasło WPŁAĆ;

• określ kwotę, jaką wybierasz;

• podaj swoje dane: imię, nazwisko, e-mail, nr telefonu;

• zaznacz opcję jeśli wpłacasz anonimowo;

• wybierz zakładkę BlueMedia, bank i dokończ transakcję; lub PayPal i postępuj jak wyżej;

- sposób trzeci:

---> znajdź naszych wolontariuszy podczas eventów i wrzucić swój datek do oznaczonej puszk.

**Każde 44 zł to jeden metr,
176 zł to 4 m,
a 444 zł to 10 metrów Dobra!**

Foto: Kamila Ciba Szwed



Nasza Młodzież *Lesser*

Phishing – jak nie dać się złowić

Wielu z was słyszało zapewne nie raz o atakach internetowych, wyludzaniu danych i tym podobnych sprawach. Gdybym spytała jednak o to, czym jest phishing, to czuję, że większość z was poczułaby pewne zakłopotanie, bo tak naprawdę niewiele osób wie, co termin ten oznacza. Postanowiłam o tym jednak napisać, gdyż sama stałam się nie tak dawno ofiarą ataku jakiegoś phishera. Rzecz miała związek z Facebookiem, z którego korzysta dziś prawie każdy nastolatek i prawie każdy może być narażony na takie zagrożenie.



Pozwólcie, że na początek wyjaśnię, czym jest atak phishingowy. Źródła wyjaśniają ten termin jako sposób oszustwa, w którym przestępca podszywa się pod inną osobę bądź wiarygodną, znaną użytkownikowi internetu instytucję, w celu wyludzenia od niego poufnych danych (np. związanych z kartą kredytową lub adresem e-mail). Wiadomości phishingowe przybierają zazwyczaj formę powiadomień z banków, od dostawców systemów e-płatności lub innych poważanych firm. Wiadomość taka zawsze próbuje zachęcić odbiorcę, z takiego lub innego powodu, aby w trybie pilnym wprowadził albo też zaktualizował swoje poufne informacje, bo w przeciwnym razie może dotknąć go utrata jego danych lub inne nieszczęście (forma zastraszenia to jedna z najbardziej znanych i skutecznych socjotechnik). Wiadomości te zawierają zazwyczaj linki przekierowujące do fałszywej witryny danej firmy. Średni czas życia takiej witryny to około 5 dni, gdyż filtry antyphishingowe bardzo szybko otrzymują informacje na temat takiego zagrożenia i witryny te są po prostu usuwane. Nie przeszkadza to jednak phisherom rejestrować kolejnych stron, imitujących oficjalne witryny wiarygodnych organizacji, pod kolejnymi adresami.

Problem zaczyna się w chwili, w której wejdziemy na stronę, przygotowaną i zamieszczoną w sieci przez hakerów, która wyglądem nie tylko przypomina tę oryginalną, znaną nam, z której często korzystamy (mnie się to przydarzyło ze stroną Facebooka), ale jest wręcz identyczna. Wchodzimy więc na taką stronę, logujemy się, z przekonaniem, że czynimy to na oryginale i wpadamy w pułapkę. Wpisane przez nas na tej stronie informacje są dokładnie tym, czego od nas oczekują oszuści. Od tej chwili jesteśmy już przez nich kontrolowani i z czasem staniemy się ich ofiarami. Phisherzy po przechwyceniu naszego adresu e-mail, loginu oraz hasła, mogą sprawić nam naprawdę masę kłopotów, po kradzieży naszej tożsamości włącznie.

Oszuści ci stale podnoszą ulepszając technologie, co doprowadziło ostatnio do pojawienia się kolejnego typu przekrętu tzw. „pharming”. Ten rodzaj oszustwa

internetowego przeznaczony jest głównie do kradzieży danych dostępu, takich jak nazwy użytkownika czy hasła, ale w przeciwieństwie do phisherów, którzy do osiągnięcia swoich celów wykorzystują e-mail, pharmerzy kradną tożsamości za pośrednictwem oficjalnych stron internetowych (zmieniają legalne adresy witryn na serwerach DNS). Pharming wydaje się być jeszcze poważniejszym zagrożeniem niż phishing, ponieważ prawie niemożliwe jest, aby użytkownik mógł dostrzec fakt, że został oszukany.

Zastanawiacie się teraz zapewne, jak to możliwe, że ktoś może dać się tak oszukać i nawet nie domyśla się, że coś może być nie tak, choć ostatnimi czasy ciągle trąbi się w mediach o tym, by nie podawać żadnych informacji, których żądają aplikacje lub nie podawać e-maila, by dostać się do jakiegoś filmiku bądź tak popularnych obecnie memów? No to przeczytajcie ku przestrodze historię takiej właśnie osoby, która nie miała pojęcia, że stała się ofiarą ataku phishingowego. Pewien chłopak, zakochał się w uroczej dziewczynie. Z natury był jednak zazdrośnikiem i nie darzył swojej wybranki największym zaufaniem. Postanowił stworzyć stronę internetową, która na pierwszy rzut oka wyglądała jak Facebook. Napisał do niej, aby polubiła jego zdjęcia, dając „łapkę w górę”. Dziewczynie nie wydało się to podejrzane, no bo niby dlaczego? Chłopak prosił ją jedynie o zalajkowanie jego zdjęcia. Gdy to robiła, została wylogowana z konta, ale pomyślała, że to jakaś chwilowa awaria i zalogowała się ponownie, po czym polubiła zdjęcia. Wtedy to właśnie chłopak uzyskał dane do jej konta i od tej pory codziennie sprawdzał wszystkie jej rozmowy. Warto o tym pamiętać, korzystając z różnych portali internetowych, gdyż wszystko, co tam umieszczamy i o czym piszemy, może stać się czyjąś własnością (zazwyczaj wbrew woli użytkownika), po czym ujrzeć światło dzienne. Takie ataki są z reguły bardzo dobrze zaplanowane i zwyktemu użytkownikowi naprawdę trudno się przed nimi uchronić.



Nie znaczy to jednak, że nie można nic zrobić. Po pierwsze nie należy odpowiadać na e-maile żądające podania poufnych danych osobowych. Po drugie nie należy pod żadnym pozorem otwierać odnośników w niechcianych wiadomościach. Po trzecie warto się upewnić, czy na naszym komputerze zainstalowany jest jakiś antywirus, oferujący ochronę przed phishingiem. I wreszcie po czwarte należy systematycznie uaktualniać do najwyższej wersji nasz program antywirusowy (najlepszy jest podobno Awast) i naszą przeglądarkę.



