

# GAZETA NIEPOŁOMICKA

Nr 07-08/272

LIPIEC - SIERPIEŃ 2016

ISSN 1429-004



SAMI PISZEMY GAZETĘ: 81 AUTORÓW, 107 TEKSTÓW



## Niepołomiczanie po królewsku powitali Michała Pazdana

str. 2

### Wmurowanie kamienia węglanego

24 czerwca uroczyście wmurowaliśmy kamień węglany pod budynek szkoły podstawowej w Niepołomicach, przy ulicy Ples. To historyczna chwila i zarazem najważniejsze przedsięwzięcie bieżącej kadencji.

02

### Komunikacja podczas ŚDM

Jak poruszać się po Niepołomicach w czasie Światowych Dni Młodzieży? Znamy plany organizacji ruchu w naszym mieście.

18

### W pogoni za zubrem za nami

930 osób pobiegło w Nidec VIII biegu w pogoni za zubrem, który przeprowadzono w Niepołomicach 26 czerwca. I choć pogoda nie rozpieszczała – początkowy upał przerodził się w burzę z ogromną ulewą – wszyscy szczęśliwie dotarli na metę.

54



# Ziołomania

## 15 sierpnia 2016

11.00-18.00

Osada Podegrodzie w Niepołomicach

### Warsztaty:

- 11.00-12.00 Jak posprzątać dom bez chemii
- 11.30-12.30 Tworzenie zielników i rozpoznawanie podstawowych ziół
- 12.00-13.00 Warsztaty plenerowe: w poszukiwaniu roślin leczniczych
- 12.00-13.00 Wyrób mydełek glicerynowych
- 12.30-13.30 Warsztaty kulinarne: Zioła w diecie Paleo
- 13.00-14.00 Plecenie wianków
- 13.30-14.00 Oleje ziołowe i kwiaty jadalne
- 14.00-15.00 Warsztaty kulinarne: Pieczenie rogalików i bułeczek
- 14.30-15.30 Tworzenie woreczków zapachowych
- 15.30-16.30 Nalewki ziołowe
- 15.00-16.00 Wycinanie napisów w drewnie

### Ponadto:

- Tłoczenie oleju na zimno z degustacją
- Robienie świec z wosku, degustacja miodów i pyłku

### Wykłady:

- 13.30-14.30 Borelioza a zioła
- 15.00-16.00 Zioła Ayurwedyjskie
- 16.30-18.00 Rola ziół w diecie

### Konkursy:

- 13.00 Rozpoznawanie ziół
- 15.00 Najpiękniejszy bukiet z ziół na święto Matki Bożej Zielnej (można składać od 11.00-14.00)
- 16.30 Najładniejszy dziecięcy wianek

### Kiermasz

- Zioła, herbaty, przyprawy - Ziołowo
- Naturalne ręcznie robione mydełka - Mydło stacja
- Tarty owocowe, ciasta, kawy, lemoniady - Paleo Strefa
- Chleb, bułeczki z ziołami - Stowarzyszenie Gościniec 4 Żywiołów
- Nalewki ziołowe - Andrzej Mikołajewicz - stoisko informacyjne
- Zioła i mieszanki przy boreliozie - Renata Więctaw - stoisko informacyjne
- Skrzynki drewniane na zioła - ABA-ART
- Miody, pyłek kwiatowy - Gospodarstwo Edukacyjne "Pszczółki"
- Olej tłoczony na zimno - Tłocznia olejów Dobra Natura

Więcej informacji na stronie:

[www.ziolowo.pl](http://www.ziolowo.pl), [www.facebook.com/Ziolowo](https://www.facebook.com/Ziolowo)  
[www.ziołomania.pl](http://www.ziołomania.pl)

Organizator:

**Ziołowo**



Patronaty:





## W NUMERZE:

### WYDARZENIA

- 2 Królewskie powitanie
- 2 Wmurowanie kamienia węgielnego
- 3 25. Dni Niepołomic
- 4 II. Zamkowe Forum Kobiet

### BUDŻET OBYWATELSKI

- 5 Wyniki oceny projektów do Budżetu Obywatelskiego
- 10 Zajęcia szachowe w ramach Budżetu Obywatelskiego
- 10 Książki z Budżetu Obywatelskiego już dla czytelników
- 11 Zielony Ogród już otwarty

### TWÓJ URZĄD

- 12 Inwestycje w odnawialne źródła energii
- 12 Prace konserwatorskie na cmentarzu wojennym nr 325
- 13 Rusza projekt REGIO-MOB
- 13 Wyniki wyborów uzupełniających
- 13 Zbadają struktury gospodarstw

### GOSPODARKA

- 14 Nagroda dla Coca-Coli
- 14 Rozbudowa firmy Nidec
- 14 Sopem powiększa zakład

### NASZA TABLICA

- 15 Bezpłatne porady prawne - harmonogram wakacyjny
- 15 Szkoła dla Rodziców po raz drugi
- 15 Podziękowanie

### URZĄD SKARBOWY

- 16 Nowelizacja CEiDG
- 17 Przyjaźni dla przedsiębiorców

### ŚWIATOWE DNI MŁODZIEŻY

- 18 Komunikacja podczas ŚDM
- 19 Symbole ŚDM u nas

### WAKACJE 2016

- 20 Co robić podczas wakacji?

### POLECAMY

- 22 Przypadek?
- 22 O klasztorze i życiu zakonnym
- 23 Ziolomania
- 23 Alicja z Krainy Czarów odwiedzi Niepołomicę!
- 23 BodyART - zadбай o kondycję latem
- 23 Grillowanie z burmistrzem

### BEZPIECZEŃSTWO

- 24 Bezpiecznie na wakacjach

### ASTRONOMIA

- 26 Spojrzenie w wakacyjne niebo
- 27 Spacerkiem po nieboskłonie. Wakacyjnie

### NA FALI

- 28 Mamy grant na „kosmiczne łączności”

### BIBLIOTEKA

- 29 Gościł u nas Jasiak Mela
- 29 Szczypta historii we współczesnej literaturze
- 30 Spacerem po Niepołomicach i Puszczy Niepołomickiej
- 30 Ciocia Jadzia i jej perypetie
- 30 Wszystkie dzieci są kolorowe

### HARCERSTWO

- 31 Harcerstwo = wspólnota

### KULTURA

- 32 Muzyka daje mi siłę
- 33 Miasto, czas i ludzie - Fundamenty sukcesu, czyli 149 lat niepołomickiej administracji
- 34 Czarotoryscy Narodowi
- 34 Koncertowy czerwiec
- 35 Kilka metrów nad ziemią
- 35 Honorowi dawcy krwi
- 35 Noc poetów, czyli poezja spleciona z muzyką

### FELIETON

- 36 FELIETONY ŻYCIEM PISANE (78) - O dwóch końcach kija

### EDUKACJA

- 37 Mówienie „językiem żyrafy” czy to możliwe?
- 38 Rowerem z Niepołomic do Gniezna
- 39 Rozwijamy lekcję
- 39 Przygoda z niemiecką gościnnością
- 40 Znaczący konstytucji
- 40 DACH QUIZ 2016
- 40 My Europejczycy
- 41 Z wizytą w Wenecji Północy
- 41 W pięknej Brytanii
- 42 W świecie absurdu Sławomira Mrożka
- 42 Szczęśliwie na RAMPIE
- 42 Lipcowa półkolonia
- 42 Z wizytą w Staniątkach
- 42 4e na lekcjach w MOA
- 43 Rejs po Mazurach
- 43 Kleks w Gazecie Krakowskiej
- 44 Królewski Piknik Rodzinny w SP Niepołomic
- 44 Najlepszy w Powiatowym Konkursie BRD
- 44 Konkurs pierwszej pomocy na rozpoczęcie Dni Niepołomic
- 45 Powiatowy Konkurs Matematyczny Rachmistrz
- 45 Genetyka w kilku krokach
- 46 MAN wspiera działalność SP w Suchorabie
- 46 Zielona szkoła w Muszynie
- 46 IX Gminny Konkurs Literacko-Plastyczny
- 47 Alfik Humanistyczny i Omnibus 2016
- 47 Wycieczka do stolicy
- 48 VII Festiwal Teatrów w Języku Angielskim
- 48 Zielone przedszkole w Rabce
- 49 VIII Przedszkolny Przegląd Teatralny
- 49 Dzieci dzieciom
- 49 Przedszkolaki w kuchni
- 50 Dobre serduszeko mam
- 50 Piknik Rodzinny w Słonecznej Krainie

- 50 W świecie muzyki
- 51 Jak budowaliśmy ogródek ziołowy w Przedszkolu w Zabierzowie Bocheńskim

### SPORT

- 52 Akademia Karate Tradycyjnego Niepołomic-Kraków
- 54 W pogoni za żubrem za nami
- 54 Krakowskie Spotkania Biegowe
- 55 Leśne porządki z Niepołomic Biegają
- 55 II Strażacki Bieg
- 56 Turniej piłkarski
- 56 6 medali w Leżajsku
- 56 Najlepsi w turnieju miast
- 56 13 medali w Wieliczce
- 57 Puchar Polski dla AKT
- 57 Ogólnopolski Puchar Dzieci w Karate Tradycyjnym Lublin 2016 - szczegółowe wyniki
- 58 Obornili tytuły mistrzów Polski
- 58 Przygoda, trening, zabawa
- 59 Rajd Rowerowy Nowy Targ 2016
- 59 Skrzyszów 2016
- 59 Niezmęczeni Wiarusi
- 59 Rodzinnie na rowery
- 60 Turniej piłki siatkowej
- 60 Turniej siatkówki plażowej

### NOWE TECHNOLOGIE

- 61 Najpopularniejsze gry na smartfony

### ZDROWIE I URODA

- 62 Słoneczny paradoks
- 63 Kleszcze czy należy się ich bać?
- 64 Witaminy a sukces

05 Wyniki oceny projektów do Budżetu Obywatelskiego



24 Bezpiecznie na wakacjach



## GAZETA NIEPOŁOMICKA

[www.niepolomice.eu](http://www.niepolomice.eu)

Pismo należy do Polskiego Stowarzyszenia Prasy Lokalnej.  
Nakład: 5000 egz.

**Wydawca:** Urząd Miasta i Gminy w Niepołomicach  
pl. Zwycięstwa 13, 32-005 Niepołomic

**Adres redakcji:** 32-005 Niepołomic,  
ul. Zamkowa 5, tel. 12 250 94 50, faks 12 250 94 00  
e-mail: joanna.kocot@niepolomice.com  
gazeta.niepolomicka@gmail.com

**Redaktor naczelna:** Joanna Kocot

**Korekta:** Katarzyna Wojtas

**Kolportaż:** UMIG w Niepołomicach, tel. 12 250 94 50

Tekstów niezamówionych redakcja nie zwraca, ponadto zastrzega sobie prawo do skracania artykułów i korespondencji oraz opatrywania ich własnym tytułem.

Za treść ogłoszeń i reklam redakcja nie odpowiada. Kontakt z autorami za pośrednictwem redakcji.

**Skład i druk:** Drukarnia LEYKO Sp. z o.o. w Krakowie  
e-mail: drukarnia@leyko.pl, www.leyko.pl

# Królewskie powitanie

**MAREK BARTOSZEK**  
Referat Promocji i Kultury

## 4 lipca niepołomiczanie hucznie powitali Michała Pazdana, obrońcę Reprezentacji Polski i mieszkańca naszego miasta.

Michał tuż po powrocie z Francji spotkał się na spontanicznie zorganizowanym spotkaniu ze swoimi sąsiadami z Niepołomic. Reprezentant Polski został powitany przez burmistrza Romana Ptaka, który wręczył mu... tarczę, jak na obrońcę kadry i mieszkańca naszego miasta przystało. Zawodnikowi towarzyszyli najbliżsi: syn Marcel, który również otrzymał swoją mniejszą tarczę oraz żona Dominika obdarowana biało-czerwonym bukietem kwiatów. Burmistrz dziękując Michałowi za przybycie i świetną postawę w czasie udanych dla naszej reprezentacji mistrzostw Europy życzył zawodnikowi kolej-

nych sukcesów i awansu na mistrzostwa świata, które za dwa lata odbędą się w Rosji. W zamian za prezenty i podziękowania Reprezentant Polski wręczył burmistrzowi koszulkę meczową ze swoim numerem i specjalną dedykacją.

Podczas spotkania Michała z kibicami na wypełnionym po brzegi dziedzińcu Zamku Królewskiego w Niepołomicach nie obyło się bez nawiązań do rosnącej w ogromnym tempie popularności Michała w Internecie i mediach społecznościowych. *Najbardziej podobał mi się komentarz o tym, dlaczego nie mam znajomych na Facebook'u i odpowiedź, że wszystkich zablokowałem* – żartował piłkarz w czasie krótkiej serii pytań i odpowiedzi. Po wyraźnie wzruszonym zawodniku widać było, że nie spodziewał się takiej skali powitania. Myślałem, że będzie to kameralne spotkanie przy kawie, a liczba osób obecnych na Zamku pokazuje, że cała nasza drużyna (Reprezentacja Polski) osiągnęła ogromny sukces. Dziękuję w imieniu swoim i całej kadry obecnej we Francji.

Kibice mieli również okazję zdobyć oficjalną piłkę mistrzostw z podpisem Pazdana, a by to zro-

bić musieli najgłośniejsz jak tylko potrafią skandować nazwisko swojego bohatera.

Dodatkową atrakcją była obecność... kucharza Reprezentacji Polski, Tomasza Leśniaka. Jak wspominał w czasie krótkiej prezentacji przyjechał odwiedzić Michała, kiedy tylko dowiedział się o planowanym wydarzeniu. Opowiedział również o swojej nowej książce, którą napisał wspólnie z piłkarzami, którzy zdradzili mu swoje kulinarne upodobania. Jak powiedział Michał Pazdan był jednym z najlepiej przygotowanych zawodników.

Na zakończenie Michał przez prawie godzinę rozdawał autografy, pozował do zdjęć i przybijał piątki z kibicami. Wyraźnie zmęczony obiecał, że przygotuje dodatkowy pakiet fotografii ze swoim podpisem i z naszą pomocą przekaże wszystkim tym, którym nie udało się zdobyć podpisu zawodnika.

Wydarzenie, którego inicjatorką była Sylwia Ołowska przerosło najsmielsze oczekiwania organizatorów, a o królewskim powitanium Michała w Niepołomicach usłyszała cała Polska.



# Wmurowanie kamienia węgielnego

**SZYMON URBAN**  
Referat Promocji i Kultury

24 czerwca uroczyście wmurowaliśmy kamień węgielny pod budynek szkoły podstawowej w Niepołomicach, przy ulicy Ples. To historyczna chwila i zarazem najważniejsze przedsięwzięcie bieżącej kadencji.

Investorem jest Miasto i Gmina Niepołomice, podczas uroczystości reprezentowana przez burmistrza Romana Ptaka, a generalnym wykonawcą tej inwestycji jest firma PRO-INVEST S.A., którą reprezentował prezes spółki Arkadiusz Nagięć.

Nowoczesny budynek szkoły będzie składał się z dwóch skrzydeł – każde pomieści po kilka klas lekcyjnych wraz z pomieszczeniami pomocniczymi i towarzyszącymi. Część klasowa oparta będzie na charakterystycznym motywie plastra miodu. Klasy lekcyjne i połączone z nimi korytarze oraz pomieszczenia pomocnicze tworzą

sześcioboczne komórki stanowiące zwartą kompozycję. Przy klasach przewidziane są ogródki, tak by uczniowie mieli zapewniony dostęp do terenów zielonych.

W budynku szkoły znajdzie się sala gimnastyczna z zapleczem, a w części wspólnej – aula szkolna. Ważnym elementem budynku będą dachy pulpitowe. Ich charakterystyczne okapy chronią okna przed nadmiarem słońca, a ściany przed dostępem wody opadowej.

Wykonawca inwestycji – PRO-INVEST S.A. – przywiązuje ogromną wagę do tworzenia najbardziej komfortowych miejsc do pracy i do zamieszkania. Szkoła położona będzie na terenach zielonych, a jej pomieszczenia ulokowane na jednym poziomie będą dobrze doświetlone i wykończone przy użyciu naturalnych materiałów. W inwestycji wykorzystane zostaną ekologiczne rozwiązania i materiały.

Powierzchnia zabudowy to ok. 5060 m kw.







Od samego początku ideą Dni Niepołomic było to, żeby mieszkańcy mogli się spotkać i zaprezentować swoje umiejętności – mówił podczas uroczystości otwarcia XXV Dni Niepołomic burmistrz Roman Ptak. Przewodniczący Rady Miejskiej Marek Ciastoń dodał, że zawsze było w nich dużo entuzjazmu. I w żadnej z tych kwestii nie się nie zmieniło. Zmienił się natomiast termin. Jubileuszowe 25. Dni Niepołomic przenieśliśmy na pierwszy weekend czerwca, bo w maju pogoda bywała kapryśna. I jak się okazało, to była dobra zmiana.

Przez trzy dni naszego święta bawiliśmy się jednocześnie na czterech scenach: na dziedzińcu Zamku Królewskiego, w Parku Miejskim, w Małopolskim Centrum Dźwięku i Słowa oraz na Parkurze. W tym czasie zaprezentowały się setki mieszkańców gminy, odbyło się też kilka zawodów sportowych.



Tradycyjnie nie obyło się też bez występów gwiazd. W piątek, w czasie inauguracji zaśpiewał Zbigniew Wodecki. Dziedziniec był wypełniony po brzegi. W sobotę na parkurze wystąpiła Kasia Popowska i Afromental. Ten koncert przeprowadziliśmy wspólnie z Letnią Sceną Eski. W niedzielę w zamku spotkaliśmy się z Franciszkiem Makuchem.



Tym razem naszymi gośćmi specjalnymi byli przedstawiciele Jawora – miasta partnerskiego Niepołomic, którzy poza występami na scenie przygotowali też dla naszych mieszkańców warsztaty pieczenia chleba i pierników, połączone z degustacją regionalnych potraw.



I choć 25. Dni Niepołomic to już historia, pozostawiły po sobie wiele śladów, nie tylko tych w pamięci. Ponad 27 tysięcy złotych udało się uzyskać ze sprzedaży tegorocznych cegiełek. Środki przeznaczone na wyposażenie gabinetów rehabilitacyjnych Niepołomiczkiego Centrum Medycznego. Dziękujemy wszystkim, którzy kupili cegiełki i tym samym przyczynili się do wspierania szczytnego celu.





## II ZAMKOWE FORUM Kobiet

Zamek Królewski to idealna oprawa dla kobiecości, pewnie dlatego 19 czerwca już po raz drugi zostało tu zorganizowane Zamkowe Forum Kobiet. Trzeba od razu zauważyć, że ta impreza ma szczęście do pogody. Piękne słońce zachęcało niepołomiczan do spacerów, a ich trasa tradycyjnie przebiega przez Zamek Królewski. Nic dziwnego, że tego dnia wiele było tu nie tylko pań, ale też panów i dzieci. Dla wszystkich znalazło się coś miłego i ciekawego, ale to właśnie kobiecość tego dnia była wyjątkowo celebrowana.



Wystawą dzieł sztuki można było nazwać też galerię i pokazy torebek Joanny Kruczek na dziedzińcu, a także w komnatach ekspozycję pięknych instrumentów, wykonanych przez Danutę Pawlikowską – artystkę lutnika.



O trendach w modzie, właściwej pielęgnacji urody, czy włosów, doborze fryzury, właściwym treningu, profilaktyce zdrowotnej, diecie – można było porozmawiać przy pysznej kawie na zamkowym dziedzińcu. Na dziedzińcowej scenie odbywały się pokazy fitness, walk, a tuż obok - przy kręz-gankach - panie z niepołomiczkiej biblioteki prowadziły dla zainteresowanych warsztaty biblioterapeutyczne.

Komnaty zapraszały na niezwykle kobiecą wystawę Maggie Piu. W zamkowych salach odbywały się też wykłady i dyskusje dotyczące rozwoju osobistego, zdrowia, odżywiania i medycyny estetycznej. Udział w nich mógł wziąć każdy. W Angelium – zamkowym SPA – można było uczestniczyć w pokazach nowych i ciekawych zabiegów, a także przyozdobić ręce hennowymi tatuażami.