Bądźmy ostrożni i nie dajmy się zwieść oszustom. Nie ufajmy internetowi. Każdy ma do niego dostęp, więc nie jest dobrym pomysłem przetrzymywanie tam poufnych informacji. Według firmy Kaspersky Lab ponad 35% powiadomień modułu antyphishingowego to reakcja na strony phishingowe podszywające się pod serwisy społecznościowe. Z ponad 600 milionów wykrytych prób dostępu do stron phishingowych aż 22% przypadków stanowiły fałszywe strony do Facebooka. Popularność phishingu na pewno nie spadnie, ponieważ jest to bardzo dochodowa forma cyberprzestępstwa. Narzędzia phishingowe łatwo zdobyć, a ich zasięg jest ogromny dzięki dużej popularności sieci społecznościowych. Poza tym musicie wiedzieć, że zorganizowanie ataku phishingowego nie wymaga od przestępcy wysiłku, gdyż większość działań wykonywanych przez phisherów jest zautomatyzowana. I co wy na to?



Nowy przewodniczący Rady Seniorów

Jan Witkowski został nowym przewodniczącym Rady Seniorów Miasta i Gminy Nowa Dęba.

14 marca 2017 r. podczas sesji Rady Seniorów Miasta i Gminy Nowa Dęba odbyły się wybory nowego przewodniczącego. Po rezygnacji Ryszarda Janczyka z funkcji przewodniczącego w głosowaniu tajnym za kandydaturą Jana Witkowskiego głosowało 10 radnych.

Gratulacje nowemu przewodniczącemu złożył dotychczasowy przewodniczący Ryszard Janczyk oraz w imieniu nowodębskiego samorządu obecny na sesji zastępca burmistrza miasta i gminy Nowa Dęba Leszek Mirowski. Obaj zapewnili o gotowości pomocy dla nowego przewodniczącego.

Jan Witkowski jest także sekretarzem w Zarządzie Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów – Oddział Rejonowy w Nowej Dębie. Działa również w zarządzie wspólnoty mieszkańców bloku przy ulicy Jana Pawła II 11.

HIPOTERAPIA to zdrowie

Projekty hipoterapii są realizowane przez Stowarzyszenie ESTEKA od 2010 roku. Rocznie obejmują one od 60 do 100 niepełnosprawnych dzieci i młodzieży, w zależności od wielkości pozyskanych grantów i środków zewnętrznych. Ten projekt jest pierwszym z projektów, w którym oprócz dofinansowania z Urzędu Miasta Tarnobrzega wykorzystane zostaną środki zbierane w ramach Kampanii Kilometrów Dobra 2017.



Ilość beneficjentów: 12 niepełnosprawnych dzieci i młodzieży;

Czas trwania: 1 kwietnia - 31 października 2017 r.

Nabór: 3 - 15 kwietnia 2017 r.

Całkowity koszt: 16.252,00 zł, w tym dofinansowanie Urzędu Miasta Tarnobrzega - 5.000,00 zł

Odpłatność uczestników - 60,00 zł za udział w całym projekcie

Rezultaty twarde:

- Przeprowadzenie 144 osobożając dla niepełnosprawnych dzieci i młodzieży;
- Udział w projekcie 12 niepełnosprawnych dzieci i młodzieży z terenu Tarnobrzega;

Pomiar: karty zajęć, listy obecności

Rezultaty miękkie:

- Poprawa sprawności psychofizycznej, u co najmniej 75 % uczestników projektu;
- Poprawa własnej wartości, u co najmniej 80 % uczestników projektu;

Pomiar: ankiety na początek i zakończenie projektu, opinia lekarza

W ramach działania zostaną przeprowadzone zajęcia z hipoterapii, które poprowadzą za trudnieni specjaliści - hipoterapeuci posiadający doświadczenie w pracy z osobami niepełnosprawnymi. Na każdego beneficjenta biorącego udział w projekcie przypadnie 12 trzydziestominutowych zajęć przeprowadzonych na wynajętych koniach z doświadczeniem w hipoterapii. Zajęcia prowadzone będą na padoku przystosowanym do hipoterapii, z podestem do wsiadania dla osób niepełnosprawnych i odpowiednimi przyrządami niezbędnymi do właściwego przeprowadzenia tego typu zajęć. Przy koniu w trakcie trwania zajęć oprócz hipoterapeuty oraz osoby niepełnosprawnej siedzącej na koniu będzie zatrudniona osoba do przygotowania i prowadzenia konia a także wolontariusz/ka do asekuracji z drugiej strony konia w zależności od potrzeby danego dziecka. Konie chodzące w hipoterapii są specjalnie wytrenowane do realizacji zajęć, charakteryzują się niską posturą i łagodnym charakterem. Ćwiczenia na koniu dają efekt synergii, sprzyjają rozluźnieniu napięcia spastyczności mięśni w kontakcie z koniem a tym samym zwiększają pozytywne oddziaływanie hipoterapii.



Aktualny skład Rady Seniorów Miasta i Gminy Nowa Dęba (stan na 14 marca 2017 r.):

- Przewodniczący: Jan WITKOWSKI
- Wiceprzewodniczący: Stanisław HAŁKA

- Sekretarz: Teresa PRĘGA

Członkowie:

Zofia BIAŁO, Kazimierz DZIEWIT, Genowefa FLIS, Irena GIL, Ryszard JANCZYK, Maria PIWIŃSKA, Józef SAWUŁA, Zofia STRZELCZYK, Kazimierz SZCZUR, Zofia WADOWIAK, Grażyna WIERZBICKA.

Skład Rady Seniorów został zaktualizowany - w miejsce Zygmunta Bartczaka w radzie zasiadł Kazimierz Szczur, którego kandydaturę zgłosiło środowisko nowodębskich diabetyków.

Od 18 stycznia Seniorzy i wszyscy Mieszkańcy Gminy Nowa Dęba mogą zadać pytanie lub złożyć wniosek do Rady Seniorów Miasta i Gminy Nowa Dęba, za pomocą „Skrzynki pytań i wniosków”, która wisi przy



wejściu do Biura Obsługi Klienta UMiG.

Pytania i wnioski można złożyć w formie pisemnej, wrzucając kartkę do skrzynki. Skrzynka ma być miejscem kontaktowym wszystkich mieszkańców, którzy mogą złożyć spostrzeżenia, wnioski czy inicjatywy skierowane na rzecz osób starszych.

UMiG/RL

Sandomierskie Centrum Kultury i Dom Pracy Twórczej „Alicja” zapraszają na Pogadanki z Historii Sztuki. W trakcie spotkań przeniesiemy Państwa w rozmaite zakątki piękna, prezentując wybrane zagadnienia z zakresu architektury, malarstwa, rzeźby, i rzemiosła artystycznego - szczególnie meblarstwa, od starożytności po XX wiek. Opowiemy o dziełach znakomitych artystów i przedstawimy ciekawostki z ich życia.



18.04.2017 - Sztuka starożytnej Mezopotamii

25.04.2017 - Sztuka starożytnego Egiptu

09.05.2017 - Tajniki sztuki starożytnej Grecji

16.05.2017 - Sztuka starożytnego Rzymu

*Spotkania będą odbywać się o godz. 18.00
w Domu Pracy Twórczej „Alicja”.
Czas trwania spotkania: 60 min.*

Miejsce spotkań:
Dom Pracy Twórczej „Alicja”
ul. Tkacka 2
27-600 Sandomierz
tel. (15) 832 97 87
tel. kom. +48 515 152 774
e-mail: alicjaskrzynka@tarnobrzega.pl

Informacja:
Port Kultury
ul. Portowa 24
27-600 Sandomierz
tel. 15 644 50 74
e-mail: portkultury@escena.pl



SANDOMIERSKIE
CENTRUM
KULTURY



PORT • KULTURY



ALICJA
Nowe Poczty Kultury

Aktywny Senior w Baranowie Sandomierskim

Będą malować, śpiewać, gotować, żeglować, grać... Baranowscy seniorzy wezmą udział w projekcie Stowarzyszenia Tor Rozwoju w ramach rządowego programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych.

Na początek zasadzono zielone rośliny – symbol wiosny i rodzących się nowych możliwości oraz początek przygody! 40 seniorów będzie bowiem korzystać z wielu atrakcyjnych zajęć, spotkań, wycieczek, imprez integracyjnych, które przygotowano w ramach projektu. Stowarzyszenie Tor Rozwoju pozyskało na ten cel fundusze z Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej w ramach rządowego programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych. Taki program dla osób w wieku 60+ na terenie gminy realizowany jest po raz kolejny.

- Podczas pierwszej edycji trudno było znaleźć uczestników – mówił podczas inauguracji burmistrz Marek Mazur - a teraz zabrakło miejsc, tylu było chętnych. To oznacza, że takie działania są potrzebne. Cieszę się, że mamy aktywnych mieszkańców w każdym wieku, którzy chcą działać i rozwijać swoje pasje.

W wyniku przeprowadzonego naboru powstały dwie grupy: w Baranowie Sandomierskim i Skopaniu. Okazało się, że program

będzie bardzo sfeminizowany, bo uczestniczą w nim wyłącznie panie, i to zarówno jako uczestniczki, jak i wolontariuszki. W obu miejscach odbyły się już spotkania informacyjne i inaugurujące projekt oraz ruszają pierwsze warsztaty. Na początek będzie to rękodzieło – jeszcze przed Wielkanocą uczestniczki wykonają świąteczne palmy i ozdoby. W dalszej części projektu odbędą się zajęcia z rękodzieła współczesnego, ruchowe, malarskie, teatralne, wokalne i kulinarne. W planie są także imprezy integracyjne: grillowanie, żeglowanie, wyjazd do teatru, Dzień Seniora, wystawa prac. Wszystkie te aktywności są bezpłatne i zaplanowano je do końca roku.

W projekcie uczestniczą także wolontariusze młodzieżowi, ponieważ założenie jest takie, by integrować pokolenia, uczyć się od siebie nawzajem, zbliżać do siebie młodszych i starszych. Młodzież także bardzo chętnie przyłączyła się do projektu, wzięła udział w szkoleniu, aktywnie uczestniczyła także w przygotowaniach do pierwszego spotkania.

- Liczymy na to, że wszyscy będą czerpać dużo satysfakcji z realizacji projektu – mówi prezes stowarzyszenia Piotr Ruła – Mam nadzieję, że wszyscy się od siebie czegoś nauczymy, ale także że będziemy się dobrze bawić.

Rd



Sandomierskie Centrum Kultury

Zaprasza na wystawę zdjęć autorstwa Anety Oraniec-Ginał, pt. „... przyroda Bokehem malowana...”. Prace zaprezentowane na wystawie, przedstawiają przyrodę widzianą „okiem” autorki. Ich prezentacja na płótnie ma za zadanie podkreślić uwielbiany przez autorkę efekt rozmycia tła tzw. BOKEH.

Aneta jest z wykształcenia biologiem, z zamiłowania fotografem i twórcą rękodzieła. Pochodzi z Ożarowa, obecnie mieszka w Kielcach. Prowadzi własną działalność, zajmującą się reportażem okolicznościowym, fotografią dziecięcą i fotografią produktu. Jako biolog w wolnych chwilach fotografuje przyrodę.

Prowadzi blog i strony internetowe, a jej prace zarówno te fotograficzne, jak i rękodzielnicze można zobaczyć na:

anett-art.pl

anett-art.blogspot.com

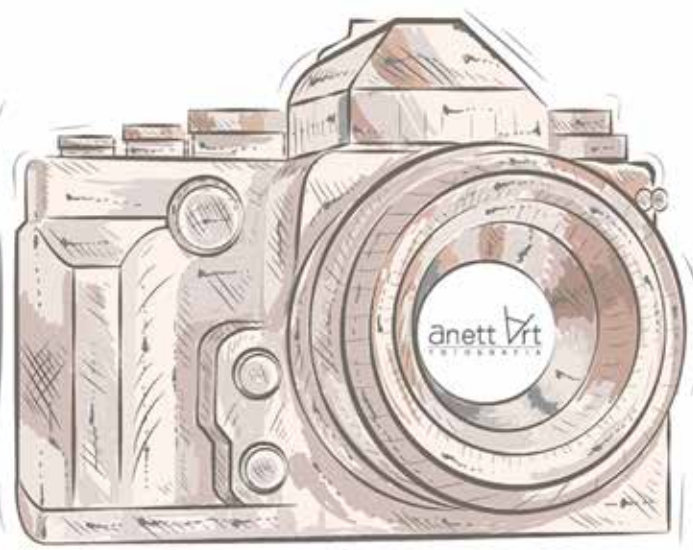
<https://www.facebook.com/anett.art.fotografia>



SANDOMIERSKIE
CENTRUM
KULTURY

WYSTAWA ZDJEĆ
AUTORSTWA
ANETY ORANIEC-GINAŁ

... przyroda Bokehem
malowana ...



wernisaż 7 kwietnia 2017, godz. 18:00
Wystawa czynna od 07.04 do 05.05.2017

MIEJSCE: ILUZJON ART CAFE PRZY SANDOMIERSKIM CENTRUM KULTURY, RYNEK 25/26, 27-600 SANDOMIERZ



Projekt „Aktywny Senior w Gminie Baranów Sandomierski” jest dofinansowany ze środków Programu Rządowego na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020.

ASOS 2014-2020

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

Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej



V MIĘDZYGIMNAZJALNY KONKURS MATEMATYCZNY „DUET PITAGOREJCZYKÓW”

cd ze str. 1

Konkurs składał się z czterech konkurencji, podczas których gimnazjaliści zmagali się z testem typu prawda - fałsz, zadaniem na czas, zadaniem praktycznym oraz zadaniem na dowodzenie.