O każdej pełnej godzinie prowadzący imprezę Mariusz Kuś losował, wśród odwiedzających imprezę pań, niespodzianki przygotowane przez organizatorów. Były to zestawy kosmetyków, a także bony na zabiegi kosmetyczne i fryzjerskie. Atrakcji i emocji na całym forum było dużo, dlatego na zakończenie i ukojenie wystąpił przed niepołomiczankami z kameralnym koncertem Alosza Awdiejew. Kobięcy dzień w zamku skończył się późnym wieczorem.



# Wyniki oceny projektów do Budżetu Obywatelskiego



**PAWEŁ PAWŁOWSKI**  
Fundacja Lepsze Niepołomice

W pierwszym tygodniu lipca zakończyła się ocena projektów do Budżetu Obywatelskiego. Tylko 14 ze 123 zadań nie przeszło pozytywnie weryfikacji. Podobnie jak w ubiegłym roku najwięcej projektów (30) dotyczy budowy i rozbudowy infrastruktury sportowo-rekreacyjnej oraz rozwoju kultury fizycznej. Mieszkańcom zależy na doposażeniu istniejących placów zabaw w urządzeniach dla dzieci i dorosłych (Boryczów, Śródmieście, Chobot, Podłężę, Zakrzo-

wiec), planowane jest również utworzenie naturalnego placu zabaw na Jazach. 27 projektów to działania edukacyjne - zakup wyposażenia dla szkół i pracowni (modelarskiej, krótkofalarskiej), zajęcia pozalekcyjne, wycieczki i warsztaty (zielarskie, kulinarne, piwowarskie, biblioterapia, recykling). Uczniowie Gimnazjum w Niepołomicach ponownie starają się o założenie szkolnego radia. 24 projekty związane są z poprawą bezpieczeństwa - montaż monitoringu, szykan i luster drogowych, zakup sprzętu i wyposażenia dla OSP. Dzięki budżetowi obywatelskiemu jest również szansa na doposażenie domów kultury

(9 projektów) i bibliotek (8 projektów). Planowane są imprezy integracyjne (na Boryczowie, Jazach, Śródmieściu i Zagrodach) oraz zadania mające poprawić estetykę miasta (3 projekty). Nowością w stosunku do ubiegłego roku są projekty prozdrowotne - remont salek rehabilitacyjnych w Niepołomicach oraz zajęcia gimnastyczno-korekcyjne dla mieszkańców Woli Batorskiej.

**O tym, które projekty zostaną zrealizowane w 2017 r., zadecydują mieszkańcy gminy głosując w dniach 11-18 września.**

Lp.	Nazwa zadania	Skrócony opis zadania	Wartość
<b>NIEPOŁOMICIE - BORYCZÓW. KWOTA NA OSIEDLE: 45 834 zł</b>			
1	Zielony ogród-doposażenie i festyn	Zadanie polega na doposażeniu „zielonego ogrodu” w małą architekturę (np. ławki, kosze, itd.), elementy urozmaicające teren np. małe huśtawki, maty ochronne oraz nowe nasadzenia. Szczegółowy plan doposażenia powstanie na wniośnię 2017, gdy będziemy wiedzieć, co się przyjęło, a co nie. Jak w pierwszej edycji, większość prac mają wykonać mieszkańcy osiedla. Drugim elementem wniosku jest organizacja festynu dla mieszkańców osiedla Boryczów.	33 000 zł
2	Osiedle Boryczów-poprawa bezpieczeństwa	Zadanie polega na zamontowaniu „szykan” zwalniających w ciągu ulic Pilotów i Czerwonych Beretów. Instalacje te spowolnią ruch na naszym osiedlu bez negatywnych skutków, które wywołują progi zwalniające. Dodatkowo instalacje mają być wykonywane przez mieszkańców, pomalowane przez dzieci i obsadzone np. rabatami, co poprawi estetykę osiedla.	12 834 zł
3	Zagospodarowanie terenu wokół kapliczki Matki Bożej w Boryczowie	Zagospodarowanie terenu wokół kapliczki Matki Bożej w Boryczowie poprzez wybrukowanie terenu, ustawienie ławek i stojaka na rowery, ogrodzenie kapliczki.	17 300 zł
<b>NIEPOŁOMICIE - JAZY. KWOTA NA OSIEDLE: 92 609 zł</b>			
1	Zastosowanie środków ograniczających ruch na drodze idącej przez osiedle Suszówka - znaki i szykany	Ustawienie znaków ograniczających prędkość i ruch pojazdów na drodze idącej przez Osiedle Suszówka oraz postawienie po obu jej stronach i na środku szykan.	10 000 zł
2	Zagospodarowanie terenu rekreacyjno-sportowego o powierzchni 95 arów	Kontynuacja prac rozpoczętych na tym terenie w ramach zadania budżetu obywatelskiego w 2016 roku, zmierzających do utworzenia obok osiedla PARK EKO terenu sportowo-rekreacyjnego. Projekt ma być realizowany wg sporządzonego w ramach projektu 2016 roku planu wykonawczego. W ramach budżetu obywatelskiego na 2017 rok planowany jest zakup oraz zamontowanie elementów małej architektury oraz zazielenienie terenu.	20 000 zł
3	„Jazzy na Jazach” – Festyn sportowo-rekreacyjny na Jazach	Festyn sportowo-integracyjny dla mieszkańców osiedla Jazy pt. „Jazzy na Jazach”. W ramach festynu odbędą się zawody sportowe, integracyjne, bieg uliczny, koncert muzyczny (niewykluczony jazz), występ kabaretu lub innego wykonawcy. Miejsmem będą okolice Kościoła na Jazach. Termin koniec maja lub początek czerwca 2017.	9 300 zł
4	Słoneczny plac zabaw	Naturalny plac zabaw wg indywidualnego projektu dostosowanego do potrzeb mieszkańców. Ideą jest zastosowanie elementów naturalnych: roślin, drewna, kamieni i piasku. Oprócz urządzeń do zabaw ruchowych znajdują się tam elementy rozwijające twórczą fantazję i uspołecznienie, tj.: wiaderkowy dźwieg, zabawa w sklep, tkanie, granie na instrumentach.	28 000 zł
<b>NIEPOŁOMICIE - PIASKI. KWOTA NA OSIEDLE: 34 818 zł</b>			
1	Mała Architektura- ławki	Montaż nowych ławek na osiedlu Piaski przy skrzyżowaniu ul. Myśliwskiej z ul. Droga Królewska, przy odremontowanej kapliczce oraz stoi ładna odremontowana kapliczka, przy której często zatrzymują się osoby aby odpocząć i westchnąć do Boga. Jest przy niej stara zniszczona ławka, która psuje schludny wygląd otoczenia. Natomiast ławki przy ul. Grzybowej i Droga Królewska będą służyły do odpoczynku starszym osobom idącym do lekarza, kościoła czy na zakupy.	7 000 zł
2	Deptak spacerowy	Deptak ten ma umożliwić bezpieczne i wygodne przejście do ul. Sosnowej oraz ścieżek rekreacyjnych w puszczy dla osób spacerujących z małymi dziećmi oraz osób uprawiających nornic walking, jeżdżących na rowerach i rolkach oraz mieszkańców, którzy często tym skrótem chodzą do sklepu przy ul. Myśliwskiej oraz do rynku.	27 000 zł
3	Niecodzienne warsztaty rodzinne	Warsztaty rodzinne, podczas których każdy członek rodziny będzie mógł spełnić się artystycznie, kulinarnie lub w wielu innych dziedzinach. Każdego miesiąca w niedzielę odbędą się warsztaty, podczas których będzie wiele niespodzianek, atrakcji i wyzwań dla całej rodziny. Będzie wspólne przygotowywanie posiłków i odkrywanie tego jaką moc ma rodzina!	19 500 zł
<b>NIEPOŁOMICIE - PODGRABIE. KWOTA NA OSIEDLE: 26 583 zł</b>			
1	Zakup brakującego umundurowania i sprzętu dla Ochotniczej Straży Pożarnej Niepołomice – Podgrabie	Wniosek dotyczy zakupu brakującego umundurowania i sprzętu dla OSP Niepołomice – Podgrabie.	13 657 zł
2	Doposażenie terenu części rekreacyjno-sportowej przy Szkole Podstawowej nr 3 im. Wł. Puchalskiego w Niepołomicach – Podgrabiu	Zadanie przewiduje doposażenie terenu części rekreacyjno-sportowej przy Szkole Podstawowej nr 3 im. Wł. Puchalskiego w Niepołomicach-Podgrabiu. W ramach projektu planuje się zakup mebli ogrodowych, ławeczek, zewnętrznego stołu do ping ponga, piłek oraz nagłośnienia z mikserem.	12 950 zł
<b>NIEPOŁOMICIE - ŚRÓDMIEŚCIE. KWOTA NA OSIEDLE: 90 428 zł</b>			
1	Slow food - piknik rodzinny pod Kopcem Grunwaldzkim	Projekt polega na organizacji pikniku ze zdrową żywnością pod Kopcem Grunwaldzkim w Niepołomicach. W programie: prezentacje dań przygotowanych przez uczniów niepołomickich szkół, warsztaty wyciskania soków, warsztaty kulinarne, porady dietetyka, konkurs na najlepszy bochenek chleba, zabawy dla dzieci.	8 800 zł

2	Impreza plenerowa rodzinna. Ziolomania z warsztatami i konkursami dla dużych i małych w Osadzie Podegrodzie w Niepołomicach 15 sierpnia 2017	„Ziolomania” impreza plenerowa rodzinna z warsztatami dla dużych i małych. W trakcie której odbędą się otwarte bezpłatne warsztaty, wykłady oraz konkursy. Warsztaty zielarskie z rozpoznawaniem ziół i przypraw, tworzenie zielnika, naturalnych mydełek, nalewek leczniczych i wiele innych.	12 500 zł
3	Pomóżmy pomagać- remont sal rehabilitacyjnych i zakup sprzętu do rehabilitacji osób niepełnosprawnych	Celem jest remont salek rehabilitacyjnych przy Targowej 5 w Niepołomicach i zakup sprzętu do rehabilitacji osób niepełnosprawnych. Rocznie z rehabilitacji korzysta 100 osób niepełnosprawnych. Stan salek jest krytyczny. Największym problemem jest ich zagrzybienie. Sprzęt rehabilitacyjny uległ zużyciu. Środki z Budżetu Obywatelskiego pozwolą na stworzenie godnych warunków do rehabilitacji osobom chorującym.	36 500 zł
4	Modernizacja biblioteki szkolnej wraz z internetowym centrum informacji multimedialnej	Cel projektu - modernizacja biblioteki oraz ICIM, spełniającego wymogi oświaty na miarę XXI w. chcemy dokonać wymiany sprzętu komputerowego na nowy, wysokiej jakości. Zakup nowych mebli pozwoli w pełni wykorzystać przestrzeń biblioteczną, umożliwiając stworzenie strefy dla najmłodszego czytelnika.	60 000 zł
5	Piłkarska świetlica	Piłkarska świetlica to projekt utworzenia w Miejskim Klubie Sportowym Puszcza Niepołomice miejsca, w którym zawodnicy i zawodniczki wszystkich sekcji będą mogli spędzać wolny czas w oczekiwaniu na zajęcia i treningi piłkarskie.	25 000 zł
6	Maskotka stadionowa – Żubr	Maskotka stadionowa Żubra to nowa atrakcja dla kibiców Miejskiego Klubu Sportowego Puszcza Niepołomice. Żubr będzie towarzyszył kibicom, głównie tym najmłodszym (Młodym Żubrom), podczas meczów drużyny seniorów drugoligowej Puszczy Niepołomice. Dodatkowo Maskotka będzie uczestniczyć w życiu klubu i promować popularyzację sportu wśród najmłodszych mieszkańców naszej gminy.	4 500 zł
7	Pracownia elektroniczna dla najmłodszych – Niepołomicki Klub Krótkofalowców	Przygotowanie pracowni elektronicznej dla dzieci i młodzieży – zakup lutownic, przyrządów pomiarowych, płytek oraz zestawów do samodzielnego montażu. Wszystko to pozwoli na wprowadzenie najmłodszych we wsapania świat radiotechniki i rozwinięciem umiejętności budowy własnych układów elektronicznych.	3 900 zł
8	Z głową w chmurach – rozbudowa placu zabaw przy Kopcu Grunwaldzkim	Projekt zakłada rozbudowę placu zabaw przy Kopcu o urządzenia rozwijające kreatywność i wnoszące użytkownikom, w tym tych najmłodszych, ku niebu – m.in. trampoliny, huśtawki (np. bocianie gniazdo), linarium, urządzenia muzyczne, slackline. Postawione zostaną też dodatkowe ławki, kosze na śmieci.	39 800 zł
9	Zakup pozycji literackich z filozofii i ekonomii liberalnej do bibliotek i szkół w gminie	Zakup do bibliotek w Niepołomicach, jej filii oraz bibliotek szkolnych dzieł najwybitniejszych teoretyków myśli politycznej i ekonomicznej.	1 036 zł
10	Wyposażenie nowego samochodu w sprzęt ratowniczy dla potrzeb jednostki Ochotniczej Straży Pożarnej w Niepołomicach	Zakup niezbędnego wyposażenia ratunkowego do nowego samochodu strażackiego NISSAN Navara.	12 445 zł
11	Doposażenie strażaków z jednostki OSP w Niepołomicach w mundury bojowe	Doposażenie strażaków z Jednostki w 6 kompletów mundurów bojowych.	23 082 zł
12	Wózek inwalidzki	Wózek umożliwi osobom niepełnosprawnym poruszanie się na terenie ośrodka oraz uczestniczenie w imprezach wyjazdowych.	2 000 zł
13	Zakup rolet wewnętrznych	Zakup rolet wewnętrznych do jadalni w Środowiskowym Domu Samopomocy w Niepołomicach.	1 000 zł
14	Wycieczka krajoznawcza	Wycieczka krajoznawcza do Szczawnicy dla uczestników zajęć Środowiskowego Domu Samopomocy.	3 500 zł
15	Zakup 3 tablic interaktywnych wraz z oprzyrządowaniem	Zakup pięciu tablic interaktywnych wraz z oprzyrządowaniem do Szkoły Podstawowej im. Króla Kazimierza Wielkiego w Niepołomicach. Tablice interaktywne dzięki nowoczesnej technologii łączy funkcje edukacyjne z zabawą i tym samym stwarza atrakcyjne środowisko pracy.	32 000 zł
16	Stroje meczowe dla małych piłkarzy	W tym projekcie chcielibyśmy wyjść naprzeciw anomalii pogodowym i zakupić stroje meczowe z długimi rękawami dla najmłodszych adeptów piłki nożnej w naszym mieście. Zakup 40 kompletów ułatwiłby chłopcom grę i nie pozwolił na wychłodzenie organizmu nawet przy bardzo złych warunkach atmosferycznych.	5 000 zł
17	Ławki rezerwowych i trybuna dla niepołomickiego Orlika	Projekt „Ławki rezerwowych i trybuna dla niepołomickiego Orlika” to pomysł na stworzenie jeszcze lepszych warunków dla korzystających na co dzień z kompleksu boisk użytkowników, czyli amatorów sportów drużynowych (piłka nożna, siatkówka, koszykówka) oraz indywidualnych (tenis, badminton).	18 000 zł
18	Śladami Tomka Wilmowskiego	Projekt „Śladami Tomka Wilmowskiego” porwie młodzież w niezapomnianą przygodę. Na podstawie kultowych powieści Alfreda Szklarskiego, szóstoklasiści i piątoklasiści będą mogli poszerzyć swoją wiedzę geograficzną i historyczną, a przy tym dobrze się bawić. Uczestnicy poznają moc przygód, których inspiracją są oczywiście książki młodzieżowe.	2 450 zł
19	Remont sali korekcyjnej wraz z jej wyposażeniem	Celem tego zadania jest remont sali korekcyjnej wraz z jej wyposażeniem w budynku szkół im. Ojca Świętego Jana Pawła II w Niepołomicach. Modernizacja Sali ma przyczynić się do większego uczestnictwa młodzieży w zajęciach wychowania fizycznego, a także ma urozmaicić wybór ćwiczeń. Sala nie była remontowana od 20 lat.	39 725 zł
20	Wyjazd grupy multimedialnej MOA na całkowite zaćmienie słońca w USA w sierpniu 2017 r.	21 sierpnia 2017 r. przez terytorium Stanów Zjednoczonych będzie przebiegać pas całkowitego zaćmienia słońca. Grupa multimedialna, pod kierunkiem nauczyciela Janusza Jagły, przygotowuje się w czasie zajęć w MOA do tego wydarzenia od wielu miesięcy. Wyjazd da młodzieży szansę zobaczyć, sfotografować i sfilmować to zjawisko. Całkowite zaćmienie Słońca to piękne i rzadkie zjawisko astronomiczne i nieprędko pojawi się okazja do jego kolejnej obserwacji.	20 000 zł
21	Budowa siłowni zewnętrznej przy ul. 3 Maja w Niepołomicach	Montaż urządzeń do ćwiczeń dla osób dorosłych na działce pomiędzy placem zabaw a stawem, ul. 3 Maja w Niepołomicach.	35 000 zł
22	Nowoczesna kuchnia dla przedszkolaków	Projekt ma na celu modernizację i unowocześnienie wyposażenia kuchni przedszkolnej w Samorządowym Przedszkolu nr 1 w Niepołomicach tak, aby spełniała standardy wyznaczone nowoczesnym kuchniom w przedszkolach. Projekt przewiduje zakup i montaż następującego sprzętu AGD: urządzenie typu Thermomix, piec konwekcyjno-parowy, maszyna do obierania warzyw, robot planetarny oraz nowoczesne patelnie i noże elektryczne. Zakup i montaż tych urządzeń umożliwi większe zróżnicowanie jakości i wartości wydawanych posiłków (nowoczesna technologia) oraz podniesie jakość pracy personelu.	34 500 zł
23	Szkolne radio	Projekt zaproponowany przez uczniów i przeznaczony dla uczniów Gimnazjum w Niepołomicach. Pozwoli na kształcenie umiejętności medialnych. Rozbudzi pasję, która uczy kreatywności, współpracy oraz samodzielności, ponieważ to gimnazjaliści będą prezenterami audycji promujących pozytywne inicjatywy, zachowania, postawy.	17 400 zł
24	Ucz się, baw i programuj – szkolny zestaw robotyczny	Wdrożenie zajęć pozaszkolnych wykorzystujących nowe technologie ze szczególnym uwzględnieniem mechatroniki czyli mechaniki, elektroniki, informatyki, automatyki i robotyki. Zajęcia dla uczniów szkół podstawowych, gimnazjów i szkół średnich polegałyby na budowaniu i programowaniu robotów wykonujących zaplanowane działania.	3 500 zł
<b>NIEPOŁOMICE - ZAGRODY. KWOTA NA OSIEDLE: 64 785 zł</b>			
1	Montaż lustra drogowego i tablicy informacyjnej przy ul. Skarbowej	Montaż lustra drogowego w celu zwiększenia bezpieczeństwa kierowców wyjeżdżających z ul. Skarbowej na ul. Portową. Montaż tablicy informacyjnej w celu ograniczenia ruchu pojazdów ciężarowych na ul. Skarbowej.	1 500 zł



2	Wycieczka integracyjna dla dzieci (do lat 16)	Wycieczka integracyjna dla dzieci (do lat 16) zamieszkałych na terenie osiedla Zagrody.	12 957 zł
<b>NIEPOŁOMICE - ZAKOŚCIELE. KWOTA NA OSIEDLE: 79 336 zł</b>			
1	„Być kobietą, być kobietą” - program biblioterapeutyczny dla kobiet z gminy Niepołomice połączony z szeroko rozbudowanymi warsztatami rękodzieła artystycznego.	Program biblioterapeutyczny dla kobiet z naszej Gminy połączony z szeroko rozbudowanymi warsztatami rękodzieła artystycznego dla pań. Objęcie on decoupage, szycie na maszynie a także rzeźbę z tkaniny utwardzanej specjalnymi preparatami do tkanin naturalnych (III edycja) Zakończony zostanie wernisażem z wystawą prac uczestniczek.	3 570 zł
2	Warzenie w męskim gronie-warsztaty piwowarskie dla niepołomiczan	Zadanie polega na przeprowadzeniu cyklu warsztatów piwowarskich, których uczestnikami będzie 20 mężczyzn zamieszkujących Miasto i Gminę Niepołomice. W planie przewidziano wprowadzenie uczestników w historię piwowarstwa, zapoznanie z różnymi gatunkami i odmianami piwa, kurs sensoryczny i naukę procesu warzenia piwa.	7 000 zł
3	Oświetlenie parkingu na tyłach basenu w Niepołomicach przy ul. Korczaka 5	Oświetlenie parkingu na tyłach krytej pływalni w Niepołomicach przy ul. Korczaka. Instalacja dwóch lamp przyczyni się do poprawy bezpieczeństwa zarówno pieszych jak i pozostawionych na parkingu samochodów. Oświetlenie wjazdu na teren zabudowy szeregowej poprawi również bezpieczeństwo mieszkańców.	6 500 zł
4	Rozbudowa infrastruktury Ośrodka Harcerskiego	Projekt „Rozbudowa infrastruktury Ośrodka Harcerskiego” obejmuje wyposażenie harcerskiej wiaty biwakowej w piec do pieczenia i grillowania, stoły do przygotowania posiłków, wyłożenie wnętrza wiaty kostką brukową oraz montaż stojaka na 10 rowerów. Zadanie przewiduje również nową aranżację dużej izby harcerskiej, w tym remont podłogi, wydzielenie izby ruchowej poprzez montaż mobilnej ściany oraz instalację daszków nad drzwiami wejściowe w obu harcówkach. Realizacja zadania poprawi bezpieczeństwo harcerki i harcerzy w czasie zbiórek oraz uatrakcyjni działania metodyczne.	51 200 zł
5	Zakup lektur	Biblioteka Publiczna w Niepołomicach pragnie przeznaczyć 2000 zł na zakup książek, które są polecane przez nauczycieli jako obowiązkowe, ale niestety nie ma ich w podstawowym kanonie lektur. Często tych pozycji jest bardzo mało w bibliotece lub są pojedyncze egzemplarze. Taki zakup na pewno będzie pomocny dzieciom oraz ich rodzicom.	2 000 zł
6	Zacytana mama	Projekt „Zacytana mama” skierowany jest do wszystkich Mam, które spędzają czas na urlopie macierzyńskim, a oprócz swojego malarstwa kochają również książki. Projekt oferuje cztery spotkania prowadzone przez specjalistów. Podczas tych niecodziennych spotkań Mamy dowiedzą się, jak ważną rolę w rozwoju maluszka odgrywają książki zabawki, jak wykonać bezpieczny masaż u niemowlaka oraz jak go zdrowo odżywiać.	1 850 zł
7	Zakup nowości wydawniczych dla biblioteki publicznej w Niepołomicach	Zakup 30-40 książek (nowości wydawniczych) dla Biblioteki.	2 000 zł
8	Sensoplastyka – zajęcia rozwojowe dla dzieci do 3 roku życia	Głównym działaniem ma być odbycie trzech cykli zajęć dla dzieci, każdy cykl składa się z 5 warsztatów, w których będą brać udział najmłodszy mieszkańcy Niepołomic – dzieci do 36 miesiąca życia.	5 750 zł
<b>CHOBOT. KWOTA NA SOŁECTWO: 12 370 zł</b>			
1	Wyposażenie placu przy Domu Kultury w Chobocie w akcesoria „Siłowni Plenerowej”	Zakup i montaż elementów siłowni zewnętrznej na placu zabaw, przy Domu Kultury w Chobocie.	8 217 zł
2	Zakup stołu do tenisa stołowego dla Domu Kultury w Chobocie	Zakup stołu składanego do tenisa stołowego pozwoli rozszerzyć ofertę placówki kierowaną do młodzieży i osób dorosłych zainteresowanych takimi działaniami. Istnieje zainteresowanie młodych osób takim spędzaniem czasu wolnego. W Chobocie nie ma innego podmiotu realizującego zadania z zakresu sportu i rekreacji.	1 450 zł
3	Zakup gitary basowej wraz ze wzmacniaczem dla Domu Kultury w Chobocie	Zakup gitary basowej ze wzmacniaczem pozwoli wzbogacić brzmienie zespołu „Chobot Blues Band” działającego w Domu Kultury w Chobocie oraz umożliwi rozszerzenie oferty Domu Kultury o naukę gry na tym instrumencie. Istnieje zainteresowanie młodych oraz starszych osób takim spędzaniem czasu wolnego. W Chobocie nie ma innego podmiotu realizującego zadania z zakresu nauki gry na gitarze i na gitarze basowej.	2 710 zł
<b>OCHMANÓW. KWOTA NA SOŁECTWO: 24 741 zł</b>			
1	Wykonanie ogrodzenia terenu boiska sportowego wraz z siedzibą oraz placu zabaw (działki nr 226/1, 227/2)	Wykonanie pełnego ogrodzenia boiska sportowego oraz placu zabaw w Ochmanowie. Montaż paneli ogrodzeniowych wraz z bramkami (furtkami) wyjściowymi wzdłuż boiska sportowego oraz montaż paneli ogrodzeniowych wzdłuż placu zabaw.	19 689 zł
2	Zakup nagłośnienia przenośnego dla Klubu Sportowego „Naprzód” Ochmanów i Grupy Kaczeńce	Zakup nagłośnienia przenośnego, które może nagłośnić dużą salę, boisko sportowe oraz plac zabaw.	9 534 zł
3	Monitoring zewnętrzny placu zabaw terenu boiska sportowego oraz obiektów	Montaż monitoringu (4 kamery, rejestrator nagrania, czujniki ruchu, halogeny) poprawi bezpieczeństwo na obiekcie.	8 500 zł
<b>PODLĘŻE. KWOTA NA SOŁECTWO: 82 081 zł</b>			
1	Spotkanie z literaturą-mistrzowie pióra w Bibliotece Publicznej w Podłężu	Spotkania z literaturą-mistrzowie pióra w bibliotece Publicznej w Podłężu. Chcemy zaproponować młodym czytelnikom udział w wyjątkowych spotkaniach autorskich. Naszymi gośćmi będą popularni autorzy książek dziecięcych i młodzieżowych. To będzie świetna okazja do poznania prawdziwych pisarzy.	2 000 zł
2	Kufer pełen książek na 50-lecie Biblioteki Publicznej w Podłężu. Zakup nowości wydawniczych	Kufer pełen książek na 50-lecie Biblioteki Publicznej w Podłężu. Zakup nowości wydawniczych w celu poszerzenia oferty księgozbioru. Czytelnicy decydować będą o zakupie książek.	4 000 zł
3	Podłęskie miejsca rekreacji. Wyposażenie ogródka przedszkolnego dla dzieci, siłownia zewnętrzna dla mamy i taty.	Aby zapewnić dzieciom komfort i bezpieczeństwo na placu zabaw należy doposażyć go w zadaszenie nad piaskownicą, przeprowadzić konserwację elementów drewnianych urządzeń ogrodowych oraz położyć bezpieczną nawierzchnię z mat przerosowych. Natomiast siłownia zewnętrzna umiejscowiona zostanie przy placu zabaw na terenie kompleksu sportowego KS Piłkarz Podłęże, obok Orlika w części ogólnodostępnej. Stanowić będzie uzupełnienie oferty rekreacji o urządzenia do ćwiczeń dla osób w każdym wieku.	42 300 zł
4	Założenie piłkochwytyń oraz bramek na istniejącym boisku przyszkolnym	Wykonanie piłkochwytyń oraz zakup i montaż bramek do piłki ręcznej, wysięgników do piłki koszykowej oraz słupków wraz z siatką do piłki siatkowej.	42 406 zł
5	Zakup aparatów ochrony układu oddechowego dla Ochotniczej Straży Pożarnej w Podłężu	Zakup 4 kompletów aparatów ochrony układu oddechowego dla Ochotniczej Straży Pożarnej w Podłężu wraz z maskami i sygnalizatorami bezruchu.	23 000 zł
6	Konserwacja elementów drewnianych częściowego zadaszenia tarasu (podbiciówka) w Samorządowym Przedszkolu im. Św. Kingi w Podłężu	Zadanie dotyczy konserwacji częściowego zadaszenia tarasu budynku przedszkola od strony północnej.	3 500 zł

7	Zajęcia rytmiczne dla dzieci z Samorządowego Przedszkola im. Św. Kingi w Podłężu	Zajęcia rytmiczne obejmują wszystkie grupy przedszkolne. Odbywać się będą raz w tygodniu od października do czerwca.	8 000 zł
8	Instalacja klimatyzacji w korytarzu i holu na pierwszym piętrze budynku Samorządowego Przedszkola im. Św. Kingi w Podłężu w celu zapewnienia dzieciom jak najlepszych warunków pobytu (nauki, zabawy, dpczynku).	Montaż instalacji klimatyzacji obejmuje górny korytarz i hol na pierwszym piętrze budynku przedszkola w celu poprawy warunków zabawy, nauki i odpoczynku.	11 600 zł
9	Zakup radiotelefonów nasobnych Motorola DP2400 dla Ochotniczej Straży Pożarnej w Podłężu	Zakup 2 szt. Radiotelefonów nasobnych Motorola DP2400 dla Ochotniczej Straży Pożarnej w Podłężu.	5 000 zł
<b>SŁOMIRÓG. KWOTA NA SOŁECTWO: 19 590 zł</b>			
1	Zakup krzeseł dla Domu Kultury w Słomirogu	Zakup nowych krzeseł poprawi bezpieczeństwo uczestników zajęć i imprez organizowanych w Domu Kultury. Zakupionych zostanie 75-80 szt. Krzesła wyścielanych na stelażu chromowanym, a ostateczna ilość zależna będzie od aktualnych cen wahających się od 75-90 zł.	6 000 zł
2	Zakup czterech kompletów ubrań specjalnych bojowych UPS wraz z butami gumowymi bojowymi	Zakup czterech kompletów ubrań specjalnych bojowych UPS wraz z butami bojowymi dla członków OSP w Słomirogu, które będą służyły podczas różnych akcji gaśniczych, ratowniczych itp.	7 000 zł
3	Doposażenie „LKS” Tęcza Słomiróg w sprzęt sportowy i modernizacja obiektu sportowego	Celem projektu jest zakup sprzętu ułatwiającego funkcjonowanie „LKS” Tęcza Słomiróg oraz modernizacja obiektu, z którego korzysta klub. Dzięki tym działaniom znacznie poprawi się możliwość aktywnego spędzania wolnego czasu oraz rekreacji dla mieszkańców Słomirogu i okolicznych miejscowości.	15 500 zł
<b>STANIĄTKI. KWOTA NA SOŁECTWO: 99 151 zł</b>			
1	Poduszki niskociśnieniowe do ratownictwa technicznego	Poduszki niskociśnieniowe wysokiego podnoszenia do ratownictwa technicznego.	19 830 zł
2	Umundurowanie Strażaka do akcji ratowniczo-gaśniczych ze Staniątek	Umundurowanie Strażaka do akcji ratowniczo-gaśniczych ze Staniątek.	18 500 zł
3	Warsztaty dla dzieci ze staniąteckich rodzin pt. „Ciekawy recykling - artystyczne uzdrawianie pustego szkła itp.”	Ciekawy recykling-artystyczny uzdrawianie pustego szkła itp. To warsztaty przeznaczone dla dzieci w wieku od 5-15 lat. Mają one na celu edukację ekologiczną oraz artystyczną wśród dzieci. Mają również na celu uwarżliwianie najmłodszych na problemy związane z ekologią, alkoholizmem oraz usprawnianie manualne dzieci.	2 000 zł
4	Sportowe Staniątki	Projekt obejmuje wykonanie bieżni do skoku w dal, zakup i montaż stojaków na rowery, modernizację otoczenia boiska sportowego.	19 830 zł
5	Nowe Boisko Szkolne	Projekt obejmuje zaprojektowanie i zmodernizowanie boiska szkolnego przy Szkole Podstawowej w Staniątkach. Wykonanie nawierzchni poliuretanowej sztucznej, zwiększającej bezpieczeństwo. Zakup piłkochwytyw, bramek i koszy do koszykówki.	79 320 zł
<b>SUCHORABA. KWOTA NA SOŁECTWO: 11 919 zł</b>			
1	Zakup sprzętu komputerowego i programów multimedialnych dla Szkoły Podstawowej w Suchorabie	Projekt zaproponowany przez uczniów i przeznaczony dla uczniów Szkoły Podstawowej w Suchorabie. Pozwoli na kształcenie umiejętności komputerowych, informacyjno-komunikacyjnych i medialnych. Rozbudzi pasję i pozwoli uczynić zajęcia ciekawszymi i bardziej dostosować je do potrzeb i możliwości ucznia. Zakupiony sprzęt i programy multimedialne będą wykorzystywane na lekcjach, spotkaniach pozalekcyjnych i wspomagających oraz podczas zajęć świetlicowych. Dodatkowo, wzbogaci bazę dydaktyczną oraz wyposażenie szkoły.	9 535 zł
2	Zakup sprzętu sportowego dla Szkoły Podstawowej w Suchorabie	Projekt zaproponowany przez uczniów i przeznaczony dla uczniów Szkoły Podstawowej w Suchorabie. Zakupiony sprzęt uatrakcyjni i pomoże zróżnicować zajęcia wychowania fizycznego oraz wszelkie zajęcia pozalekcyjne bazujące na rozwijaniu kondycji fizycznej i koordynacji ruchowej. Dodatkowo pozwoli dostosować lekcje do potrzeb i możliwości ucznia oraz wzbogaci bazę dydaktyczną oraz wyposażenie szkoły.	2 384 zł
<b>WOLA BATORSKA. KWOTA NA SOŁECTWO: 111 522 zł</b>			
1	Budowa podestu scenicznego w Domu Kultury w Woli Batorskiej	Wykonanie podestu scenicznego na wymiar w dużej sali Domu Kultury w Woli Batorskiej - 6mx2,5m o wysokości 50cm wraz ze schodkiem. Zakupienie oświetlenia ledowego scenicznego- w komplecie 4 kolory + sterowniki. Realizacja zadania zdecydowanie poprawi warunki organizacji imprez w Domu Kultury, a przede wszystkim widoczność akcji scenicznej ze strony publiczności.	6 200 zł
2	Szczęśliwy przedszkolak to aktywny przedszkolak	Modernizacja nawierzchni w ogrodzie przedszkolnym tak, by stworzyć przyjazną dzieciom trasę rowerową z bezpiecznego podłoża oraz utworzenie nowej, zadaszonej piaskownicy, która również będzie pełnił funkcję sceny dla dzieci, przy przedszkolu w Woli Batorskiej. Realizacja zadania przyczyni się do poprawy warunków edukacji i bezpieczeństwa dzieci podczas zabaw na świeżym powietrzu.	32 620 zł
3	Zakup sprzętu sportowego dla KS „Batory” Wola Batorska	Projekt wzmocni bazę treningową poprzez zakup: przenośnych aluminiowych bramek, siatek bramkarskich i piłkołapaczy, piłek, pozostałego sprzętu treningowego oraz siłowni.	20 000 zł
4	Modernizacja nawierzchni Sali gimnastycznej w Szkole Podstawowej w Woli Batorskiej	Modernizacja nawierzchni Sali gimnastycznej w szkole podstawowej w Woli Batorskiej obejmująca usunięcie zużytej nawierzchni wykonanie nowego podłoża z ociepleniem i izolacją, założenie nowej kompletnej nawierzchni typu „tarkett”.	78 584 zł
5	Dla naszego bezpieczeństwa- budowa pomieszczenia garażowego na sprzęt przeciwpowodziowy	Celem projektu jest budowa budynku do magazynowania sprzętu przeciwpowodziowego. Ze względu na zagrożenie podtopieniami i powodzią jakie występuje w Woli Batorskiej podczas obfitych opadów deszczu posiadanie na terenie jednostki takiego magazynu ze sprzętem jest niezbędne w celu zapewnienia skutecznej i natychmiastowej pomocy mieszkańcom.	46 000 zł
6	Zdrowy kręgosłup	Zajęcia gimnastyczno-korekcyjne dla mieszkańców Woli Batorskiej prowadzone przez fizjoterapeutkę przez 38 tygodni (1h/tyg.) prezentowane będą zestawy ćwiczeń wzmacniające mięśnie kręgosłupa.	7 750 zł
7	Zakup pontonu z silnikiem zaburtowym w celu doposażenia koła wędkarskiego w Gimnazjum w Woli Batorskiej	Zakup pontonu wędkarskiego wraz z silnikiem elektrycznym w celu doposażenia koła wędkarskiego El-Dorado działającego w Gimnazjum Społecznym im. Lady Sue Ryder w Woli Batorskiej.	2 700 zł
8	Montaż masztu flagowego na terenie Gimnazjum im. Lady Sue Ryder w Woli Batorskiej	Zakup i montaż masztu flagowego z włókna szklanego wysokości 12 metrów na terenie Gimnazjum Społecznego im. Lady Sue Ryder w Woli Batorskiej.	3 800 zł
9	Zakup tablicy wyników dla KS Batory	Zakup tablicy wyników sportowych oraz jej montaż na budynku KS Batory. Tablica wyświetlać będzie aktualny wynik oraz minutę meczu. Będzie przydatna podczas meczów ligowych oraz spotkań towarzyskich, organizowanych w ramach innych wydarzeń kulturalnych na terenie miejscowości. Inwestycja ma na celu poprawę komfortu obserwacji widowiska.	3 900 zł