Laureatami V Międzygimnazjalnego Konkursu Matematycznego „Duet Pitagorejczyków” zostali:

I miejsce - Społeczne Gimnazjum im. Małego Księcia w Tarnobrzegu (Iga Domańska i Miron Czech),

II miejsce - Gimnazjum nr 2 w Nowej Dębie (Jędrzej Tłusty i Radosław Szczur),

III miejsce - Gimnazjum w Chmielowie (Emilia Tomczyk i Wiktoria Samojeden),

IV miejsce - Gimnazjum w Woli Baranowskiej (Patrycja Sawa i Angelika Żak),

V miejsce - Gimnazjum nr 3 w Tarnobrzegu (Klaudiusz Grobelski i Kamil Kołodziej),

VI miejsce - Gimnazjum nr 2 w Nowej Dębie (Piotr Karaban i Bartosz Prysak).

Cieszy fakt, że dzięki hojności wielu in-

stytucji, przedsiębiorstw i osób prywatnych udało się ufundować nagrody dla wszystkich uczestników.

Podziękowania za okazaną bezinteresowną pomoc i życzliwość kierujemy do naszych sponsorów, wśród których byli: **Wiesław Ordon** - burmistrz miastagminy Nowa Dęba, **PaWEł Bartoszek** - sta-

rosta tarnobrzezski, **Piotr Wołek** - prezes Zarządu Spółdzielni Inwalidów „ZJEDNOCZENIE”, Nowa Dęba, **Stanisław Łęgowski** i **Bogdan Kupiec** - Zakład Budowlano - Remontowy S. J., Nowa Dęba, **Władysław Czachor** - PH „Domex”, Nowa Dęba oraz **Andrzej Kołodziej** - PPHU „PALEN”, Nowa Dęba.

Organizatorzy składają gratulacje wszystkim Duetom Pitagorejczyków za prezentowany wysoki poziom, osiągnięte wyniki oraz wspaniałą rywalizację oraz podziękowania dla opiekunów za wysiłek włożony w przygotowanie uczniów do konkursu.

ZPO



RAZEM DO PRZODU - świetlica

Projekt RAZEM DO PRZODU skierowany jest w ramach konkursu OCHRONA ZDROWIA I ZAPOBIEGANIE PATOLOGIOM - Pomoc finansowa w prowadzeniu świetlic socjoterapeutycznych.

Przedmiotem zadania jest zorganizowanie zajęć dla grupy 100 beneficjentów w ramach świetlicy prowadzonej w pomieszczeniach przy ul. 11 Listopada 8a w Tarnobrzegu, gdzie zorganizowane zostaną działania edukacyjne, świetlicowe i muzyczne mające na celu zapewnienia miejsca do spędzania czasu wolnego i rozwoju dzieci i młodzieży.

Cel główny:

Stworzenie warunków do własnego rozwoju i zwiększenia poczucia własnej wartości, nabrania pewności siebie dla grupy 100 dziewcząt i chłopców z gminy Tarnobrzeg poprzez uczestnictwo w zajęciach w okresie od 1.04 - 31.12.2017 roku;

Cele szczegółowe:

Podniesienie sprawności intelektualnej - poprzez uczestniczenie w zajęciach grupowych, konkursach i zajęciach ćwiczących umysł;

Podniesienie ogólnej sprawności i zdolności motorycznych i poziomu aktywizacji psychospołecznej;

Wzrost motywacji i akceptacji procesu rozwoju oraz poczucia własnej wartości;

Zrównoważony rozwój emocjonalny - poprzez przebywanie w grupie rówieśniczej, rozwijanie zainteresowań i umiejętności;

Rezultaty twarde - zorganizowanie:

60 godzin zajęć świetlicowych;
80 godzin zajęć wyrównawczych przedmiotowych;

40 godzin zajęć z logopedą;

40 godzin zajęć muzycznych;

W ramach projektu zostaną zrealizowane następujące działania:

DZIAŁANIE 1 Zajęcia świetlicowe

DZIAŁANIE 2 Zajęcia z logopedą

DZIAŁANIE 3 Zajęcia wyrównawcze

DZIAŁANIE 4 Zajęcia muzyczne

Projekt RAZEM DO PRZODU realizowany jest przez Stowarzyszenie ESTEKA przy wsparciu finansowym Urzędu Miasta Tarnobrzega, darczyńców prywatnych i środków własnych Stowarzyszenia ESTEKA



REKLAMA



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



BIO - wsparcie

Projekt BIO-wsparcie jest realizowany przez Stowarzyszenie ESTEKA przy wsparciu finansowym Państwowego Funduszu Osób Niepełnosprawnych oraz środków własnych Stowarzyszenia ESTEKA i darczyńców prywatnych.

Całkowita wartość projektu wynosi: 37.782,50 zł, w tym dofinansowanie PFRON: 35.782,50 zł



Czas trwania projektu: 1 kwietnia - 31 grudnia 2017 r.

Projekt dotyczy wsparcia 18 uczestników, dzieci i młodzieży do 18 roku życia, z orzeczeniem o niepełnosprawności z terenu: województw podkarpackiego - 6 osób, świętokrzyskiego - 6 osób oraz lubelskiego - 6 osób. W ramach projektu na każdego uczestnika przewidywane jest przeprowadzenie po 30 treningów metodą biofeedback.

Terapia Biofeedback jest całkowicie bezpieczna i nieinwazyjna. Treningi Biofeedback z powodzeniem mają zastosowanie w redukcji objawów ADHD, ADD, zespołu Aspergera, dysleksji, zaburzeń koncentracji i uwagi, i innych.

DOKUMENTY PROJEKTOWE





BIO — wsparcie



GABINET TERAPII BIOfeedback

Tarnobrzeg, ul. 11-go Listopada 8A
(siedziba stow. ESTEKA - za Kauflandem)

Rekrutacja do projektu BIO — wsparcie !!!

Stowarzyszenie ESTEKA od kwietnia do grudnia 2017

realizuje projekt współfinansowany przez PFRON dla 18 osób z orzeczeniem o niepełnosprawności w wieku do 18 lat

6 osób z woj. podkarpackiego (powiaty: tarnobrzeski i m. Tarnobrzeg)

6 osób z woj. świętokrzyskiego (powiat sandomierski)

6 osób z woj. lubelskiego (powiatu kraśnickiego)

projekt zakłada przeprowadzenie po 30 treningów BIOFEEDBACK dla każdego uczestnika

**formularz rekrutacyjny i szczegóły projektu
dostępny na www.esteka.pl**

Wyróżnienie dla projektu ERASMUS+ koordynowanego przez Gminę Tarnobrzeg

Mianem dobrej praktyki Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji – Narodowa Agencja programu Erasmus+ rekomenduje realizowany przez tarnobrzęski samorząd projekt „Z matematyką przez świat. W poszukiwaniu nowych metod nauczania matematyki i przedmiotów pokrewnych”.

Projekt realizowany był w latach 2014-2016 w ramach Akcji KA2 – partnerstwa strategiczne regionów na rzecz innowacji i dobrych praktyk. W celu jego realizacji zawieszono międzynarodowe konsorcjum, w skład którego wchodziła Gmina Tarnobrzeg, włoska Gmina Voghera, Gimnazjum Nr 3 w Tarnobrzegu, Podkarpackie Centrum Edukacji Nauczycieli w Rzeszowie, włoska szkoła Liceo Statale Galileo Galilei oraz Mathesis - Stowarzyszenie Matematyków i Naukowców działających przy Uniwersytecie w Pawii.

Przedstawicielem prawnym, który koordynował wszystkie działania, a także reprezentował partnerów tarnobrzęskiego projektu na zewnątrz był Prezydent Miasta Tarnobrzega

W związku z przyznaniem wyróżnienia przedstawiciel koordynatora i partnerów został zaproszony do udziału i zaprezentowania tarnobrzęskiego projektu - jego założeń, przebiegu realizacji i wypracowanych rezultatów - podczas międzynarodowej konferencji - seminarium „Best practise results from Erasmus+: A conference on Dissemination and Impact in The School Sector”. Wydarzenie zorganizowane przez niemiecką Narodową Agencję odbędzie się w Bonn w dniach 17-19 maja.

W seminarium wezmą udział koordynatorzy i przedstawiciele wszystkich wyróżnionych projektów, eksperci w dziedzinie edukacji szkolnej i kształcenia nauczycieli ze wszystkich krajów Unii Europejskiej.



REKLAMA

OPTYK

J. Lis

39-400 Tarnobrzeg
ul. Wyspiańskiego 1
(pawilon „Górnik”)
tel.: 15 823 83 79

39-400 Tarnobrzeg
ul. gen. Grota Roweckiego 1
(Hala Targowa)
kom. 733 889 375

zapraszamy:
Pn.-Pt. 9-17, sob. 9-13

zapraszamy:
Pn.-Pt. 10-17:30

OKULARY

REALIZACJA RECEPT
OKULARY PRZECIWSŁONECZNE
ATRAKCYJNE CENY DUŻY WYBÓR!



Jubileusz Złotych Godów

25 par małżeńskich z terenu gminy Nowa Dęba świętowało Złote Gody czyli jubileusz 50 lat pożycia małżeńskiego.

13 marca burmistrz miasta i gminy Nowa Dęba Wiesław Ordon wręczył przyznane przez Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej medale za długoletnie pożycie małżeńskie 20 parom z gminy Nowa Dęba, które przybyły na uroczystość w Samorządowym Ośrodku Kultury. Jubilaci otrzymali również kwiaty i życzenia od kierownika Urzędu Stanu Cywilnego w Nowej Dębce.

„Z pewnością wspominacie ten dzień, kiedy w obecności najbliższej rodziny, przyjaciół i znajomych w Urzędzie Stanu Cywilnego wymieniając obrączki przyrzekaliście wierność, miłość, wzajemną pomoc sobie i tworzącej się nowej rodzinie. Była to chwila pełna radości i nadziei na lepsze życie, ale i obawy przed nieznaną przyszłością. - mówiła Bożena Szczepan. Odbierając dzisiaj to zasłużone odznaczenie dajecie świadectwo młodym ludziom, którzy tak jak Wy 50 lat temu rozpoczynają życie w małżeństwie czym jest odpowiedzialność za drugiego człowieka, zrozumienie i akceptacja...” – dodała kierownik USC.

Dopełnieniem tradycyjnego toastu lampką szampana było odśpiewanie „Sto lat”

przez zespół „Bielowianki” z Rozalina, które dodatkowo wzbogaciły wydarzenie swoim występem.

Medal Za Długoletnie Pożycie Małżeńskie otrzymali:

1. Babiarz Stanisław i Krystyna
2. Buras Antoni i Stanisława
3. Dziewa Stanisław i Anna
4. Gryglewski Waldemar i Maria
5. Guzior Antoni i Michalina
6. Hałka Piotr i Wiktoria
7. Jawniak Krzysztof i Jadwiga
8. Jurasz Alfred i Barbara
9. Kaczak Józef i Danuta
10. Kaproń Franciszek i Józefa
11. Konefał Jan i Jadwiga
12. Kotulski Stanisław i Maria
13. Kral Henryk i Urszula
14. Kuśmierski Eugeniusz i Marianna
15. Łeptuch Stanisław i Maria
16. Miłaszewicz Wojciech i Krystyna
17. Pawelec Adam i Helena
18. Stelmaszczuk Czesław i Irena
19. Stochla Marian i Danuta
20. Szwed Władysław i Kazimiera
21. Szypuła Mieczysław i Maria
22. Wąsowicz Andrzej i Teresa

23. Wilk Tadeusz i Wiktoria
24. Wrona Stanisław i Alicja
25. Zych Wojciech i Elżbieta.

Medal za Długoletnie Pożycie Małżeńskie to polskie cywilne odznaczenie państwowe. Ustanowiono go jako nagrodę dla osób, które przeżyły 50 lat w jednym związku małżeńskim. Został ustanowiony ustawą z dnia 17 lutego 1960 r. o orderach i odznaczeniach.

Ma on kształt stylizowanej, sześciopromiennej, srebrzonej, oksydowanej gwiazdy o średnicy 35 mm z ornamentowanymi promieniami łączącymi jej ramiona. Na awersie w środku medalu, na okrągłej tarczy pokrytej różową emalią umieszczone są dwie srebrzone, oksydowane róże. Na odwrotnej stronie w środku umieszczony jest monogram RP, a w otoku napis: ZA DŁUGOLET-NIE POŻYCIE MAŁŻEŃSKIE.

USC/RL



REKLAMA

Wszystko kręci się wokół tańca

Sami wyreżyserują, zaprojektują stroje i zatańczą. Utalentowana młodzież przygotowuje bajeczne widowisko. MGOK realizuje projekt w ramach programu Równać Szanse.

Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury pozyskał grant na realizację projektu dla młodzieży. „Wszystko kręci się wokół tańca” to pomysł dla młodych utalentowanych osób, które same wymyślą i zrealizują widowisko. Nabór i pierwsze spotkania odbyły się w lutym. W projekcie, którego koordynatorem została instruktorka tańca Katarzyna Gwoździowska udział bierze 12 dziewczyn. Uczestniczki już wymyśliły fabułę, a także przeprowadziły profesjonalny casting. W tajnym głosowaniu wyłoniły spośród siebie odtwórczynię głównych ról.

Spotkania zespołu odbywają się regularnie dwa razy w tygodniu, głównie w Środowiskowym Domu Kultury w Skopaniu, ale poszczególne etapy będą realizowane także w innych miejscach. Obecnie młode artystki pracują nad choreografią. W połowie mar-

ca w szkole tańca Art Dance w Nowej Dębce odbyły się warsztaty taneczne. Pod okiem instruktorek dziewczyny poznały nową dla nich technikę tańca - hip hop, a także dowiedziały się jak pracować np. nad miękkością ruchu, czy perfekcyjnym wykonaniem piruetu. Jak same przyznały, zakwasy odczuwały jeszcze przez kilka dni, ale warsztaty uznały za bardzo pouczające, do tego po prostu świetnie się bawiły.