10	Wyświetlacz multimedialny	Zadanie polega na zakupie dla miejscowości Wola Batorska zestawu multimedialnego do wyświetlania pieśni (religijnych, patriotycznych itp.) prezentacji czy filmów. Wyraźny, dobrze widoczny wyświetlacz (telewizor LCD) ułatwi wszystkim mieszkańcom udział w wydarzeniach religijnych i kulturalnych.	12 000 zł
11	„Chciałbym przeczytać...”	Zadanie polega na zakupie książek do Filii Biblioteki w Woli Batorskiej. Tytuły książek w drodze głosowania wybrane przez mieszkańców.	1 500 zł
12	„Mam trzy latka, trzy i pół...”	Zadanie polega na zakupie książek do Filii Biblioteki w Woli Batorskiej kierowanych do najmłodszych czytelników w wieku przedszkolnym.	1 500 zł
13	„Rozwój z pasją” – oferta zajęć z języka angielskiego „Summer Camp” w okresie wakacyjnym, połączona z rozbudową bazy informacyjnej i komunikacyjnej w Gimnazjum w Woli Batorskiej.	Realizacja zajęć dodatkowych z języka angielskiego dla dzieci i młodzieży z terenu gminy Niepołomice w okresie przerwy wakacyjnej 2017 r. i zakup 10 laptopów do sali informatycznej ze szczególnym przeznaczeniem do nauki języków obcych on-line oraz usprawnienie komunikacji wewnętrznej poprzez zakup i montaż radiowęzła szkolnego.	42 200 zł
<b>WOLA ZABIERZOWSKA. KWOTA NA SOŁECTWO: 47 677 zł</b>			
1	Zakup strojów i sprzętu sportowego dla Klubu Sportowego „Dąb” i zawodników z Woli Zabierzowskiej	Realizacja projektu ma na celu wyposażenie zawodniczek i zawodników Klubu Sportowego „Dąb” Zabierzów Bocheński w stroje sportowe i sprzęt umożliwiający prowadzenie zajęć sportowych.	7 677 zł
2	Zakup i montaż segmentowych bram garażowych w remizie OSP Wola Zabierzowska	Zadanie polega na zakupie i montażu segmentowych bram podnoszonych w garażach OSP Wola Zabierzowska. Pozwoli to na skrócenie czasu wyjazdu do zdarzeń oraz dostosowanie budynku remizy do panujących standardów.	12 000 zł
3	Zakup umundurowania bojowego dla OSP Wola Zabierzowska	Zadanie polega na zakupie dla OSP Wola Zabierzowska 3 kompletów ubrań bojowych składających się z kurtki i spodni. Ubrania te są niezbędne do podjęcia działań ratowniczo-gaśniczych. Zapewniają one bezpieczeństwo strażakowi oraz chronią go przed wysoką temperaturą, ogniem i innymi niebezpiecznymi czynnikami.	5 300 zł
4	Nowoczesna szkoła = multimedialna szkoła	Planowana jest modernizacja sieci komputerowej oraz zakup sprzętu audiowizualnego. Ciągły postęp cywilizacji nakłada na nas konkretne wymagania, aby im sprostać musimy kształtować mądrych ludzi, a to jest możliwe tylko wtedy, gdy posiada się odpowiednią bazę.	15 000 zł
5	Zakup i montaż piłkochwytu na boisku sportowym przy Domu Kultury w Woli Zabierzowskiej	Montaż piłkochwytu na boisku sportowym przy Domu Kultury w Woli Zabierzowskiej. Założenie piłkochwytu to poprawa bezpieczeństwa uczestników placu sportowego, a także bezpieczeństwo osób znajdujących się poza terenem boiska.	3 900 zł
6	Stroje dla Kapeli Ludowej „Wolanie” z Woli Zabierzowskiej	Zakup strojów ludowych dla Kapeli Ludowej „Wolanie”. Kompletny strój odpowiedni dla danego rejonu folklorystycznego to poprawa wizerunku samej Kapeli, a także miejscowości oraz rejonu, który reprezentuje.	11 419 zł
<b>ZABIERZÓW BOCHEŃSKI. KWOTA NA SOŁECTWO: 63 770 zł</b>			
1	Zakup pompy szlamowej dla potrzeb Ochotniczej Straży Pożarnej w Zabierzowie Bocheńskim	Zakup dużej pompy szlamowej typu PH 2400 wraz z niezbędnym osprzętem.	15 000 zł
2	Warsztaty ziołowe dla przedszkolaków w Przedszkolu Samorządowym w Zespole Szkół z Oddziałami Integracyjnymi w Zabierzowie Bocheńskim	Warsztaty ziołowe dla przedszkolaków, podczas których nauczą się rozpoznawać zioła i przyprawy za pomocą zmysłów: smaku, zapachu i dotyku. Dzieci wykonają również własne woreczki zapachowe oraz zielniki.	3 000 zł
3	Zakup wyposażenia dla pracowni modeli latających w Zabierzowie Bocheńskim	Zakup najpotrzebniejszych narzędzi niezbędnych do prowadzenia zajęć w pracowni modeli latających w Domu Kultury w Zabierzowie Bocheńskim.	1 270 zł
4	Wyposażenie Domu Kultury w rzutnik-projektor	Wyposażenie Domu Kultury w rzutnik do prezentacji obrazu na dużym ekranie. Wzbogaci sposób prowadzenia zajęć, pomoże w przygotowaniu atrakcyjnych spotkań tematycznych. Przy pomocy rzutnika i podłączonej kamery można przeprowadzać przekaz bezpośredni obrazu np. wykonać animacje piaskowe, rysunki, prace praktyczne, rękodzielnicze.	1 500 zł
5	Dobra Edukacja - szansą na przyszłość	Wyposażenie Szkoły Podstawowej i Niepublicznego Gimnazjum w Zabierzowie Bocheńskim w nowoczesny sprzęt audiowizualny poprawi jakość prowadzonych lekcji oraz zajęć poza lekcyjnych. Nowoczesne podejście do nauki poprawi szanse edukacyjne naszych dzieci i sprawi, że lekcje będą niezwykle interesujące.	21 000 zł
6	Modernizacja oświetlenia boiska Klubu Sportowego Dąb Zabierzów Bocheński	Realizacja projektu ma na celu zmodernizowanie systemu oświetlenia boiska na którym trenują zawodnicy Klubu Sportowego Dąb co spowoduje podniesienie komfortu prowadzenia zajęć i wyeliminuje konieczność rezygnacji z prowadzenia zajęć lub skracanie treningów z uwagi na wcześniej zapadający zmrok w miesiącach wiosennych i jesiennych.	24 998 zł
<b>ZAGÓRZE. KWOTA NA SOŁECTWO: 28 275 zł</b>			
1	Zakup czterech zestawów aparatów ochrony dróg oddechowych wraz z sygnalizatorami bezruchu i sprzętem pomocniczym dla Ochotniczej Straży Pożarnej w Zagórzcu	Poprawa bezpieczeństwa mieszkańców Zagórzca poprzez doposażenie jednostki Ochotniczej Straży Pożarnej w Zagórzcu w cztery zestawy aparatów ochrony dróg oddechowych wraz z sygnalizatorami bezruchu i sprzętem pomocniczym. Posiadanie takiego sprzętu pozwoli strażakom- ratownikom skutecznie prowadzić działania ratownicze.	22 620 zł
2	Zakup czterech laptopów do pracowni komputerowej Szkoły Podstawowej w Zagórzcu	Zakup czterech laptopów.	2 850 zł
3	Zakup elementów strojów krakowskich dla Zespołu Pieśni i Tańca Mali Zagórzanie dla Domu Kultury w Zagórzcu	Zakup elementów krakowskich strojów ludowych dla dzieci tańczących w Zespole Pieśni i Tańca Mali Zagórzanie w Domu Kultury w Zagórzcu. Użycie kaftanów krakowskich, bluzek i koszul poprawi wizerunek sceniczny dziecięcego zespołu folklorystycznego.	2 800 zł
<b>ZAKRZOWIEC. KWOTA NA SOŁECTWO: 21 319 zł</b>			
1	Monitoring Domu Kultury w Zakrzowcu	Założenie monitoringu dla Domu Kultury w Zakrzowcu oraz przyległego do niego terenu, na którym znajduje się plac zabaw oraz boisko do siatkówki. Zakłada się założenie 4-5 kamer na Domu Kultury rejestrujących ewentualne dewastacje elewacji budynku oraz zdarzenia wokół niego.	6 200 zł
2	Modernizacja placu zabaw przy Domu Kultury w Zakrzowcu	Wymiana urządzeń na placu zabaw przy Domu Kultury w Zakrzowcu. Zainstalowanie nowych ławek, drewnianego placu zabaw oraz sprzętynowca.	14 820 zł
3	Zakup samochodu dla OSP Zakrzowiec	Zakup samochodu dla OSP Zakrzowiec.	17 000 zł

ZAKRZÓW. KWOTA NA SOŁECTWO: 43 165 zł			
1	Potrąfię pływaka – zajęcia nauki pływania dla uczniów Szkoły Podstawowej w Zakrzowie	Zadanie polega na organizacji lekcji pływania na krytej pływalni w Niepołomicach w ramach zajęć pozalekcyjnych dla uczniów Szkoły Podstawowej w Zakrzowie. Zajęcia mają wyposażyć dzieci w umiejętność pływania, ich rozwój psychofizyczny, korygować wady postawy i im zapobiegać. Celem tych zajęć jest także wpojenie nawyku aktywnego spędzania czasu.	8 012 zł
2	Łączy nas sport	Projekt zakłada zakup niezbędnych sprzętów dla klubu sportowego Iskra Zakrzów oraz siłowni zewnętrznej z której korzystać będą zarówno zawodnicy klubu sportowego jak i mieszkańcy Zakrzowa oraz osoby odwiedzające naszą miejscowość.	30 840 zł
3	Zakup aparatów ochrony dróg oddechowych OSP Zakrzów	Zakup dwóch zestawów aparatów ochrony dróg oddechowych dla Ochotniczej Straży Pożarnej w Zakrzowie. Dzięki zakupowi aparatów strażacy będą mogli prowadzić działania gaśnicze wewnątrz budynków oraz wykonać bezpieczną ewakuację znajdujących się wewnątrz osób. Obecnie jednostka nie dysponuje takim sprzętem.	11 500 zł
4	Wyposażenie świetlicy i czytelnicy w Szkole Podstawowej w Zakrzowie	Zadanie polega na zakupie mebli i sprzętu do prowadzenia zajęć opiekuńczo-wychowawczych w ramach czytelnicy i świetlicy w pomieszczeniu adoptowanym na poddaszu budynku szkoły w Zakrzowie.	10 000 zł
5	Doposażenie zespołów tanecznych (mażorettek i baletu) funkcjonujących przy Domu Kultury w Zakrzowie.	Dofinansowanie 70% ceny warsztatów baletowych dla 50 dziewczynek, członków zespołu Niepołomickich Mażorettek. Zakup nowych elementów strojów tanecznych.	11 292 zł
6	Monitoring terenu Szkoły Podstawowej w Zakrzowie	Założenie monitoringu dla Szkoły Podstawowej w Zakrzowie oraz przyległego do niej terenu, na którym znajduje się plac zabaw oraz dwa boiska. Zakłada założenie kilku kamer na szkole rejestrujących ewentualne dewastacje elewacji budynku i przyległego do niej terenu oraz placu zabaw.	6 500 zł
7	Doposażenie kuchni w Domu Kultury w Zakrzowie dla Koła Gospodyń Wiejskich	Zadanie polega na uzupełnieniu wyposażenia kuchni w Domu Kultury w Zakrzowie o nowy sprzęt AGD.	1 650 zł

Opisy autorów projektów.

## ZAJĘCIA SZACHOWE W RAMACH BUDŻETU OBYWATELSKIEGO

**ALICJA WŁODARCZYK**

nauczyciel j. polskiego w Gimnazjum w Woli Batorskiej

W czerwcu rozpoczęły się zajęcia szachowe w Gimnazjum Społecznym im. Lady Sue Ryder w Woli Batorskiej. Zakup 15 profesjonalnych zestawów szachowych wraz z zegarami został sfinansowany w ramach Budżetu Obywatelskiego Niepołomice 2015 r.

W kole szachowym, prowadzonym przez Pana Marcina Słoczyńskiego, pomysłodawcę projektu, uczestniczą uczniowie gimnazjum. Od września 2016 planowane jest również uruchomienie sekcji dla uczniów szkół podstawowych z terenu gminy Niepołomice. Zajęcia adresowane są dla dzieci i młodzieży chcących nauczyć się grać w szachy, początkującej i zaawansowanej w tej królewskiej grze – warunkiem uczestnictwa jest chęć dobrej zabawy i rozwoju logicznego myślenia. Zajęcia są bezpłatne.

Spotkanie organizacyjne dla zainteresowanych dzieci wraz z rodzicami odbędzie się w czwartek 30 czerwca o godz. 18:00 w Gimnazjum w Woli Batorskiej.



## KSIĄŻKI Z BUDŻETU OBYWATELSKIEGO JUŻ DLA CZYTELNIKÓW

**MARTA PIOTROWSKA**

Biblioteka Publiczna w Niepołomicach

Niepołomiczanie postrzegają bibliotekę jako bardzo ważną i potrzebną instytucję w naszym mieście. Przynajmniej ci, którzy wzięli udział w głosowaniu o przydzielenie środków z Budżetu Obywatelskiego na projekt dotyczący zakupu nowości wydawniczych do niepołomiczkiej biblioteki. Po konsultacjach z czytelnikami wspólnie stworzyliśmy listę ponad 100 książek proponowanych do zakupu, które mają wzbogacić i uatrakcyjnić nasz księgozbiór.

Wszyscy zainteresowani zakupem nowych książek mieli możliwość składania swoich propozycji drogą mailową lub bezpośrednio w naszej bibliotece za pomocą indywidualnych dezyderat. W ten sposób mogliśmy przy dokonywaniu zakupu uwzględnić wszelkie sugestie, życzenia i preferencje naszych czytelników.

W ramach pierwszej edycji Budżetu Obywatelskiego nasza Biblioteka otrzymała dotację w kwocie 2000 zł., za którą zakupiliśmy aż 70 pozycji książkowych. Książki te opatrzone specjal-

ną naklejką „Budżet Obywatelski. Niepołomice” już zostały udostępnione czytelnikom! Z naszej wstępnej obserwacji wynika, że ulubione gatunki literackie niepołomiczkiej czytelników to: literatura faktu, biografie, książki podróżnicze, reportaże oraz fantastyka, sensacja, a także współczesna proza polska i obca. Na szczególną uwagę zasługują m.in. takie publikacje jak: *Biel* Marcina Kąkolki, *Góry z duszą* Moniki Witkowskiej, *Skucha* Jacka Hugo-Badera, *Wykluczeni* Artura Domosławskiego, *Bóg dał mi kopa w górę* Urszuli Meli.

Pozostałe propozycje zakupów wydawniczych, które nie mogły być zrealizowane z dotacji Budżetu Obywatelskiego, zostały zrealizowane z pomocą innych środków finansowych, jakimi dysponuje Biblioteka.

Bardzo dziękujemy wszystkim, którzy głosowali na nasz projekt. W sposób szczególny dziękujemy pomysłodawczyni projektu i jego inicjatorce Lidii Bałtadze-Mikułowskiej.





# ZIELONY OGRÓD

## już otwarty



**KATARZYNA MADOŃ**  
mieszkaneczka osiedla Boryczów

Podobno kiedy śmieje się dziecko, śmieje się cały świat... 1 czerwca na pewno śmiechu dzieci nie zabrakło, powodów można znaleźć wiele. Przede wszystkim Dzień Dziecka z jego wszystkimi atrakcjami, a na Osiedlu Boryczów świeżo otwarty Zielony Ogród, nasz wyczarowany ogród!

Na to otwarcie czekała z niecierpliwością zamówiona pogoda. Przy ulicy Pilotów zaczęło się robić bardzo tłoczno, jeszcze bardziej niż zazwyczaj i to dużo wcześniej niż o umówionej 17.30. Już z daleka witał wszystkich radosny gwar i piękny widok ogrodu udekorowanego zielonymi balonikami, które lada moment miały poszybować wysoko w górę, prosto do nieba. Wszystko było gotowe na czas, ani minutki opóźnienia. Kierownikowi, bravo! Po prawej stronie od głównego wejścia mieścił się punkt przyjmowania i wydawania pyszności... Nie zawiedliśmy. Stoły, a także przestrzeń wokół nich, ugięły się od naszych specjalów. Tuż obok czuć było wspaniały zapach piekących się kielbasek, a dalej można było zobaczyć przygotowane stoliki z ławkami i parasolkami, ulokowane na obrzeżu ogrodu, gdzie w odpowiednim nastroju mali i duzi mogli później się posilić.

Uwagę zwracała galeria ulokowana w okolicy wejścia, mogliśmy z sentymentem powspominać kolejne etapy powstawania ogrodu. W centralnym miejscu swoje miejsce znalazła scena. Od początku dzieci mogły pomalować buzie, zapisać się na zawody sportowe, czy pobawić się bańkami mydlanymi.

Otwarcie zainaugurował ksiądz proboszcz Stanisław Mika błogosławieństwem, modlitwą oraz dobrym słowem skierowanym do młodszych i starszych. Przez krótką chwilę, mimo gotowości do zabawy, dzieciaki w skupieniu słuchały, modliły się, czując powagę chwili. Chwilę później głos zabrał kolejny gość, burmistrz Roman Ptak. W jego krótkim wystąpieniu nie zabrakło miłych słów, radości i zapewnień o pełnym poparciu tej naszej zielonej inicjatywy. Zielony Ogród oraz

dzieci otrzymały prezenty w postaci pięknych roślin i słodkości. Burmistrz zapewnił, że jest z nami od samego początku i w kolejnej edycji przyznawania budżetu obywatelskiego jeden z jego głosów powędruje ponownie na dalszy rozwój Zielonego Ogrodu. Pięknie dziękujemy za ten gest.

Następnie kolej przyszła na wystąpienie kierownika – Michała Nogalskiego, twórcy, inspiratora i przywódcy tego projektu. Były tu więc podziękowania dla wszystkich przybyłych gości, darczyńców i służb porządkowych, które wspaniale dbały o bezpieczeństwo całej imprezy. Zwieńczeniem tego wystąpienia było postawienie naszych małych świętujących w stan gotowości do otwarcia tego magicznego miejsca. W tym celu każdy małeć miał sobie upatrzeć zielony balonik i na umówione hasło pozwolić mu odlecieć z naszą radością, dumą i nadzieją, że kolejne dni spędzone przez nasze dzieci i nas w tej zielonej przystani radości dostarczą niezapomnianych wspomnień. Małe, zielone baloniki wzbily się kolejno w niebo, za każdym razem wywołując uśmiech na twarzach małych i dużych. Następnie burmistrz oraz kierownik mieli poczuć się jak dzieci i przetestować najdłuższą tyrolkę w Niepołomicach.

Wieczór atrakcji dopiero miał się zacząć. Równym, musztrowym krokiem na miejsce przybyli harcerze, chwilę później było słychać stukot kopyt kucyków, które wywołały ogromny entuzjazm dzieciaków. Od tej chwili dzieci rozbiegły się na wszystkie możliwe strony zielonej przestrzeni. Zrobił się spory gwar pełen okrzyków radości, śmiechu, serdeczności, która po prostu unosiła się w powietrzu. Atrakcja goniła atrakcję. Dzieci mogły wybrać się na przejażdżkę małą dorożką zaprzęgniętą w dwa wesołe kucyki, mogły też zmienić się w ulubione zwierzątko lub postać z bajki, oddając swoją buzię w ręce artystki malującej twarze, mogły kolorować przygotowane wcześniej szkice. Na scenie zaczęły pojawiać się pierwsi mali artyści, a w międzyczasie odbywały się różne animacje i konkurencje. Tuż obok Zielonego Ogrodu zaparkowały wozy strażackie, które maluchy mogły oglądać z każdej strony, a także poczuć się jak strażacy, siedząc w środku wspaniałych maszyn. Nie wiem jak małe księżniczki, ale mali rycerze opowiadali o tej przygodzie pół wieczoru, być może wyrosną nam kolejna grupa ochotników.

Chwilę później odbyły się konkurencje biegowe. Oczywiście frekwencja dopisała. Konkurencje czekały również na dorosłych. W tym samym czasie scena nadal tętniła życiem i nawet najmnie śmiałe dzieci odważyły się wystąpić, czasem zapominając tekstu w połowie wierszyka.

Słodkie biesiadowanie trwało do późnych go-



dzin wieczornych. Żał tylko, że rodzice nie mieli tyle sił co dzieci, które dopiero podczas ostatniej atrakcji wyciszyły się zupełnie. W plenerowej sali kinowej w skupieniu oglądały bajkę, przegryzając chrupkami. Ponieważ zapadał zmrok, zielony ogród zamienił się w szarą spokojną przestrzeń, w której błyskały jedynie świecące bransoletki, ostatnie wspomnienia dzisiejszego dnia. A rodzice cichutko posprzątali ogród, pozwalając roślinom na regenerację po wyczerpującym i intensywnym dniu otwarcia.

Dużą radością było widzieć całe to zaangażowanie własnych przyjaciół, znajomych, sąsiadów, organizatorów, rodziców. Można było to czuć, tylko uczestnicząc w tej wspaniałej zabawie. Żał, że pośród tych atrakcji, zabaw czas uciekł tak szybko, że nie z każdym była okazja porozmawiać czy podziękować. A to dziękowanie należy się wielu osobom, od pomysłodawców, twórców, gości, stróżów porządku, po wszystkie osoby odpowiedzialne za wspaniałe zorganizowane Dzień Dziecka. Nic samo się nie zrobiło. Pozostaje mieć tylko nadzieję, że takich miłych okazji do świętowania będzie więcej i nie zmarnujemy tej pracy włożonej w zielony ogród. Pamiętajmy, że jest to żywy ogród, o który nadal należy dbać. Kierownikowi, liczymy na dalsze wsparcie. Z optymizmem patrzymy w przód i liczymy na to, że każdy zwykły dzień w zaczerowanym przez nas ogrodzie przyniesie również wiele uciechy naszym dzieciom, młodzieży i nam.



# Inwestycje w odnawialne źródła energii

**STANISŁAW NOWACKI**

koordynator projektu

9 czerwca w Auditorium Maximum Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie odbyła się konferencja *Inwestycje w odnawialne źródła energii szansą zrównoważonego rozwoju regionów Polski*, zorganizowana przez Związek Gmin Dorzecza Wisłoki z siedzibą w Jaśle wspólnie z partnerami: Gminą Busko-Zdrój, Miastem i Gminą Niepołomice, Powiatem Suskim i Gminą Mszana Dolna. Honorowy patronat nad wydarzeniem objęło Biuro Szwajcarsko-Polskiego Programu Współpracy przy Ambasadzie Szwajcarii.

Podczas konferencji występowali przedstawiciele Szwajcarii: Roland Python (dyrektor biura SPPW), Marc Muller (Szwajcarski Federalny Departament ds. energii) oraz uznane autorytety z Polski: dr Andrzej Kassenberg (Instytut na Rzecz Ekorozwoju), prof. UJ Krzysztof Berbeka, prof. Małgorzata Grodzińska (Instytut Nauk o Środowisku UJ), Andrzej Guła (Instytut Ekonomii, Krakowski Alarm Smogowy).

W trakcie dyskusji panelowych swoje doświadczenia w realizacji projektów solarnych w ramach Szwajcarsko-Polskiego Programu Współpracy prezentowali przedstawiciele instytucji realizujących projekty:

Związek Gmin Dorzecza Wisłoki z s. w Jaśle, projekt: *Instalacja systemów energii odnawialnej na budynkach użyteczności publicznej oraz domach prywatnych na terenie gmin należących do Związku Gmin Dorzecza Wisłoki* (20 gmin),

– Andrzej Czernecki, przewodniczący Zarządu Związku

– Maria Lignar, koordynator projektu;

Gmina Busko-Zdrój, projekt *Instalacja systemów energii odnawialnej na budynkach użyteczności publicznej oraz domach prywatnych w gminach powiatu buskiego i pińczowskiego* (12 gmin),

– Tomasz Mierzwa, zastępca burmistrza



– Anna Przyborowska-Ryś, koordynator projektu;

Gmina Mszana Dolna, projekt *Odnawialne źródła energii w Mszanie Dolnej oraz gminach partnerskich*, (6 gmin),

– Bolesław Żaba, wójt gminy

– Antoni Róg, koordynator projektu;

Gmina Niepołomice, projekt *Instalacja systemów energii odnawialnej w Gminach Niepołomice, Wieliczka, Skawina oraz Miechów na budynkach użyteczności publicznej oraz w domach prywatnych*, (6 gmin),

– Dariusz Marczewski, burmistrz Miechowa,

– Stanisław Nowacki, koordynator projektu;

Powiat Suski, projekt *Program zwiększenia wykorzystania odnawialnych źródeł energii i poprawy jakości powietrza w obrębie obszarów NATURA 2000*, (9 gmin)

– Józef Bałos, Starosta Suski

– Paweł Dyrzc, koordynator projektu.

Łącznie na terenie 53 gmin zainstalowanych zostanie ponad 21 000 systemów solarnych do podgrzewania ciepłej wody użytkowej w prywatnych budynkach mieszkalnych i 160 w budynkach użyteczności publicznej o łącznej powierzchni około 123 000 m<sup>2</sup> oraz 101 instalacji fotowoltaicznych na budynkach użyteczności

publicznej o łącznej mocy około 2 700 kWp i powierzchni 17 000 m<sup>2</sup>.

Szwajcarskie dofinansowanie wyniosło między 45-85 proc. wartości projektów, a wkład własny mieszkańców nie przekroczył 30 proc. całkowitych kosztów inwestycji.

Zakładana redukcja emisji zanieczyszczeń to około 30 tysięcy ton na rok.

W konferencji uczestniczyli przedstawiciele Biura Szwajcarsko-Polskiego Programu Współpracy, Ministerstwa Rozwoju, Centrum Projektów Polska Cyfrowa, Ministerstwa Środowiska, Ministerstwa Spraw Wewnętrznych, Urzędów Marszałkowskich, Wojewódzkich Funduszy Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej, Wojewódzkich Inspektoratów Ochrony Środowiska, samorządów województwa podkarpackiego, małopolskiego i świętokrzyskiego, związków gmin, przedstawiciele świata nauki, organizacji pozarządowych oraz mediów.

Konferencji towarzyszyła wystawa zdjęć instalacji odnawialnych źródeł energii zrealizowanych w ramach Szwajcarsko-Polskiego Programu Współpracy na terenie województwa podkarpackiego, małopolskiego i świętokrzyskiego.

## Prace konserwatorskie na cmentarzu wojennym nr 325

**MARTA WALCZAK-PUCHALSKA**

Referat Promocji i Kultury

Już wkrótce zostanie przeprowadzona kompleksowa konserwacja cmentarza wojennego nr 325 Wola Batorska-Sitowiec z 1914 r., znajdującego się na terenie Puszczy Niepołomickiej. Wsparcie finansowe na ten cel w wysokości 50.000 zł UMiG w Niepołomicach pozyskał z Wydziału Rewaloryzacji Zabytków Krakowa i Dziedzictwa Narodowego Wojewody Małopolskiego. Pozwoli to na podjęcie kompleksowych prac konserwatorskich i restauratorskich.

Obiekt wpisany w rejestr zabytków nr rej.

A-399/M decyzją z dnia 18.03.1999 r. uzyskał pozwolenie nr 313/16 z dnia 21 marca 2016 r. od Małopolskiego Wojewódzkiego Konserwatora Zabytków na przywrócenie pierwotnego wyglądu cmentarza, uporządkowanie i rekonstrukcję ilości i wielkości mogił, wymianę elementów ogrodzenia, konserwację obiektów betonowych, tynkowych i metalowych.

Kompleksowa renowacja zabytkowego cmentarza zostanie przeprowadzona zgodnie z opracowaniem z zakresu historii sztuki przez dr.hab. Pawła Pencakowskiego oraz zgodnie z dokumentacją historyczno-odtworzeniową opracowaną przez Izabelę Chlost i Jerzego J.P. Drogomira.

Cmentarz na Sitowcu założony został w 1914 r. jako miejsce spoczynku 27 Austriaków oraz 16 Rosjan. Ukształtowany kompozycyjnie według projektu por. Franka Starke, głównego architekta i projektanta cmentarzy wojskowych w okręgu IX „Bochnia” do roku 1918. Żelazne krzyże nagrobne oraz krzyże związane ze ścianą pomnikową, wykonane w kilku odmianach, według wzorów zaprojektowanych przez kpt. Gustawa Ludwiga. Zwieńczeniem cmentarza jest betonowa ściana pomnikowa z dużym betonowym krzyżem - na którego licu nałożony jest krzyż żeliwny w kształcie miecza.

Prace potrwać do listopada 2016 r.



# Rusza projekt REGIO-MOB

**KAROLINA KARAGICZ**

Referat Ochrony Środowiska i Rolnictwa

**Pierwsze spotkanie w ramach projektu REGIO-MOB odbyło się w czwartek 16 czerwca w Zamku Królewskim w Niepołomicach. Wzięli w nim udział przedstawiciele urzędów, instytucji i firm odpowiedzialnych oraz zainteresowanych rozwojem zrównoważonego transportu w regionie. Dyskutowali na temat obecnej sytuacji w tym zakresie i najważniejszych potrzeb.**

Projekt Interregional Learning Towards Sustainable Mobility in Europe: the REGIO-MOB Experience (Międzyregionalne nabywanie wiedzy w kierunku zrównoważonej mobilności w Europie: doświadczenie REGIO-MOB) realizowany będzie w latach 2016-2020 z programu Unii Europejskiej INTERREG EUROPE. Jego głównym zadaniem jest wypracowanie nowych rozwiązań, które usprawnią politykę związaną z mobilnością na szczeblu regionalnym. Ma to doprowadzić do rozwoju transportu niskoemisyjnego.

W jaki sposób? Dzięki zdobyciu odpowiedniej wiedzy, wymianie doświadczeń i najlepszych praktyk pomiędzy partnerami. Końcowym efektem będzie opracowanie i wdrożenie regionalnych planów mobilności.

Zrównoważony rozwój transportu wymaga współpracy wielu instytucji, organów oraz gmin ościennych, dlatego gmina Niepołomice stworzyła Regionalną Grupę Interesariuszy, która wspólnie wypracuje właściwe rozwiązania. Oprócz

gminy Niepołomice należą do niej przedstawiciele: Urzędu Marszałkowskiego Województwa Małopolskiego (Departament Transportu i Komunikacji oraz Departament Polityki Regionalnej), Stowarzyszenia Metropolia Krakowska, Urzędu Miasta Krakowa, Urzędu Miasta i Gminy Wieliczka, Zarządu Dróg Powiatowych w Wieliczce, Urzędu Miasta Bochnia, Starostwa Powiatowego w Bochni, Urzędu Gminy Kłaj, Kolei Małopolskich, Zarządu Infrastruktury Komunalnej i Transportu w Krakowie, Urzędu Gminy Gdów, Urzędu Gminy Biskupice, Urzędu Miasta i Gminy Skawina, Politechniki Krakowskiej, prywatnego przewoźnika MAT-BUS oraz firm Woodward Polska Sp. z o.o. i MAN Trucks Sp. z o.o., działających w Niepołomickiej Strefie Inwestycyjnej.

Podczas pierwszego spotkania omówiono, w jaki sposób mieszkańcy regionu przemieszczają się na co dzień i z jakich środków transportu najczęściej korzystają. W gminach ościennych przeważa transport przewoźników prywatnych (Biskupice i Gdów), popularny jest też transport miejski (Kraków, Wieliczka), czy też mieszany – prywatny i kolejowy (Bochnia). Zwrócono również uwagę na rosnącą rolę kolei aglomeracyjnej, która usprawnia dojazd mieszkańców regionu do centrum Krakowa. Wśród propozycji znalazło się m.in. wprowadzenie jednego wspólnego biletu aglomeracyjnego, który pozwoliłby podróżować zarówno koleją jak i komunikacją miejską w ramach określonej strefy.

W ramach projektu REGIO-MOB gmina Niepołomice, gminy ościenne, władze województwa i instytucje odpowiedzialne za planowanie i koordynowanie transportu oraz podmioty zainteresowane planują:

- analizować obecny stan polityki transportowej w regionie,
- organizować prace studialne związane z nowymi inwestycjami infrastrukturalnymi (m.in. zjazd z autostrady, kolej aglomeracyjna, parkingi w systemie P&R), czy też rozrastającymi się stre-



fami inwestycyjnymi w regionie,

- przyglądać się dokumentom strategicznym czy też planom mobilności na różnych szczeblach administracji, co umożliwi na zaproponowanie zmian zmierzających do usprawnienia polityki na szczeblu regionalnym związanej z mobilnością opartą na rozwoju transportu niskoemisyjnego.

Partnerzy projektu REGIO-MOB:

- Andaluzyjski Instytut Technologii (Hiszpania, lider projektu),
- Miasto i Gmina Niepołomice (Polska, we współpracy z województwem małopolskim),
- Instytut Ruchu i Transportu w Lublaniu (Słowenia),
- Regionalne Stowarzyszenie Gmin Lazio (Włochy),
- Agencja Rozwoju Regionalnego Południowo-Zachodniej Oltanii (Rumunia),
- Region Macedonia Zachodnia (Grecja),
- Partnerstwo Transportowe Południowo-Wschodniej Szkocji (Wielka Brytania).

Projekt jest współfinansowany przez Unię Europejską w ramach programu INTERREG EUROPE.

## WYNIKI WYBORÓW UZUPEŁNIAJĄCYCH

**MAREK BARTOSZEK**  
Referat Promocji i Kultury

**10** lipca mieszkańcy Woli Batorskiej zdecydowali o tym kto będzie ich reprezentantem w Radzie Miejskiej.

Rezygnacja Tomasza Tomali z funkcji radnego Rady Miejskiej w Niepołomicach była przyczyną przeprowadzenia wyborów uzupełniających w okręgu wyborczym nr 18. Zgodnie z zarządzeniem Wojewody Małopolskiego z dnia 12 kwietnia wybory przeprowadzono

w niedzielę 10 lipca.

W wyborach wystartowało dwóch kandydatów, Karolina Marzec zgłoszona przez KWW Razem Niepołomice oraz Kamil Starosta zgłoszony przez KWW Nasza Wola. W wyniku przeprowadzonego głosowania okręg 18 reprezentować będzie Karolina Marzec, która zdobyła 134 głosy. Na Kamila Starostę oddano 109 głosów.

Frekwencja wyniosła 21%.

**B**urmistrz Miasta i Gminy Niepołomice informuje, że 5 lipca 2016 r. na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta i Gminy w Niepołomicach, z siedzibą przy Placu Zwycięstwa 13 – wywieszony został wykaz lokali mieszkalnych stanowiących własność Gminy Niepołomice, przeznaczonych do oddania w najem. Z wykazem, o którym mowa, zapoznać się można do dnia 25 lipca 2016 r. w godzinach pracy Urzędu (tj. w poniedziałki od godz. 8.00 do godz. 17.00, w piątki od godz. 8.00 do godz. 15.00 i w pozostałe dni tj. wtorki, środy i czwartki od godz. 8.00 do godz. 16.00).

Szczegółowych informacji udziela zainteresowanym Referat Utrzymania Inwestycji Komunalnych Urzędu Miasta i Gminy w Niepołomicach (II piętro, pokój nr 18, tel.: 12 250 94 11).



## NAGRODA DLA COCA-COLI

JOANNA KOCOT

Referat Promocji i Kultury

11 maja Coca-Cola została uhonorowana nagrodą Corporate Catalyst Award przez Instytut Piłsudskiego w Ameryce. Instytut przyznaje ją za konsekwentne i długofalowe inwestycje w obszar społeczny i gospodarczy w Polsce.

Wręczenie nagrody odbyło się podczas uroczystości Wielki Polski Sen, firma otrzymała je tuż przed 25. rocznicą pierwszych inwestycji i rozpoczęcia działalności społecznej w Polsce. Obecnie Coca-Cola ma trzy zakłady produkcyjne w naszym kraju – w tym jeden w gminie Niepołomicach – a oprócz tego 14 centrów dystrybucji. Zatrudnia 2700 osób, współpracuje z 4 tysiącami dostawców i 120 tysiącami punktów handlowych. W Niepołomicach firma angażuje się w życie społeczne i kulturalne gminy, wspierając działania Urzędu Miasta, jak i inne lokalne inicjatywy. Dziękujemy za 25 lat udanej współpracy, serdecznie gratulujemy wyróżnienia, życzymy dalszego intensywnego rozwoju i dalszych wspólnych udanych działań.



## Rozbudowa firmy Nidec

JOANNA MUSIAŁ

Referat Promocji i Kultury

### Firma Nidec Motors & Actuators działająca w Niepołomickiej Strefie Inwestycyjnej powiększa swój zakład.

Powierzchnia głównej hali fabryki zwiększy się o 6,5 tys. m kw, z czego 4 tys. m kw to część produkcyjna wraz z zapleczem socjalno-biurowym a pozostałe 2,5 tys. m kw to hala magazynowa wysokiego składowania. Dodatkowo powstanie osobna wiata magazynowa o powierzchni 1,6 tys. m kw.

Firma Nidec produkuje silniki i napędy elektryczne dla samochodów popularnych marek. Obiekt nie zmieni swojej funkcji. Podstawowym celem inwestycji jest powiększenie istniejącej hali montażowo-magazynowej. Dzięki temu firma zwiększy produkcję obecnej gamy innowacyj-

nych produktów (m.in. produkowanych od 2015 roku silników bezszczotkowych) i rozpocznie realizację nowych projektów oraz montaż kolejnych linii technologicznych.

Wraz z rozbudową zwiększy się też zatrudnienie – o co najmniej 100 osób. Planowana jest również zmiana zagospodarowania terenu wokół zakładu, w tym wykonanie nowych dróg wewnętrznych, parkingów i infrastruktury technicznej.

Rozbudowa rozpoczęła się pod koniec lutego 2016 roku. Generalnym wykonawcą inwestycji jest firma Strabag. Zakończyły się już roboty fundamentowe, zamontowano słupy nośne, dobiega też końca montaż konstrukcji stalowej nad częścią magazynu wysokiego składu. Ukończono też prace murarskie parteru w częściach socjalno-biurowych i wykonano podbudowę pod posadzkę. Główne wejście do zakładu zostanie przeszkłone, przeprowadzone zostaną roboty budowlano-wykończeniowe na piętrze w istniejącej części budynku oraz prace ziemne przy wjeździe do zakładu.

Zakończenie przedsięwzięcia planowane jest na listopad 2016 roku.



Fot. archiwum Nidec Motors & Actuators

## Sopem powiększa zakład

JOANNA MUSIAŁ

Referat Promocji i Kultury

### Firma Sopem zlokalizowana w Niepołomickiej Strefie Inwestycyjnej rozbudowuje swoją fabrykę.

Zakład powiększy się o budynek produkcyjno-magazynowo-socjalny o powierzchni niemal 10 tys. m<sup>2</sup>. Dzięki inwestycji powierzchnia całej fabryki będzie wynosiła 25,5 tys. m<sup>2</sup>. Poza głównym obiektem powstanie dodatkowo drugi zbiornik na wodę do celów pożarniczych oraz duża wiata na palety. Powiększy się również parking dla pracowników – przybędzie około 200 dodatkowych miejsc.

Wykonawcą inwestycji jest Hochtief Polska S.A. (podobnie jak przy poprzednich etapach budowy).

Roboty ruszyły 6 czerwca. Obecnie trwają prace związane z: przygotowaniem terenu i gruntu pod budowę (stabilizacja gruntu), wykonaniem wykopów dla ław i stóp żelbetonowych fundamentowych, przygotowanie podbudowy pod parking. Kończy się przygotowanie infrastruktury technicznej i zaplecza. Zakończenie inwestycji zaplanowano na grudzień 2016 roku.

Przedsiębiorstwo wprowadza też nowe linie produkcyjne, a co za tym idzie, nowe produkty Somfy. Ponadto cały czas zwiększa i udoskonala obecną produkcję.

Z rozbudową zakładu wiąże się zwiększenie zatrudnienia. Przybędzie pracowników administracyjnych i biurowych. Firma planuje zatrudnić około 400 osób w najbliższych 3 latach, z czego ponad 300 to będą kobiety.

Sopem należy do grupy Somfy, francuskiego producenta napędów i sterowników, m.in. silniczków do żaluzji, rolet, okien itp. Obecnie Somfy ma 60 przedstawicielstw w ponad 40



krajach świata. Rocznie wytwarza ponad 7 milionów sztuk napędów. Na świecie co 5 sekund instaluje się 1 napęd Somfy.

Fabrykę Sopem otwarto w Niepołomicach w 2014 roku. W 2015 roku rozpoczęła się budowa platformy logistycznej Sopem na pokrycie działalności dystrybucyjnej w Europie Środkowo-Wschodniej. W 2016 roku powstał nowy dział – Rozwoju i Badań. W firmie funkcjonują trzy główne działy: Produkcja, dział Rozwoju i Badań oraz Logistyka i Dystrybucja. Obecnie w firmie zatrudnia 380 pracowników. Do 2019-2020 roku planowany jest wzrost zatrudnienia do 800 osób.

## BEZPŁATNE PORADY PRAWNE HARMONOGRAM WAKACYJNY

**MICHAŁ HEBDA**

przewodniczący Stowarzyszenia Młodzi dla Niepołomic

**H**armonogram bezpłatnych porad prawnych świadczonych przez Stowarzyszenie Młodzi dla Niepołomic w ramach realizowanego projektu Gminne Punkty Porad Prawnych i Obywatelskich.

2 lipca (sobota) godz. 9:00 - 11:00  
13 lipca (środa) godz. 15:00 - 17:00  
16 lipca (sobota) godz. 9:00 - 11:00  
27 lipca (środa) godz. 15:00 - 17:00  
6 sierpnia (sobota) godz. 9:00 - 11:00  
10 sierpnia (środa) godz. 15:00 - 17:00  
20 sierpnia (sobota) godz. 9:00 - 11:00  
24 sierpnia (środa) godz. 15:00 - 17:00

Porady w środy odbywają się zawsze w budynku Centrum Bocheńska w Niepołomicach, ul. Bocheńska 26, poziom -1 (podpiwniczenie budynku, wejście od ul. Korczaka).