Przed uczestniczkami jeszcze m.in. warsztaty teatralne, plastyczne i projektowania strojów. Projekt zakłada bowiem, że wszystkie elementy realizacji widowiska wykonają same, ucząc się w ten sposób odpowiedzialności, rozwijając umiejętności organizacyjne, a także poznając swoje słabe i mocne strony.

Ukoronowaniem projektu będzie uroczysta premiera przygotowywanego spektaklu, z torkiem i hucznym świętowaniem. Powstanie także film o wydarzeniu, a potem wystawa zdjęć.



Projekt jest realizowany ze środków Programu „Równać Szanse 2016” Polsko Amerykańskiej Fundacji Wolności prowadzonego przez Polską Fundację Dzieci i Młodzieży. Celem Programu jest wyrównanie szans młodych ludzi na dobry start w dorosłe życie. Informacje o Programie i dotychczas zrealizowanych projektach można znaleźć na stronie www.rownacszanse.pl.



POLSKO-AMERYKAŃSKA
FUNDACJA WOLNOŚCI



Równać
szanse
2016
regionalny
konkurs
grantowy



POLSKA FUNDACJA
DZIECI I MŁODZIEŻY

**PORANKI
MŁODEGO WIDZA**
KWIECIEŃ/MAJ

ZAJĄC MAX RATUJE WIELKANOC
reż. Ute von Munchow-Pohl
Niemcy 2017, 79'
Animacja/Familijny przeznaczony dla widzów od lat 7
01-02 / 08-09.04 godz. 11.30

OZZY
reż. Alberto Rodriguez
Hiszpania, Kanada 2016, 90'
Animacja/Familijny przeznaczony dla widzów od lat 7
22-23.04 / 06-07.05 godz. 11.30

DZIECIAK RZĄDZI
reż. Tom McGrath, USA 2017, 98'
Animacja przeznaczona dla widzów od lat 7
13-14 / 20-21.05
27-28.05 godz. 11.30

Bilety zarówno dla dzieci jak i dorosłych w cenie 14 PLN

SALA KINOWA SCK Rynek 25/26 W SANDOMIERZU LICZBA MIEJSC OGRANICZONA!
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 (poniedziałek - piątek w godz. 8:00-16:00), e-mail: kontakt@kinostarowka.com.pl
Oficjalna strona Kina Starówka: www.kinostarowka.com.pl
Zapraszamy do DKFI Spotkania w każdy poniedziałek o godz. 19:00 w sali kinowej SCK: Rynek 25/26



W Tarnobrzegu zainaugurowano obchody Roku Alfreda Freyera

W Tarnobrzegu zainaugurowano obchody Roku Alfreda Freyera urodzonego w Dzikowie- wybitnego polskiego lekkoatlety, rekordzisty Polski w biegach długodystansowych, którego wspaniale zapowiadającą się karierę sportową przerwała nagle i tragiczna śmierć.

Dzisiejsza uroczystość odbyła się w Szkole Podstawowej nr 3, której patronem jest ten wybitny lekkoatleta.

Alfred Freyer 8-krotnie zdobywał mistrzostwo Polski, 14-krotnie bił rekord Polski, odnosił zwycięstwa w zmaganiach międzypaństwowych. Imponował nie tylko sprawnością, wytrzymałością i zwycięstwami. Był lubiany za swoje miłe usposobienie, cieszył się szczerą sympatią kibiców i nie był zarozumiały. Do tej ostatniej cechy, zwraca-

jąc się dziś do uczniów, nawiązała naczelnik Wydziału Edukacji i Zdrowia Urzędu Miasta Tarnobrzega Jolanta Kociuba

- Rywalizujemy ze sobą po to, by pokonywać swoje własne słabości. Sport jest po to by doskonalić siebie, nie po to by obrastać w dumę-mówiła.

Urząd Miasta Tarnobrzega we współpracy z instytucjami miejskimi, przygotował szereg imprez i wydarzeń kulturalnych oraz sportowych, upamiętniających postać Alfreda Freyera. Harmonogram tych wydarzeń już wkrótce będzie dostępny na stronie Urzędu Miasta.

Uroczystość uświetnił program artystyczny w wykonaniu uczniów Szkoły Podstawowej nr 3 w Tarnobrzegu.



Wyróżnienia dla mieszkańców gminy Nowa Dęba

3 marca Biuro Powiatowe Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa w Tarnobrzegu podczas zorganizowanej przez kierownik biura Monikę Porębską konferencji poświęconej Innowacyjności i konkurencyjności małych gospodarstw w powiecie tarnobrzskim wyróżniło rolników z naszej gminy za przedsiębiorczość i innowacyjność oraz za działalność rolniczą promującą walory ekologiczne naszej Gminy. Wyróżnienia wręczała dyrektor Podkarpackiego Oddziału Regionalnego ARiMR Teresa Pamuła, w obecności Leszka Mirowskiego - zastępcy burmistrza miasta i gminy Nowa Dęba.

Wśród wyróżnionych znaleźli się **Damian i Przemysław Hajduk**, mieszkańcy sołectwa Rozalin, którzy od dwóch lat zajmują się hodowlą rasowych królików. Towarzyszącą tym młodym osobom kreatywność i energia sprawiły, że w tak krótkim czasie osiągnęli sukcesy zarówno w kraju jak i za granicą. Ich pasja związana z zamiłowaniem do królików spowodowała, iż nie ograniczają się w swej działalności do pojedynczej rasy. W ich hodowli dominują rasy takie jak królik Wiedeński oraz Srokacz Niemiecki, należące do ras mięsno-futerkowych, na których mięso obecnie jest duży popyt.

Bracia Hajduk to nie tylko hodowcy, któ-

rych hodowla liczy ponad 60 szt. królików, ale również osoby uczestniczące w działalności organizacji branżowej tj. Świętokrzyskim Stowarzyszeniu Hodowców Królików. Swoje króle dotychczas wystawiali na wystawach w Erfurcie w Niemczech, Nitra Zilina na Słowacji oraz w Polsce np. w Wieluniu, Wiśle, Kielcach i Broniewicach.

Wyróżnieni zostali także **Joanna i Marcin Kurnik** prowadzący ekologiczne gospodarstwo agroturystyczne „Dobre Miejsce” w Alfredówce.

Państwo Kurnik propagują, wdrażają i uczą innych ekologicznego stylu życia i myślenia. Ich gospodarstwo jest jednym z dwóch na podkarpaciu z certyfikatem Bliższo Natury.

W ramach tzw. „sieciowania” propagują lokalne i regionalne ekologiczne „perełki” poprzez współdziałanie i współtworzenie powiązanych ze sobą „atrakcji”. Stworzyli polski odpowiednik Questngu – „Deptaj – Dziedzictwo, Edukacja, Przygoda, Tajemnica, Aktywność, Jedność”, w ramach którego zrealizowali szkolenia i przygotowali gotowe produkty w wielu gminach podkarpacia.