Porady w soboty odbywają się zawsze w Niepołomickim Domu Kultury, Rynek 20 (pomieszczenia na I piętrze nad Poczta Polska, wejście schodami od strony dawnego kina Bajka).

Nie obowiązują zapisy na porady. Z porad może skorzystać każdy niezależnie od wieku, poziomu dochodów czy miejsca zameldowania.

Projekt dofinansowany ze środków Funduszu Inicjatyw Obywatelskich oraz ze środków Gminy Niepołomic.

## SZKOŁA DLA RODZICÓW PO RAZ DRUGI

**MAŁGORZATA FROSIK**

organizator warsztatów

**P**rojekt „Otwarte rodzicielstwo – warsztaty dla rodziców i wychowawców” uzyskał dofinansowanie ze środków Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich oraz Województwa Małopolskiego. Właśnie trwają zapisy na drugą edycję, która rusza w sobotę 27 sierpnia i będzie trwać przez 8 kolejnych sobót (do 15 października) w godzinach 8.30-12.30 w Laboratorium Aktywności Społecznej, ul. Bocheńska 26. Warsztaty są bezpłatne dla uczestników.

Ich celem jest zaproponowanie rodzicom i wychowawcom takiego języka komunikowania się z dzieckiem (a także każdą inną osobą), aby nie ranić lecz okazywać zrozumienie i budować więź. W czasie zajęć uczymy się jak rozpoznawać i nazywać emocje własne i dziecka, jak odczytać pod nieznosnym i pozornie niegrzecznym zachowaniem dziecka jego często rozpaczliwy sygnał, że jakaś jego bardzo ważna potrzeba (np. bezpieczeństwa czy bezwarunkowej akceptacji) nie została zaspokojona. Rodzice w szeregu scenek doświadczają tego, które

komunikaty blokują dziecko a które powodują, że się otwiera i zaczyna z nami współpracować. Przez 8 kolejnych tygodni rodzice powoli budują w sobie świadomość jaką moc mają ich słowa.

Aby wziąć udział w warsztatach trzeba się wcześniej zapisać: telefonicznie 502 934 954 lub mailowo małgorzata.frosik@gmail.com. Więcej na wywolonyrodzic.pl



## PODZIĘKOWANIE

Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów Koło nr 3 w Staniątkach składa serdeczne podziękowania wszystkim zaproszonym Gościom i Sponsorom Jubileuszu 50-lecia działalności Koła.

Uroczystości z tej okazji odbyły się 19 maja 2016 roku.

Wzięli w nich udział:

- burmistrz Niepołomic, Roman Ptak,
- przewodniczący Rady Miejskiej, Marek Ciastoń,
- sekretarz gminy Niepołomic, Teresa Kuźma,
- prezes Fundacji Zamek Królewski w Niepołomicach, Barbara Ptak,
- dyrektor Centrum Kultury w Niepołomicach, Małgorzata Gajda,
- przedstawiciele Referatu Promocji i Kultury,
- przewodnicząca okręgowej zarządu PZERil w Krakowie, Wanda Szelągowska,
- Zarząd PZERil w Krakowie,
- Małgorzata Machaj,
- radna Anna Front,
- sołtys Kazimierz Gicala.

Jeszcze raz serdecznie dziękujemy  
Zarząd Koła nr 3

**2** sierpnia zapraszamy wszystkich mieszkańców na niepołomicki Rynek. Od godz. 9.00 do 16.00 będziemy mogli za darmo zbadać swój słuch w specjalnym Słuchobusie.

Bus posiada odpowiedni sprzęt diagnostyczny. Pacjenci mają zapewniony komfort i izolację dźwiękoszczelną od środowiska zewnętrznego. Badania wykonuje profesjonalny akustyk słuchu. Zapraszamy wszystkich do skorzystania z akcji!



# NOWELIZACJA CEiDG



**IWONA BOBROWSKA-JAWORSKA**  
komisarz skarbowy w Urzędzie Skarbowym  
w Wieliczce

19 maja 2016 r. w życie weszła nowelizacja Ustawy z dnia 2 lipca 2004 r. o swobodzie działalności gospodarczej /Dz. U. 2015 poz. 584/. Wprowadzono kilka istotnych dla przedsiębiorców zmian mających na celu ułatwienie czynności urzędowych związanych z rozpoczęciem bądź już prowadzoną działalnością gospodarczą.

Są to:

## Rejestracja działalności przez pełnomocnika

Do istniejących już możliwości rejestracji działalności gospodarczej została, na podstawie art. 26 ust. 2 pkt 1, dołączona możliwość rejestracji działalności za pośrednictwem pełnomocnika, który wypełni za przedsiębiorcę papierowy wniosek w urzędzie gminy.

## Możliwość ubiegania się o wpis o niepodjęciu działalności

Osoby, które mimo zgłoszenia chęci prowadzenia własnej działalności gospodarczej, nie zdecydowały się jej podjąć, mogą, na podstawie art. 29a cytowanej ustawy, zgłosić do Centralnej Ewidencji i Informacji o Działalności Gospodarczej wniosek o wpis o niepodjęciu działalności gospodarczej, najpóźniej do końca dnia poprzedzającego zgłoszoną datę rozpoczęcia działalności.

Działanie takie skutkuje również brakiem informacji o wpisie na stronie CEiDG.

Wniosek zawiera dane dotyczące firmy przedsiębiorcy: NIP, REGON, PESEL oraz adres do doręczeń.

Ułatwienie ze strony ustawodawcy polega także na automatycznym przekazaniu tej informacji do rejestrów instytucji, które przedsiębiorca musiałby odwiedzić osobiście tj. ZUS/KRUS, US, GUS.

Możliwość ubiegania się o wpis o niepodjęciu działalności jest, na podstawie art. 64 ustawy, dostępna także dla osób, które nie podjęły wykonywania działalności gospodarczej przed 19 maja 2016 r.

## Rozszerzenie katalogu danych rejestracyjnych

We wniosku o wpis do CEiDG, na podstawie art.25 ust.1 pkt 6 oraz art.37 ust 1 pkt 1 wyżej

wymienionej ustawy, pojawią się nowe możliwości ujawnienia danych kontaktowych, takich jak numer telefonu, adres e-mail, dane strony internetowej firmy i inne, które osoba zgłaszająca uzna za konieczne.

Ustawodawca pozostawił wypełniającemu otwarty katalog możliwości oraz poczucie bezpieczeństwa, ponieważ dane te będą ujawniane we wpisie jedynie na życzenie zgłaszającego.

Jednakże prowadzący działalność powinien zadbać o poprawność zawartych w CEiDG danych, ponieważ wg art. 33 ww. ustawy ponosi on odpowiedzialność wobec podmiotów trzecich za szkodę powstałą w związku z nieprawdziwymi danymi rejestrowymi.

Rejestracja do CEiDG jest bezpłatna. Informacje pozostające w rejestrze są jawne.

## Prostowanie i wykreślanie wpisów do CEiDG

Jedną z rzeczy, na które skarżą się osoby prowadzące własną działalność gospodarczą, jest konieczność tracenia czasu w kolejkach do poszczególnych instytucji rejestrowych.

W tym zakresie ustawodawca postarał się wyjść naprzeciw potrzebie społecznej w art. 35 ust. 5 ustawy o swobodzie działalności gospodarczej.

Oprócz wprowadzenia na podstawie art. 25 ust. 5 pkt 9 fakultatywnej możliwości zgłoszenia przedsiębiorcy oraz członków jego rodziny z poziomu platformy CEiDG do ubezpieczenia w ZUS (w ramach tak zwanego jednego okienka), zostały również otwarte możliwości korekty wpisu z urzędu.

Zmiany dotyczą numeru identyfikacji podatkowej (NIP), numerów REGON i PESEL.

Informacje o uchyleniu, zmianie lub unieważnieniu tego numeru dokonywane będą z urzędu, to jest automatycznie – w drodze czynności technicznej, a nie decyzji wydawanych przez instytucje, które go nadały.

W przypadku pomyłki w odwzorowaniu wpisu do CEiDG w gminie, pracownicy urzędu gminy otrzymają możliwość sprostowania swojej pomyłki. Zmiany te w nieograniczonej ilości gwarantuje nowela art. 36a wyżej cytowanej ustawy.

Także sądy dopisują do wpisu przedsiębiorcy, nie później niż w terminie 7 dni roboczych, następujące dane:

- 1) uprawomocnienia się postanowienia o ograniczeniu lub utracie zdolności do czynności prawnych przedsiębiorcy;
- 2) uprawomocnienia się postanowienia o ustanowieniu kurateli lub opieki;
- 3) uprawomocnienia się postanowienia o oddaleniu wniosku o ogłoszenie upadłości z tego powodu, że majątek niewypłacalnego dłużnika nie wystarcza na zaspokojenie kosztów postępowania lub wystarcza jedynie na zaspokojenie tych kosztów;

- 4) uprawomocnienia się postanowienia o zatwierdzeniu układu w postępowaniu o zatwierdzenie układu;
- 5) uprawomocnienia się postanowienia o uchyleniu układu lub postanowienia skutkującego wygaśnięciem układu;
- 6) wydania postanowienia o:
  - a) ogłoszeniu upadłości,
  - b) otwarciu postępowania restrukturyzacyjnego;
- 7) uprawomocnienia się postanowienia o zakończeniu lub umorzeniu postępowania restrukturyzacyjnego lub upadłościowego.

Sąd upadłościowy lub Krajowy Rejestr Karny (KRK) zgłasza informacje o uprawomocnieniu się orzeczenia o zakazie prowadzenia działalności gospodarczej.

KRK zgłasza także do CEiDG informacje o wykonaniu lub darowaniu środka karnego (zakaz) zgłoszonego do CEiDG, a także informacje o usunięciu z KRK danych wynikających z orzeczenia zawierającego środek karny (zatarcie skazania).

Sąd upadłościowy dopisuje informacje w CEiDG o wstrzymaniu wykonania, uchyleniu lub zmianie orzeczenia o zakazie prowadzenia działalności gospodarczej.

**Rejestracja do CEiDG  
jest bezpłatna.  
Informacje pozostające  
w rejestrze są jawne.**

## Tytuł prawny do nieruchomości

Nowym obowiązkiem z art. 16a nałożonym na przedsiębiorców jest konieczność posiadania tytułu prawnego do nieruchomości zgłoszonej we wpisie jako miejsce prowadzenia działalności gospodarczej.

Ustawodawca nie określił jednej restrykcyjnie wybranej możliwości takiego zapisu. Znow mamy tutaj katalog otwarty dopuszczający wszystkie prawnie sankcjonowane formy nabycia nieruchomości lub umowy pomiędzy właścicielem a wynajmującym przedsiębiorcą.

Osoba rejestrująca się w CEiDG nie ma obowiązku okazania dokumentu dotyczącego własności przy okienku, ale powinna go posiadać, ponieważ udowodnienie przedsiębiorcy przez organ rejestrowy braku posiadania miejsca wykonywania działalności gospodarczej skutkuje wykreśleniem z CEiDG. Doręczanie pism przez ministra właściwego do spraw gospodarki następuje wyłącznie na adres do doręczeń podany we wpisie przedsiębiorcy w CEiDG. Jeżeli przedsiębiorca nie dokona zmiany wpisu w przypadku zmiany adresu do doręczeń (np. sprzedaż miesz-



kanie), doręczenie pisma pod dotychczas wskazany adres wywołuje skutek prawny.

### Kontrahent wypłacalny czy nie?

CEiDG może być traktowane również jako źródło wiedzy na temat wypłacalności przyszłego kontrahenta.

Na podstawie art. 25 ust.1 pkt 14a i 14b ustawy w ewidencji zostaną ujawnione informacje na temat oddalenia wniosku upadłościowego w związku z brakiem środków na pokrycie postępowania upadłościowego z majątku zobowiązanego, zatem zawieranie umów z taką osobą może być ryzykowne.

### Zawieszenie i likwidacja działalności

Ograniczone zostały formalności przy zawieszeniu działalności gospodarczej poprzez brak konieczności podawania wszystkich adresów jej wykonywania. Zmiana ułokowana w art. 32 ust. 2 ma na celu ułatwienie życia podatnikom.

Jednakże osoby chcące podjąć na nowo zawieszoną działalność gospodarczą muszą przed upływem 24 miesięcy od dnia jej zawieszenia złożyć wniosek o wpis do CEiDG informacji o wznowieniu wykonywania działalności go-

spodarczej. W przypadku braku takiego wniosku, w terminie 7 dni, organ rejestrowy wykreśli przedsiębiorcę z ewidencji. Działanie organu na podstawie art. 35 ust. 5 pkt 2 ustawy dokonywane jest automatycznie, bez wydawania decyzji, zatem przedsiębiorcy nie przysługują w tej sprawie żadne środki odwoławcze.

Wykreślenie z urzędu następuje również w przypadku zgłoszenia do ewidencji informacji o prawomocnym orzeczeniu zakazu wykonywania działalności gospodarczej oraz śmierci przedsiębiorcy.

Także przedsiębiorcy, którzy nie uzupełnią w ciągu 2 lat wpisu o swój numer PESEL, zostaną automatycznie wykreśleni z CEiDG.

Informacje te są przekazywane automatycznie do innych organów rejestrowych.

Trochę inaczej sprawa wygląda w przypadku przekształcenia działalności osoby fizycznej w jednoosobową spółkę kapitałową. Ustawodawca pozostawił przedsiębiorcy dowolność czasową w zgłoszeniu tego faktu, jednakże we wniosku o wykreślenie obowiązkowo musi on podać datę zaprzestania działalności jako osoba fizyczna.

## Przyjaźni dla przedsiębiorców

### IWONA BOBROWSKA-JAWORSKA

komisarz skarbowy w Urzędzie Skarbowym w Wieliczce

Urząd Skarbowy w Wieliczce otrzymał tytuł Urząd Skarbowy Przyjazny Przedsiębiorcy już po raz czwarty. To zaszczytne wyróżnienie motywuje do dalszych starań mających na celu poprawianie standardów obsługi klientów urzędu.

Konkurs, który zainicjowany został po raz

pierwszy w roku 2002, ma na celu wyłonienie urzędów, które poprzez swój profesjonalizm oraz pozytywne podejście do klienta poprawiają współpracę pomiędzy urzędem a przedsiębiorcami. Oni to organizując swoją działalność gospodarczą, przyczyniają się do zasilania budżetu państwa.

W budowaniu stabilnych przepływów podatków do budżetu państwa ważna jest współpraca pomiędzy płacącymi podatki i organami, które te podatki przekazują do Skarbu Państwa.

Rzeczywistość gospodarcza i legislacyjna często sprawia trudności w codziennych działaniach. Trudności te mogą prowadzić do niezawinionych błędów wpływających potem na przyszość podatkową podmiotu.

Rolą organów podatkowych jest nie tylko kontrola, ale również pomoc w zgodnych z aktualnym stanem prawnym poczynaniach, utrzymywanie profesjonalnej i pozytywnej współpracy sprzyjającej łatwiejszemu wywiązywaniu się z obowiązków podatkowych w przyjaznej atmosferze. Te cenne cechy posiadają urzędy wyróżnione w Konkursie Urząd Skarbowy Przyjazny Przedsiębiorcy.

Cieszymy się z tego wyróżnienia. Mamy świadomość, że zostaliśmy nagrodzeni także dzięki zaangażowaniu podatników, chęci dialogu przedsiębiorców, która często pomaga zauważyć coś z tej drugiej, ważniejszej strony. Dziękujemy za poświęcanie własnego czasu i za wypełnianie ankiet.



Jesteśmy jedną z największych firm w branży stolarki otworowej, której atutami są uznana marka i wysoka jakość produkowanych wyrobów. Zakład produkcyjny w Ochmanowie k. Krakowa zajmuje powierzchnię czterdziestu tysięcy metrów kwadratowych i wytwarza – dla Klientów z dziesięciu krajów europejskich – ponad cztery tysiące jednostek okiennych na dobę. Proces produkcji prowadzony jest w sześciu wydziałach funkcjonujących w oparciu o zaawansowany park maszynowy i nowoczesne metody zarządzania produkcją.

**W związku z dynamicznym rozwojem obszaru produkcyjnego wynikającym ze strategii rozwoju GRUPY OKNOPLAST zatrudnimy pracowników na stanowisko:**

## MONTER OKIEN

Miejsce pracy:  
Ochmanów (pow. wielicki)

### OFERUJEMY:

- Umowę o pracę na pełny etat w dużej rozwijającej się firmie o ugruntowanej pozycji na rynku,
- Atrakcyjne wynagrodzenie (płaca podstawowa oraz premie),
- Pakiet socjalny zawierający m.in.: prywatną opiekę medyczną, ubezpieczenie na życie, dofinansowanie karty sportowo-rekreacyjnej,
- Pracę w warunkach partnerstwa i koleżeństwa - dobry i zgrany zespół to dla nas priorytet.

**Zainteresowane osoby prosimy o składanie CV w Recepcji Firmy lub wysyłanie na adres:**

**DZIAŁ PERSONALNY  
OKNOPLAST SP. Z O.O.  
OCHMANÓW 117, 32-003 PODŁĘŻE**

# KOMUNIKACJA PODCZAS ŚDM



**SZYMON URBAN**  
Referat Promocji i Kultury

Jak poruszać się po Niepołomicach w czasie Świątowych Dni Młodzieży? Znamy plany organizacji ruchu w naszym mieście.

**D**okładamy wszelkich starań, aby przekazać Państwu najpewniejsze informacje. Jednocześnie nie jesteśmy autorami projektu organizacji ruchu ani tym bardziej organizatorami Świątowych Dni Młodzieży. Poniższe informacje stanowią przygotowane przez nas kompendium wiedzy na temat poruszania się podczas Świątowych Dni Młodzieży. Należy liczyć się z możliwymi zmianami, nawet wprowadzanymi ad hoc.

W dniach 25-31 lipca do Małopolski na spotkanie z papieżem Franciszkiem przyjedzie przeszło półtora miliona osób. Organizacja Świątowych

Dni Młodzieży w Krakowie, a przede wszystkim uroczystości w Brzegach, wiązać się będzie ze sporymi utrudnieniami w ruchu. Poznaliśmy najważniejsze założenia organizacji komunikacji w ostatni weekend lipca.

Warto przypomnieć, że obchody centralne zostaną zorganizowane w dwóch miejscach: na krakowskich Błoniach oraz w Campus Misericordiae w Brzegach. Msza Otwarcia na Błoniach zostanie odprawiona we wtorek 26 lipca (bez udziału papieża), w czwartek, również w Krakowie, pielgrzymi powitają Ojca Świętego, a w piątek wieczorem na Błoniach przewidziano drogę krzyżową. Punktem kulminacyjnym Świątowych Dni Młodzieży będzie niedzielną msza (31 lipca) w Brzegach. Organizatorzy przewidują obecność nawet 2 milionów pielgrzymów, a napełnianie Campusu rozpocznie się już w sobotę po południu. Opuszczanie miejsca spotkania jest szacowane na około 8 godzin.

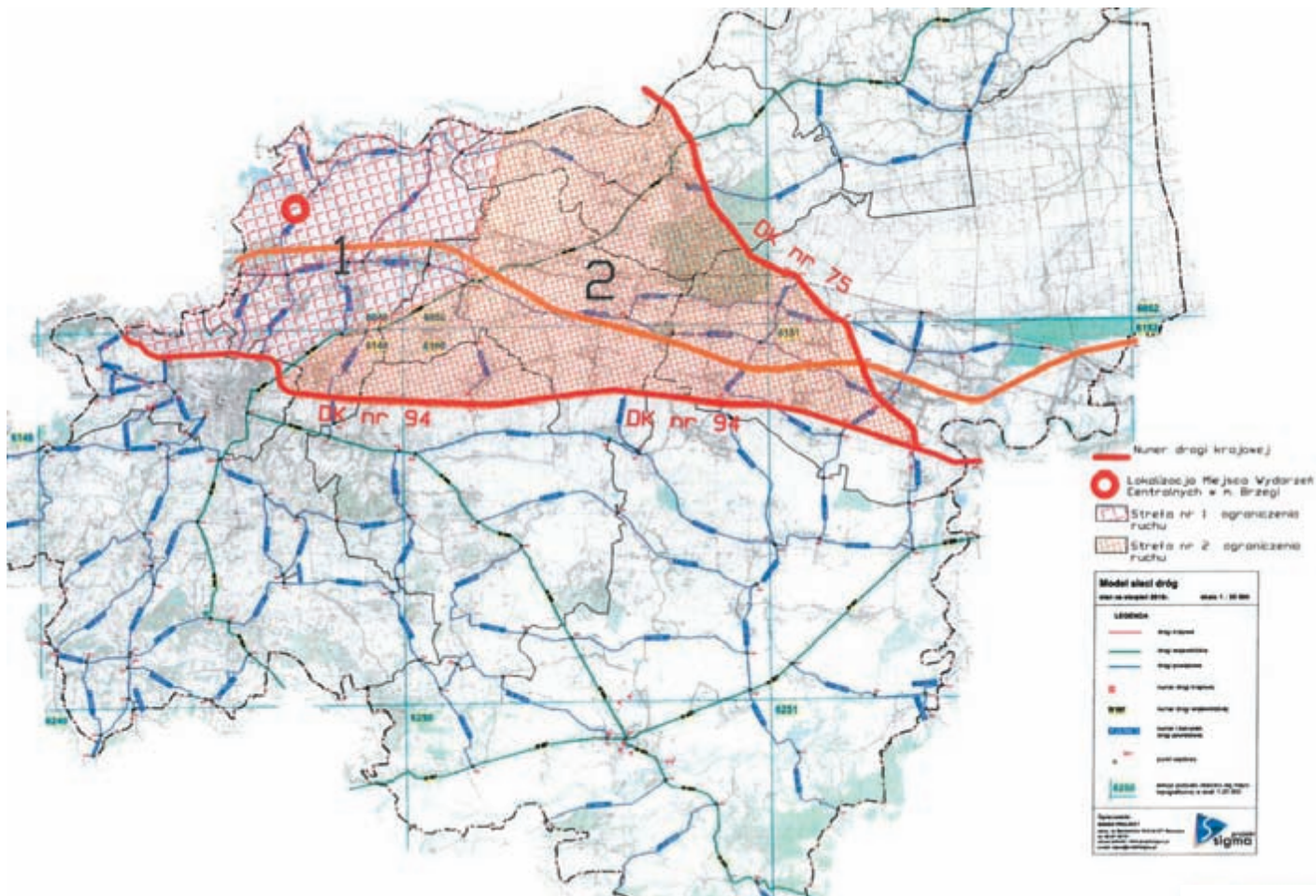
Organizatorzy dokładają wszelkich starań, by przez cały czas trwania imprezy mieszkańcy Krakowa oraz powiatu wielickiego mogli w miarę normalnie funkcjonować. **Od piątku 29 lipca (od godziny 20.00) do niedzieli 31 lipca (do godziny 24.00) musimy spodziewać się ogra-**

**niczeń w ruchu oraz zamknięcia części dróg, a w tym czasie teren powiatu wielickiego zostanie podzielony na dwie strefy.**

Strefa pierwsza to najbliższa miejscu spotkania młodych z papieżem. Jest to strefa wyłączona z ruchu kołowego. Strefa druga (na terenie gminy Niepołomice) sięga na wschód do drogi krajowej 75, na południe drogi krajowej 94 i na zachód linii kolejowej. Będzie to strefa z ograniczeniem ruchu. Ograniczenie nie będzie dotyczyć: mieszkańców, pojazdów z przepustkami oraz dojazdu do firm. Identyfikacja mieszkańców odbędzie się na podstawie dokumentu z adresem.

Plan organizacji ruchu zakłada, że droga krajowa nr 75 będzie przejezdna przez wszystkie dni Świątowych Dni Młodzieży, podobnie jak autostrada A4. Na autostradzie wprowadzone zostaną ograniczenia prędkości oraz zamknięty będzie zjazd z A4 na węzle Wieliczka.

Od piątku wieczór do północy z niedzieli na poniedziałek droga S7 będzie zamknięta podobnie jak droga krajowa 94 oraz ulica Śliwiaka w Krakowie, które mają stanowić ciągi piesze. Na terenie gminy Wieliczka wszystkie drogi na północ od drogi wojewódzkiej 964 (w tym popularna dro-





ga od Zakrzowa, przez Kokotów i Węgrzce Wielkie) będą wyłączone z ruchu kołowego i będą stanowić ciągi piesze.

Od godzin wieczornych w piątek, 29 lipca, ulica Wimmera w Niepołomicach będzie przeznaczona wyłącznie dla ruchu autokarów oraz służyć będzie jako ich parking. Identyczna sytuacja dotyczyć będzie ulicy Kwiatkowskiego. Warto zaznaczyć, że zgodę na wjazd oraz na parking dostaną tylko autobusy z wcześniej przydzielonym miejscem, a służby będą gotowe do odholowania źle zaparkowanych pojazdów.

Dostęp do Niepołomickiej Strefy ma być możliwy od wschodniej strony, a więc od drogi krajowej nr 75. Pojazdy będą kierowane na skrzyżowaniu DK 75 z drogą wojewódzką 964 i pojedą ulicą 3 Maja, przez rondo gen. Waleriana Czumy (przy Magistracie) na ulicę Tadeusza Kościuszki i później w prawo na ulicę Płaszowską i przez rondo im. Marszałka Józefa Piłsudskiego na teren NSI.

Na czas zamknięcia dróg komunikacja miejska w Krakowie będzie kończyć swój bieg w Ma-

łym Płaszowie.

Prosimy również zwrócić uwagę na zmiany w rozkładzie jazdy PKP. Na czas Świątowych Dni Młodzieży zostanie uruchomionych wiele dodatkowych składów i zostaną zmienione stacje końcowe. Ruch kolejowy będzie również całkowicie zamknięty na przynajmniej 6 godzin w czasie największego ruchu pieszych podczas niedzielnych uroczystości.

Decyzją władz centralnych na czas trwania Świątowych Dni Młodzieży zostanie wprowadzony zakaz ruchu pojazdów z substancjami niebezpiecznymi.

Zainteresowanych planem organizacji ruchu w Krakowie zachęcamy do odwiedzenia strony [www.zikit.krakow.pl](http://www.zikit.krakow.pl). Warto podkreślić, że nie jest do końca znana decyzja dotycząca ulicy Igołomskiej. Może ona zostać czasowo zamknięta, jeśli wymagać tego będzie bezpieczeństwo pielgrzymów nocujących na terenie lotniska w Pobilemniku. Wówczas objazdy zostaną poprowadzone przez drogę krajową 75 i autostradę.

Musimy liczyć się ze znacznie wzmożonym ruchem. Fakt, iż drogi nie będą zamknięte dla ruchu, nie oznacza, że będą swobodnie przejezdne. Można spodziewać się korków i utrudnień związanych zarówno ze zwiększonym ruchem kołowym, jak i ogromną ilością pielgrzymów przemierzających się pieszo. Osobom dojeżdżającym z newralgicznych terenów (Wieliczka, Brzegi, Węgrzce, wschód Krakowa) poleca się podróż piechotą lub rowerem. Jazda samochodem oznaczać będzie de facto poruszanie się w tempie maszerującego tłumu. Potok pieszych może mieć długość nawet kilku kilometrów. W niedzielę wieczorem możemy spodziewać się pewnych korków na drogach wyjazdowych we wszystkich kierunkach. Należy wziąć to pod uwagę przy planowaniu transportów.

Poniedziałek, 1 sierpnia, powinien oznaczać powrót do normalnego funkcjonowania oraz rozpoczęcie prac porządkowych i demontażowych.

Projekt organizacji ruchu dostępny jest na stronie Zarządu Dróg Powiatowych.

## Symbole ŚDM u nas

**MAŁGORZATA BOCHENEK**  
Duszpasterska Rada Parafialna

### Symbole Świątowych Dni Młodzieży, Krzyż oraz Ikona Matki Bożej Salus Populi Romani, w dniach 15-16 lipca gościć będą w Dekanacie Niepołomicze.

Symbole Świątowych Dni Młodzieży odwiedzą całą archidiecezję krakowską. 15 i 16 lipca będziemy je gościć, przez jedną dobę, w Dekanacie Niepołomicze – zapowiada ks. Marcin Rozmus, wikary parafii w Woli Batorskiej, koordynator przygotowań do ŚDM w Dekanacie Niepołomicze.

Krzyż i Ikona Matki Bożej Salus Populi Romani w ciągu 24 godzin odwiedzą każdą parafię naszego dekanatu. Poszczególne wspólnoty parafialne indywidualnie przygotowują program spotkania z nimi. Zaangażowana jest nie tylko młodzież. – *Odwiedziny tych symboli, jak też same Świątowe Dni Młodzieży, adresowane są do wszystkich ludzi, aby razem z młodzieżą swoją wiarę przeżywał cały Kościół* – zaznacza ks. Marcin Rozmus.

Warto skorzystać z zaproszenia na spotkanie przy symbolach ŚDM, które są jak relikwie omadlane przez niezliczone rzesze ludzi na całym świecie. Trzeba też podkreślić, że te szczególnie symbole wiary przekazał młodym św. Jan Paweł II. Od wielu lat tradycją jest, że przed Wydarzeniami Centralnymi ŚDM, czyli spotkaniami młodych z papieżem, peregrynują one po kraju, który jest organizatorem tego



wielkiego wydarzenia. Po Polsce pielgrzymują już od roku 2014.

Ostatnim etapem ich pielgrzymki przez Polskę jest archidiecezja krakowska, na której terenie przybywają od 20 maja br. Wtedy to uroczystości zostały powitane w sanktuarium św. Jana Pawła II na tzw. Białych Morzach. 25 lipca po objeździe całej archidiecezji zostaną ustawione w namiocie adoracji w krakowskim Parku Jordana, tuż obok Błoń. Stąd będą przewożone na miejsca wydarzeń centralnych.

Pierwsze spotkanie papieża z młodymi w Krakowie w ramach ŚDM odbędzie się w czwartek 28 lipca. Następnego dnia na krakowskich Błoniach młodzi zgromadzą się na nabożeństwie drogi krzyżowej. W sobotę (30 lipca) na Campus Misericordiae – Polu Miłosierdzia – w Brzegach odbędzie się nocne czuwanie, a w niedzielę 31 lipca pod przewodnictwem papieża Franciszka młodzi pielgrzymi wezmą udział we mszy św. tzw. Posłania. Na Eucharystii w Brzegach organizatorzy spodziewają się około dwóch milionów pielgrzymów. W samych Niepołomicach gościnę otrzyma 700 Włochów i 1000 Fracuzów.

### Plan peregrynacji symboli ŚDM w Dekanacie Niepołomicze:

#### 15 lipca 2016 - piątek

- 20.00 – przywitanie symboli w Woli Batorskiej, Nabożeństwo Słowa Bożego
- 21.00 – Apel Jasnogórski
- 22.00 – Nabożeństwo Krzyża Świętego
- 23.00 – Nabożeństwo do Matki Bożej
- 24.00 – EUCHARYSTIA

#### 16 lipca 2016 - sobota

- 1.00 – 6.00 – nocne czuwanie przy symbolach
- 6.00 – nabożeństwo różańcowe
- 6.40 – nabożeństwo do Bożego Miłosierdzia
- 7.00 – Eucharystia i pożegnanie symboli
- 8.10 – modlitwa w parafii w Grabiu
- 9.40 – modlitwa w parafii w Podłężu
- 11.10 – modlitwa w parafii w Kłaju
- 12.45 – modlitwa w parafii w Szarowie
- 14.10 – modlitwa w parafii w Staniątkach
- 16.10 – modlitwa w parafii w Zabierzowie Bocheńskim
- 17.30 – modlitwa w parafii w Niepołomicach-Jazach
- 19.00 – modlitwa w parafii w Niepołomicach
- 20.00 – pożegnanie symboli w dekanacie



# Co robić podczas wakacji?

**JOANNA MUSIAŁ, MAREK BARTOSZEK**  
Referat Promocji i Kultury

## Mamy nadzieję, że nasze zestawienie ułatwi Wam wykorzystanie czasu wolnego.

Zachęcamy organizatorów zajęć prowadzonych podczas wakacji do przesyłania informacji o dodatkowych atrakcjach na adres [promocja@niepolomice.com](mailto:promocja@niepolomice.com), a umieścimy je na naszej stronie.

### Akademia Karate Tradycyjnego Niepołomice-Kraków

ul. Grunwaldzka 15 d  
Treningi karate odbywać się będą w poniedziałki i środy w następujących terminach:  
4, 6, 25, 27 lipca oraz 1, 3, 8, 10, 29, 31 sierpnia  
Godziny zajęć:  
19.00-20.00 dzieci  
20.15-21.30 starsi  
[www.karate4u.pl](http://www.karate4u.pl)

### Kryta Pływalnia w Niepołomicach

ul. Korczaka 5 w Niepołomicach  
Jak spędzić aktywne wakacje? Wystarczy przychodzić na zajęcia na Krytej Pływalni w Niepołomicach, gdzie przygotowano szereg atrakcji oraz zajęć pod okiem wykwalifikowanej kadry instruktorów.

W programie m.in. badanie podziemnego świata z Akademią Nurka, animacje czasu wolnego, gry i zabawy na pontonach, wodna piłka ręczna, zabawy zespołowe czy gimnastyka korekcyjna.

Dodatkowo codziennie o godzinie 14.00 odbywać się będzie pokazowa, darmowa lekcja pływania.

Zgłoszenia na zajęcia: [plywalnia@wodociagi-niepolomice.pl](mailto:plywalnia@wodociagi-niepolomice.pl), kasa pływalni oraz telefonicznie 606 818 146.

Pływalnia zaprasza również na wakacyjny kurs pływania. Uczestnicy będą podzieleni na trzy grupy w zależności od zadeklarowanych umiejętności. Grupa składać się będzie z 6 do 10 kursantów. Koszt kursu wynosi 92 złote. Zgłoszenia: [plywalnia@wodociagi-niepolomice.pl](mailto:plywalnia@wodociagi-niepolomice.pl)

### Młodzieżowe Obserwatorium Astronomiczne

ul. Mikołaja Kopernika 2 w Niepołomicach  
Seanse w planetarium:  
godz. 11.00, poniedziałek-piątek  
27 czerwca – 1 lipca  
4 lipca – 8 lipca  
11 lipca – 15 lipca  
18 lipca – 22 lipca

29 sierpnia – 31 sierpnia, poniedziałek-środa

Pokazy Słońca:  
w godz. 12.00-13.00, poniedziałek-piątek  
27 czerwca – 1 lipca  
4 lipca – 8 lipca

11 lipca – 15 lipca  
18 lipca – 22 lipca

29 sierpnia – 31 sierpnia, poniedziałek-środa

Nocne pokazy nieba:  
w godz. 21.00-24.00 piątek  
5 sierpnia  
12 sierpnia  
w godz. 20.00-24.00 piątek  
19 sierpnia  
26 sierpnia

Pokazy nieba tylko przy dobrej pogodzie!

Ponadto MOA organizuje:

- Obóz astronomiczny Perseidy 2016 w Lewądzie Wielkim, Mazury, 1-21 sierpnia 2016 r.
- Obserwacje meteorów z Roju Perseidów – MOA Niepołomice, 12 sierpnia 2016 r.

tel. 12 28 11 561, e-mail: [moa@moe.edu.pl](mailto:moa@moe.edu.pl)  
[www.moa.edu.pl](http://www.moa.edu.pl)

### Niepołomice biegają

W lipcu i sierpniu zapraszamy na treningi biegowe. Niedziele, godz. 9.00 parking w puszczy (w stronę Szarowa, z przyrządami gimnastycznymi)

Środy, godz. 19.00 (parking w puszczy z przyrządami), rozgrzewka, siła biegowa, bieganie. Piątki, godz. 8.15 (pierwszy parking w Puszczy, przy restauracji)

[www.niepolomicebiegaja.pl](http://www.niepolomicebiegaja.pl)

UKS Kazimierz, Niepołomska Szkoła Futbolu Zaprasza piłkarzy do udziału w półkoloniach piłkarskich 25-29 lipca oraz 8-12 sierpnia. W wakacje będą się też odbywać indywidualne treningi piłki nożnej dla dzieci prowadzone przez licencjonowanych trenerów.

Zapisy i dodatkowe informacje, [uks.kazimierz.nsf@gmail.com](mailto:uks.kazimierz.nsf@gmail.com), lub telefonicznie (793 926 440, trener Łukasz Górka).

### Target Muaythai Niepołomice

ul. Kościuszki 40, Niepołomice



### Muaythai / K1

poniedziałek: 19.00 grupa początkująca  
wtorek-czwartek: 18.00 grupa początkująca  
wtorek-czwartek: 19.00 grupa średniozaawansowana oraz zawodnicy  
piątek: 18.00 grupa średniozaawansowana oraz zawodnicy

### cross trening:

poniedziałek-środa: 17.00 gr. początkująca  
wtorek-czwartek: 20.15 gr. zaawansowana  
piątek: 19.15 dla wszystkich

### Ju-Jitsu dla dzieci:

wtorek-czwartek, godz. 17.00  
Ju-Jitsu od 16 lat  
wtorek-czwartek, godz. 21.00

[www.targetmuaythai.com](http://www.targetmuaythai.com)

### Szkoła Futbolu Staniątki

Szkoła Futbolu Staniątki zaprasza na piłkarską półkolonię, która odbędzie się w dniach 8-12 sierpnia w Niepołomicach.

Zapisy trwają do 1 sierpnia, a zgłoszenia należy wysłać na adres: [kontakt@szkolafutbolu.pl](mailto:kontakt@szkolafutbolu.pl)





Maksymalna ilość miejsc to 30.  
Koszt 350 zł dla dziecka zapisanego do SFS oraz 385 zł dla dziecka niezapisanego do SFS.  
Więcej informacji na stronie [www.szkolafutbolu.pl](http://www.szkolafutbolu.pl)

#### Szkoła tenisa SOLDI

korty tenisowe MKS Puszcza Niepołomice, ul. Kusocińskiego 2, Niepołomice

Szkoła tenisa SOLDI zaprasza na wakacyjne treningi tenisa ziemnego dla dzieci do 12. roku życia.

Terminy: 18-22 lipca 2016 r., godz. 16.00-17.00

Koszt: 5 zł za jeden trening (możliwość uczestnictwa w dowolnej liczbie treningów)  
Zgłoszenia: telefonicznie pod nr 504 005 704.

Wszystkim zawodnikom zapewniamy potrzebny sprzęt tenisowy. Wymagamy stroju sportowego, dobrego humoru i chęci do sportowej rywalizacji!

#### Wakacyjny 10-godzinny kurs tenisa dla dorosłych!

Miejsce: Korty Tenisowe MKS Puszcza Niepołomice, ul. Kusocińskiego 2, Niepołomice

Terminy: 18-22 lipca 2016 r., godz. 17.00-19.00

Cena kursu: 99 zł

Zgłoszenia: telefonicznie pod nr 504 005 704

Zapewniamy sprzęt tenisowy oraz dobrą zabawę. Kurs przeznaczony jest dla osób niebiorących jeszcze udziału w treningach i kursach prowadzonych przez Szkołę Tenisa SOLDI.  
[www.solditenis.pl](http://www.solditenis.pl)

#### Małopolskie Centrum Dźwięku i Słowa

ul. Zamkowa 4 w Niepołomicach

Półkolonia, 6-10 lat

Godz. 9.00-14.00, 120 zł/tydz.

Tygodniowe edycje. Liczebność grupy: do 15 dzieci.

27.06 – 01.07

04.07 – 08.07

11.07 – 15.07

18.07 – 22.07

25.07 – 29.07

01.08 – 05.08

08.08 – 12.08

16.08 – 19.08

22.08 – 26.08

Zapisy: w zależności od ilości dostępnych miejsc. Wpłaty w momencie rozpoczęcia danego tygodnia zajęć.

W programie: zajęcia pobudzające kreatywność, integracyjne. Wyjścia na basen (wtorki, czwartki). Gry i zabawy na powietrzu. Seanse filmowe.