W swoim gospodarstwie hodują owce wrzosówki i propagują ekologiczne jedzenie. Prowadzą także warsztaty, których

tematem jest m.in. wegetarianizm, weganizm, diety bezglutenowe, a także tradycyjna kuchnia lokalna. Współpracują lokalnie i regionalnie w wielu obszarach badawczych (kultura, sztuka, kulinaria) między innymi z Muzeum w Rzeszowie i Kolbuszowej. O sobie mówią, że mają czas dla każdego i są otwarci na nowe pomysły.

RL/MM



AKCJA LETNIA 2017

Stowarzyszenie ESTEKA przygotowało szereg propozycji związanych zarówno z wyjazdową akcją letnią jak i organizacją zajęć w miejscu zamieszkania. Na naszej stronie internetowej

www.lato.esteka.pl

będziemy zamieszczać szczegółowe informacje o organizowanych placówkach letniego wypoczynku wraz z możliwością rejestracji.

Aktualnie uruchomione zostały następujące turnusy:

-> Wypoczynek w Bułgarii - Słoneczny Brzeg;

-> Półkolonie konne

-> Półkolonie rysunkowe

do 10 marca zostanie uruchomiona możliwość zapisów na kolejne obozy:

-> Czarniecka Góra - Turnus Piłkarski

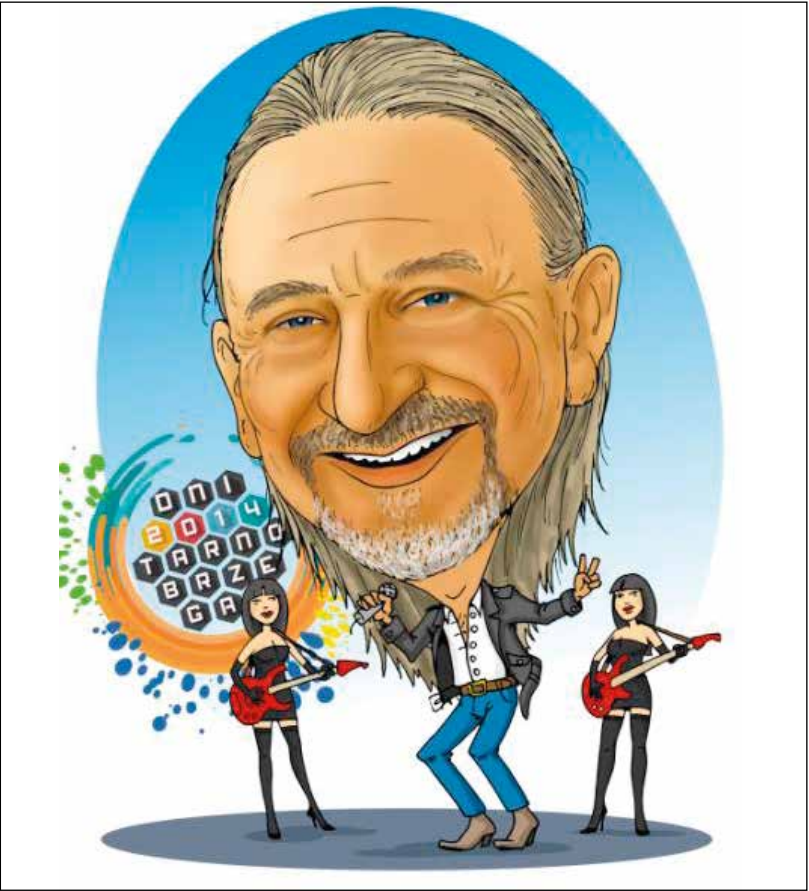
-> Czarniecka Góra - Turnus Językowo-Kulinarny

-> Czarniecka Góra - kolonia dla dzieci z klas I - IV - profil Damy i rycerze



... Samozwaniec, car	kompetencje	wiodła Polskę do "ustroju idealnego"	śpiewa "Miłość jak wino"	pudełko na pieniądze	kradzież utworu	dopływ Narwi	wśród chrząszczy	Antoine Domino
					coś do czytania			
pot. niewielki rynek	tytuł, określenie	na niej znaleziona muszelka				Salt ... City	zespół z Ryszardem Riedlem	najsmaczniejsze wśród śledzi
złoty					krótki, obosieczny miecz rzymski			
...chi, chińska sztuka walki i gimnastyka medytacyjna		pod brodą ośeska	rywalka TP SA			poprzeczna ściana szkiele- tu statku	Bismarck lub Krupp	potocznie o zawstydzającej, kłopotliwej sytuacji
					jeziorko			
odstęp między budynkami	Savalas, aktor	... Luke, komiksowy kowboj	poufała forma żeńskiego imienia Józefa	Fox, aktorka amerykańska (ur. 1986)	nauka o cieple			
amulet					krócej niż midzi	dwuwęglowy alkan	dźwięk e podwyższony o półton	
gadula, papla	związki państw				pop...	... Ryan	partia Gier-tycha	porwany przez Królową Śniegu
					włoszczyzna w księ-garni			
odważny, nierozważny	Witt, niemiecka żył-wiarka					hymn ku czci		
					bezwładność w fizyce			

Materiał pochodzi z portalu szarada.net.



MAREK PIEKARCZYK - lider TSA

Pewna kobieta przechodziła obok domu publicznego gdzie odbywała się wyprzedaż sprzętów. Kupiła papugę w klatce, przyniosła do domu. Klatka była przykryta płachtą, którą kobieta podniosła:
– O mowy burdel, nowa burdel-mama – odzywa się papuga.
Kobieta szybko zakryła z powrotem klatkę płachtą. Po jakimś czasie ze szkoły przychodzą córki i dopominają się aby im pokazać papugę. Matka postanawia zaryzykować i odkrywa klatkę:
– O nowy burdek, nowa burdel-mama i nowe panienki...
Klatka zostaje z powrotem zakryta. Przychodzi z pracy mąż i też chce widzieć papugę. Kobieta postanawia dać jej ostatnią szansę i odkrywa klatkę:
– O nowy burdel, nowa burdel-mama, nowe panienki, tylko Zygmunt ten sam, stary wierny klient...

Nad Morskim Okiem siedzi stary baba. Przechodzący turyści pozdrawiają go i pytają:
– Co tu robicie?
– Łowię pstrągi
– Przecież nie macie wędek!
– Pstrągi łowi się na lusterko.
– W jaki sposób?
– To moja tajemnica. Ale jeśli dostanę flaszkę, to ją

wam zdradzę.
Turyści wrócili do schroniska, kupili butelkę wódki i zanieśli ją bacy. On tłumaczy:
– Wkładam lusterko do wody, a kiedy pstrąg podpływa i zaczyna się przyglądać to ja go kamieniem i już jest mój...
– Ciekawe... A ile już tych pstrągów złowiliście?
– Jeszcze ani jednego, ale mam z pięć flaszek dziennie...

Lekarze potwierdzają, że piwo jest bogate w witaminę B...
Kiedy wypijesz jedno piwo to jest witamina B1.
Kiedy wypijesz dwa piwa, to witamina B2.
6 piw - witamina B6.
12 piw - witamina B12.
A kiedy wypijesz całą zgrzewkę, skrzynkę lub beczkę, ... to już jest witamina B-complex!

Młode małżeństwo przyjechało do bacy na miodowy miesiąc. Zamknęli się w pokoju i kilka dni w ogóle nie wychodzili. Zaniepokojony baba pukał i pukał, aż w końcu mu otworzyli. Pyta więc młodych:
– A czym wy żyjecie, przeca wy niczego nie jedli przez te parę dni?
– Żyjemy owocami miłości - odpowiada młoda para.
– No to żyjcie sobie dalej, ale skórek od tych owoców, to przez okno nie wyrzucajcie, bo mi się kury dławią...

Dyżury aptek

NOWA DĘBA Całodobowych dyżurów apteki nie prowadzą. Dyżury w niedzielę: Apteka „4 Pory roku” ul. Kościuszki 1 godz. 8:00 – 15:00, tel. 15/846 20 25 Apteka - ul. Rzeszowska 5 godz. 9:00 – 12:00 tel. 15/846 23 81	MIELEC Dyżur całodobowy w roku 2017 pełni: Apteka „RÓŻANA” ul. Wolności 46 tel. 17/711 04 45 SANDOMIERZ Dyżur całodobowy pełni: „Apteka w Centrum” Lavita Sp. z o.o. ul. Słowackiego 18 tel. 15/669 638 111 TARNOBRZEG 10.04. - 16.04.2017 r. Apteka „Dr. Max” ul. Wyspiańskiego 25 tel. 15/822-51-10	TARNOBRZEG 17.04. - 23.04.2017 r. Apteka „Pod Tapimą” ul. Waryńskiego 1 tel. 605 904 956 24.04. - 30.04.2017 r. Apteka Prywatna ul. Zwierzyniecka 18 tel. 15/823-61-80 01.05. - 07.05.2017 r. Apteka „Na Sokolej” ul. 1 Maja 1 tel. 15/822-35-75 08.05. - 14.05.2017 r. Apteka „Na Serbinowie” ul. Dąbrowskiej 23 tel. 15/823-42-42
--	--	--

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
Nasze Miasto

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

OBÓZ WYPOCZYNKOWY SŁONECZNY BRZEG - BUŁGARIA 5-16 lipca 2017 r.



Cena - 1650 zł (płatne w 3 ratach) - uczestnicy w wieku 12-17 lat

Cena zawiera:

Transport z Tarnobrzega autokarem klasy LUX (klimatyzacja, DVD), zakwaterowanie (9 noclegów w pokojach zgodnie z opisem hotelu), wyżywienie, opiekę kadry w osobach wychowawców, kierownika, miejscowego ratownika podczas kąpieli na plaży, opiekę pilota bułgarskiego podczas pobytu na miejscu, ubezpieczenie KL, NNW. Zapewnimy atrakcyjny program dnia oraz wycieczkę do Nessebaru.

Gwarantujemy wspaniałą zabawę i słoneczną pogodę!!!

Hotel Happy Land *** położony jest w samym centrum Słonecznego Brzegu, w pierwszej linii brzegowej, 200 metrów od plaży, cały obiekt przeznaczony jest dla dzieci i młodzieży. Zakwaterowanie w pokojach 3 osobowych z łazienkami, balkonami, TV i bezpłatną klimatyzacją. Do dyspozycji młodzieży: Wi-Fi w pokojach, duży basen, sala taneczna, boisko do siatkówki, koszykówki i piłki nożnej, gry zręcznościowe, scena na świeżym powietrzu, w cenie woda i napoje w ciągu całego dnia, 24h - punkt medyczny, ratownik, ochrona.

Organizator: Stowarzyszenie ESTEKA ul.11 Listopada 8a, 39-400 Tarnobrzeg tel. 604 547 349, email: biuro@esteka.pl
Szczegóły oferty i rezerwacja miejsc: www.lato.esteka.pl

REKLAMA

STOWARZYSZENIE **ESTEKA** ZAPRASZA
MŁODZIEŻ
SZKOLNĄ

**NA PÓŁKOLONIE
KONNE**



460 zł

12 miejsc
na każdym turnusie

ZAPEWNIAMY
OPIEKĘ KADRY,
OBIAD, UBEZPIECZENIE
I NIEZAPOMNIANĄ PRZYGODĘ

I turnus: 26.06 - 30.06.2017 r.
II turnus: 03.07 - 07.07.2017 r.
III turnus: 10.07 - 14.07.2017 r.
IV turnus: 17.07 - 21.07.2017 r.
V turnus: 24.07 - 28.07.2017 r.
VI turnus: 31.07 - 04.08.2017 r.
VII turnus: 07.08 - 11.08.2017 r.
VIII turnus: 14.08 - 18.08.2017 r.

REZERWACJA ORAZ SZCZEGÓŁOWE INFORMACJE
W BIURZE STOWARZYSZENIA "ESTEKA" - UL 11 LISTOPADA 8A
LUB TELEFONICZNIE: 600 355 396

SERDECZNIE ZAPRASZAMY

ESTEKA
Stowarzyszenie

www.esteka.pl

Wspieraj rehabilitację
niepełnosprawnych dzieci
i przekaz swój 1 % podatku
dla Stowarzyszenia ESTEKA
wpisując w swoim zeznaniu podatkowym
nr KRS 0000160148.

Naprawdę warto!

Fot. Julia Krawiec



Wiktor Chabel
Wiktor Chabel
wioślarz,
brązowy medalista
mistrzostw Europy,
olimpijczyk



**O RETY !!!
ALE PÓŁKOLONIA
RYSUNKOWA**

TYLKO Z NAMI:

- wreszcie poznasz tajniki perspektywy
- zrobisz ilustrację do tarnobrzezkiej legendy
- porysujesz w plenerze
- uchwycisz konia w ruchu
- przestaniesz bać się akwareli

A JEŚLI TO MAŁO, TO:

- narysujesz portret węglem z grilla
- ze starą mapą poszukasz skarbu w zamku
- przejdziesz szkolenie NINJA

430 zł

3 TURNUSY PO 15 OSÓB
pierwszy od 3 do 7 lipca
drugi od 10 do 14 lipca
trzeci od 17 do 21 lipca

I NAJLEPSZE! GRA NA ŻYWO!
ESCAPE FROM THE SCHOOL
- wydostań się ze szkoły,
albo zostań w niej na wieki...

Zapewniamy:
Opiekę, instruktora rysunku,
obiad i ubezpieczenie.

STOWARZYSZENIE **ESTEKA**
ul. 11-go Listopada 8a, 39-400 Tarnobrzeg
Szczegóły oferty i rezerwacja miejsc:
tel. 501 330 242 lub www.lato.esteka.pl