#### Szkiełko i oko

zajęcia przyrodnicze, od 6 lat

11.07 – 15.07

8.08 – 12.08

Godz. 10.00-12.00, 140 zł/tydz.

Naukowa przygoda dla ciekawych świata, eksperymenty, wykłady, prezentacje.

#### Warsztaty rękodzielnicze, 6-12 lat

4.07 – 8.07

18.07 – 22.07

godz. 10.00-12.00, 140 zł/tydz.

Każdy dzień to inna aktywność twórcza; będzie ceramika, szycie, malowanie kamyków, ręczne robienie papieru, ozdabianie kubków. Zajęcia łączą naukę z ciekawą zabawą. Uczestnicy dowiedzą się, kto i kiedy użył po raz pierwszy gliny do wyrobu np. naczyń. Przy okazji plastycznych eksperymentów dowiedzą się, czym jest selektywna zbiórka, jak długo rozkłada się foliowa torebka, ile razy można przetworzyć szkło. Zapoznają się z wytworami sztuki ludowej Polski i całego świata. Poznają historię papieru i techniki, dzięki której można ręcznie zrobić papier. W ostatnim dniu uczestnicy zdobędą informacje na temat sztuki użytkowej, logo, logotypów, reklamy. Zaprojektują własny znak graficzny.

#### Robotyka, od 7 lat

25.07 – 29.07

22.08 – 26.08

godz. 9.00-11.00 oraz 11.30-13.30, 140 zł/tydz.

Budowanie, programowanie oraz eksperymentowanie na wykonanych przez siebie maszynach, urządzeniach oraz robotach. Bogata baza dydaktyczna, dostęp do wielu zestawów edukacyjnych renomowanych firm, m.in.: Lego: Wedo, Mindstorms EV3, Mechanics, Pneumatics; RoboRobo: RoboKids i RoboKit; Robotron Robotam: Mechanics, Smart i Creative; Fischertechnik: Profi i Computing; Robotis Ollo: Explorer Kit i Inventor Expansion Set.

#### Street dance

warsztaty taneczne, 8-10 lat, od 11 lat

01.08 – 05.08

godz. 10.00-11.30, młodsza grupa, 140 zł/tydz.

godz. 11.45-13.45, starsza grupa, 140 zł/tydz.

#### Warsztaty plastyczne, 6-12 lat

08.08 – 12.08

godz. 10.00-12.00, 140 zł/tydz.

Zajęcia inspirowane najważniejszymi stylami/trendami w sztuce, podczas których uczestnicy poznają sylwetki pięciu ważnych światowych twórców (malarzy, rzeźbiarzy). Na zakończenie dzieci otrzymują rodzaj zeszytu z przypomnieniem najważniejszych informacji o prezentowanych artystach.

#### Rowerowe abc

warsztaty dla dzieci, od 6 lat – bez bocznych kółek

27.06 – 1.07

16.08 – 19.08

godz. 10.00-12.00, 100 zł/tydz.

Zabawy zręcznościowe, nauka hamowania, pokonywania zakrętów i przeszkód, podjazdy, jazda po różnych nawierzchniach, etc.

#### Kino dla dzieci

darmowe seanse codziennie o godz. 12.00 w Kinie MCDiS, wejście B | wstęp wolny

#### Joga

wakacyjne zajęcia | karnet MCDiS

od 27.06 – 20.07 oraz od 22.08 – 3.09

poniedziałki, środy

godz. 18.00-19.00 | joga początkujący

godz. 19.00-20.15 | joga ogólna

soboty

godz. 9.00-10.30 | joga dla wszystkich

\* od 5 września wraca „stary” grafik

Zapraszamy do naszego biura, czynne codziennie od godz. 8.00 do 16.00 | tel. 12 357 34 65  
Zapraszamy do MCDiS!

#### TKKF Wiarus

– wycieczki rowerowe

Niepołomickie Wiarusy zapraszają na zorganizowane wycieczki rowerowe do Puszczy Niepołomickiej. Wycieczki będą organizowane w dniach 3, 9, 16 oraz 23 lipca, a także 6, 13, 20 oraz 28 sierpnia.

Kolumna rowerzystów będzie wyjeżdżała punktualnie o godzinie 10.30 spod Kopca Grunwaldzkiego. Powrót planowany jest około 14.00.

–zawody strzeleckie

Wiarus zaprasza na treningi strzeleckie w PTG Sokół. Zajęcia z broni pneumatycznej będą prowadzone 8, 16 oraz 22 sierpnia. Dodatkowo 27 sierpnia odbędą się zawody strzeleckie o puchar prezesa firmy Juka, Józefa Pawłowskiego.

– festyn rekreacyjny.

4 września na polanie Sitowiec zostanie zorganizowany festyn rekreacyjny na zakończenie programu Wakacje 2016. Początek wydarzenia o godzinie 13.00.





# Przypadek?

JOANNA KOCOT

Referat Promocji i Kultury

**Niewiarygodnie szybko pojawiają się na rynku kolejne książki Krystyny Mirek, prawie tak, jak niewiarygodnie szybko się je czyta. Najnowsza powieść autorki pt. *Więszy kawałek nieba* ukazała się na rynku 27 kwietnia 2016 roku, a już na sierpień zapowiadana jest jej druga część.**

Fanki twórczości Krystyny Mirek zapewne nie zdziwią się, że i tym razem autorka zapewniła nam rozrywkę z gatunku powieści obyczajowych. Główną bohaterką książki jest Iga, ale - moim zdaniem - głównym bohaterem jest tu jednak przypadek, bo gdyby główna bohaterka pod wpływem impulsu nie przysiadła w ogródku restauracyjnym na kawę, albo gdyby usiadła w ogródku innej restauracji, nie podsłuchałaby rozmowy dwóch dziewczyn, a wtedy nie usłyszałaby nic o właścicielu i nie dowiedziałaby się, że w restauracji odbywają się akurat rozmowy o pracę. Gdyby - również za sprawą impulsu - nie stwierdziła, że właściwie czemu ma nie spróbować swoich sił, nie dostałaby nowej pracy. I w końcu gdyby nie zdobyła się na rozmowę i decyzję o podjęciu pracy nie poznałaby Wiktora i tak dalej, i tak dalej.

Różni ludzie, różnie postrzegają przypadek w swoim życiu. Jedni uważają, że nie ma czegoś takiego, a wszystko co nas spotyka jest konsekwencją naszych wyborów i działań, inni oddają mu decydującą rolę. W *Więszym kawałku nieba* właściwie żadna z decyzji podejmowanych przez Igę nie wydaje się przemyślanym planem na budowanie jej przyszłości, a jedynie jej odpowiedzią na przypadkowe zdarzenia - kolejne prace, wykształcenie, sposób rozwiązywania problemów. I tylko przyjaciółka, której konsekwentnie trzyma się przez te lata, wydaje się być wybrana świadomie i dobrowolnie. Czy to przesada? Czy przez to książka nie traci na realności? Życie bywa

**Więszy kawałek nieba**

Krystyna Mirek

Wydawnictwo Znak

Kraków 2016



jeszcze bardziej zaskakujące i pełne przypadków. Jak mówi autorka, wiele osób właśnie w tej książce widzi cytaty ze swojego życia.

Powieściowa Iga mota się, uciekając przed trudną sytuacją rodzinną, znajduje pracę i wyjeżdża do Anglii, czując jednak odpowiedzialność za zostawionego w Polsce ojca, co jakiś czas przyjeżdża, za każdym razem zdając sobie sprawę, jak bardzo tęskni. Nie zapuszcza korzeni, nigdzie nie czuje się jak w domu. Oderwana od życia rodzinnego, z uwagą słucha i szuka cudzych historii rodzinnych, takich, które wiążą się z budynkami, przedmiotami. Koniec końców Iga - oczywiście przypadkiem - dostaje pracę kelnerki w restauracji przy rynku w Krakowie. To jednak sprawia, że zaczyna plątać się jeszcze bardziej. Życie niesie ją tam, gdzie chce. A ona? Nawet stara się dawać przez jakiś czas opór, ale okazuje się, że może ten przypadek nie jest taki zły. Przeciwnie w końcu wszystko musi się jakoś ułożyć. Jak? Tego jeszcze nie wiemy, książka *Więszy kawałek nieba* jest pierwszą z dwóch części. Wszystko ostatecznie okaże się w sierpniu.

Wprawdzie akcja książki rozgrywa się zimą, ale powieść znakomicie nadaje się także na wakacyjne odstresowanie. Tym bardziej się cieszę, że egzemplarz książki z dedykacją autorki, możemy rozlosować między czytelników Gazety Niepołomickiej. Wystarczy napisać do nas na mail gazeta.niepolomice@gmail.com, którą z bohaterek i której powieści Krystyny Mirek lubicie najbardziej. Na maile czekamy do 31 lipca. Wyniki losowania zamieszczone zostaną na stronie internetowej [www.niepolomice.eu](http://www.niepolomice.eu).

# 0 klasztorze i życiu zakonnym

JOANNA KOCOT

Referat Promocji i Kultury

Uważni czytelnicy Gazety Niepołomickiej zapewne wiedzą, że w tym roku przypada 800-lecie fundacji klasztoru w Staniątkach. Jest to jeden z najstarszych klasztorów benedyktyńskich na ziemiach polskich. Uważni czytelnicy Gazety Niepołomickiej zapewne o samym klasztorze wiedzą już sporo, a to dzięki cyklowi siostry Małgorzaty Borkowskiej „Turysta wewnętrzny w klasztorze”. Były w nim informacje zarówno o życiu w zakonie, jak i o legendarnych początkach klasztoru, o historii zapisanej, ale też o tym, jak zapiski ulegały modyfikacjom. Dowiedzieliśmy się, jak było i jak jest obecnie, jak wygląda dzień powszedni w zakonie, a jak święta.

Teksty siostry Małgorzaty były ciekawe, mądre i napisane pięknym językiem, przedstawiały nam laikom, życie toczące się w zupełnie innej rzeczywistości, z którą wprawdzie mamy kilka punktów styczności, ale w większości jednak zupełnie odmienną.

„Praca i modlitwa” - życie według reguły świętego Benedykta wymaga od osób, które decydują się iść jego śladem innych cech charakteru, ale też innej organizacji czasu i codzienności. O tym wszystkim siostra Małgorzata pisała dla naszych czytelników, a teraz jej felietony, zebrane i opatrzone zdjęciami Overlia Studio zostały wydane w wersji książkowej pod tytułem *Gawędy staniąteckie*.

**Gawędy staniąteckie**

s. Małgorzata Borkowska OSB

Stron: 117

Oprawa: twarda

Niepołomice 2016



Osoby, które czytały o klasztorze w Staniątkach w Gazecie Niepołomickiej mogą przypomnieć sobie lekturę, ci którzy nie czytali, mają szansę nadrobić zaległości.

Serdecznie zachęcam do sięgnięcia po książkę, żeby dowiedzieć się więcej o Opactwie Mniszek Benedyktynek w Staniątkach i o sąsiadkach, które tworzą tu swój świat już od ponad ośmiu stuleci.

**Dla naszych czytelników mamy trzy książki *Gawędy staniąteckie* siostry Małgorzaty Borkowskiej, z dedykacją. Aby je otrzymać wystarczy do 30 lipca napisać na mail: [gazeta.niepolomicka@gmail.com](mailto:gazeta.niepolomicka@gmail.com), pod czym wezwaniem jest kościół, który znajduje się w obrębie Opactwa Mniszek Benedyktynek w Staniątkach. Książki rozlosujemy spośród osób, które nadesłały prawidłowe odpowiedzi.**

# Ziołomania

JADWIGA PITEK

sklep Ziołowo w Niepołomicach

## Zapraszam serdecznie na Ziołomanię - imprezę plenerową, która odbędzie się w Osadzie Podegrodzie u podnóża Zamku Królewskiego w Niepołomicach 15 sierpnia 2016 r.

W tym dniu obchodzone jest święto Matki Bożej Zielnej i przy tej okazji będziecie mogli poczuć zapach ziół, skosztować licznych smakołyków, wziąć udział w warsztatach, wykładach i konkursach. Wszystkie atrakcje będą prowadzone przez osoby przybywające z różnych zakątków Małopolski i na co dzień związane z ziołami.

Pierwszy warsztat odbędzie się już o godzinie 11.00. W planie między innymi warsztat Eko dom, gdzie dowiecie się jak posprzątać dom bez użycia środków chemicznych oraz wprowadzenie w tajniki robienia nalewek leczniczych połączonych z degustacją i warsztaty kulinarne dla całej rodziny.

O godzinie 12.30 dowiecie się więcej od Moniki Piaseckiej z Krakowa na temat Diety Paleo. O go-

dzinie 14.00 warsztaty kulinarne poprowadzą panie ze Stowarzyszenia Gościńiec 4 Żywiołów z Lanckorony i Kalwarii Zebrzydowskiej.

Kto chciałby sobie zrobić swój woreczek zapachowy od podszewki to będzie miał okazję się nauczyć u Hani Czuchty z Wysowej Zdroju. W ruchu będą igły i nitki, a na koniec woreczek wypełnicie pachnącymi kwiatami i ziołami.

O godzinie 12.00 zapraszamy wszystkich chętnych na spacer po łące. Poprowadzi go Renata Więclaw z Woli Batorskiej. Będziecie mogli dowiedzieć, które rośliny mają zastosowanie lecznicze.

Przewidziany jest również konkurs na najpiękniejszy bukiet z ziół i kwiatów. Dzieci mogą spróbować swoich sił w plecieniu wianków, lepieniu rogalików, tworzenia zielników, świec oraz mydełek, a o godzinie 16.30 zapraszamy do wzięcia udziału w konkursie na najładniejszy dziecięcy wianek.

Oprócz warsztatów odbędą się trzy wykłady, połączone z otwartą dyskusją. Gospodarstwo edukacyjne „Pszczółki” z Pałecznicy będzie prowadziło sprzedaż miodów z degustacją. Na stoisku ABA-ART znajdziecie skrzynki na zioła, natomiast o godzinie 15.00 będziecie mogli wyciąć napis w drewnie.

Ziołowo również będzie. Osobiście poprowadzę warsztaty tworzenia zielników. Będziemy robić oleje ziołowe, próbować zioła i kwiaty, rozpo-

**Ziołomania**  
15 sierpnia 2016  
11.00-18.00  
Osada Podegrodzie w Niepołomicach

**Warsztaty:**  
11.00-12.00 Jak posprzątać dom bez chemii  
11.30-12.30 Tworzenie zielników i rozprowadzanie gotowanych ziół  
12.00-13.00 Warsztaty plenerowe: w poszukiwaniu roślin leczniczych  
12.00-13.00 Wycięcie napisów glinkowych  
12.30-13.30 Warsztaty kulinarne: Zioła w diecie Paleo  
13.00-14.00 Plecienie wianków  
13.30-14.00 Oleje ziołowe i kwiaty jadalne  
14.00-15.00 Warsztaty kulinarne: Plecienie rogalików i bułeczek  
14.30-15.30 Tworzenie woreczków zapachowych  
15.30-16.30 Nalewki ziołowe  
15.00-16.00 Wycinanie napisów w drewnie

**Przebieg:**  
Złoczenie oleju na zimno z degustacją  
Robienie świec z wosku, degustacja miodów i pyłku

**Wykłady:**  
13.30-14.30 Borelloza a zioła  
15.00-16.00 Zioła Agnieszki  
16.30-18.00 Historia ziół w diecie

**Konkursy:**  
11.00 Rozpoznawanie ziół  
15.00 Najładniejszy bukiet z ziół na święto Matki Bożej Zielnej (brzoza wokalny od 11.00-14.00)  
16.30 Najładniejszy dziecięcy wianek

**Kiermasz**  
Zioła, herbaty, przegrzew - Ziołowo  
Naturalne ręcznie robione mydła - Maglio stacja  
Tarty owocowe, ciasta, kawy, lemoniady - Paleo Szteta  
Oleje, bułeczki z ziołami - Stowarzyszenie Gościńiec 4 Żywiołów  
Nalewki ziołowe - Andrzej Mikolajewicz - stoisko informacyjne  
Zioła i miody z przyborami - Renata Więclaw - stoisko informacyjne  
Skrzynki drewniane na zioła - ABA-ART  
Miody, pyłek kwiatowy - Gospodarstwo Edukacyjne "Pszczółki"  
Olej tłoczony na zimno - Tłocznia olejów Dobra Natura

Wszystkie informacje na stronie:  
[www.ziolomania.pl](http://www.ziolomania.pl)  
[www.facebook.com/Ziołomania](http://www.facebook.com/Ziołomania)  
[www.ziolomania.pl](http://www.ziolomania.pl)

Organizator: **Ziołowa** Patronat:

znawać zioła i przyprawy. Jak się uda to zrobimy degustację herbatki ziołowych.

Wszystkie powyższe informacje znajdują się na stronie: [www.ziolomania.pl](http://www.ziolomania.pl).

Ziołomania odbędzie się dzięki wsparciu Fundacji Zamek Królewski w Niepołomicach oraz Urzędu Miasta i Gminy w Niepołomicach, które objęły również patronat nad imprezą. Bardzo dziękuję i cieszę się, że pomysł, który zrodził się dwa lata temu zostanie zrealizowany.

## ALICJA Z KRAINY CZARÓW ODWIEDZI NIEPOŁOMICĘ!

W niedzielę 7 sierpnia nie może nikogo zabraknąć w Parku Miejskim w Niepołomicach! Biblioteka Publiczna już po raz szósty organizuje Wielką Wymianę Książek (w godzinach od 15.00 do 18.00). Swoją obecność potwierdziła Alicja z Krainy Czarów, Szalony Kapelusznik, Biały Królik i Pan Gąsienica.

Jeśli uwielbiasz czytać książki i kochasz świat literatury, to przyjdź koniecznie! Podczas imprezy możesz wymienić przeczytane tytuły na nowe książki.

Dodatkową atrakcją będą zabawy dla dzieciaków. Na najmłodszych czekają warsztaty z Alicją, mecz krykieta z Królową Kier, magiczne eksperymenty z Szalonym Kapelusznikiem i konkurencje sportowe z Białym Królikiem i jego kieszonkowym zegarkiem.

7 sierpnia, godz. 15.00, Park Miejski – Wielka Wymiana Książek.

## BODYART - ZADBAJ O KONDYCJĘ LATEM

Już po raz trzeci wspólnie z niepołomiczkim Studiem Rekreacji Beata zapraszamy na wakacje z BodyART. W każdą niedzielę o 18.00 spotykamy się w parku miejskim, żeby popracować nad kondycją.

Gimnastykę BodyART stworzył prezenter fitness Robert Steinbacher. Składa się ona z najbardziej przydatnych elementów jogi, tańca i ćwiczeń oddechowych. Dzięki takiemu połączeniu BodyART wzmacnia i uelastycznia mięśnie oraz stawy, prowadzi do ogólnej poprawy kondycji. I oczywiście, jak każdy trening, dostarcza endorfin, a zatem zapewnia nam lepszy humor i samopoczucie.

Aby uczestniczyć w zajęciach wystarczy mieć chęć, sportowe ubranie i przyjść w niedzielę o 18.00 do parku. Niezbędny sprzęt zapewni Studio Rekreacji Beata. Udział w treningach jest bezpłatny. Będziecie można w nich brać udział przez całą wakacje.

## GRILLOWANIE Z BURMISTRZEM

28 sierpnia, w niedzielę, zaprosimy wszystkich na wspólne pożegnanie wakacji przy grillu, na trzeciej już imprezie z serii Grill u burmistrza. Spotkanie w parku przy pysznym jedzeniu należy do naszych ulubionych. Dlatego też w ostatni weekend sierpnia spotykamy się i będziemy się razem dobrze bawić.

Tradycyjnie już będzie można wziąć udział w konkursach np. na najlepsze ciasto lata, czy najciekawszą marynatę; testować pyszne jedzenie i poznawać sąsiadów. Smakowite popołudnie rozpoczniemy o 16.00.

Ekspertów od grillowania zapraszamy do konkursu o Patelnię Burmistrza!

28 sierpnia, godz. 16.00, Park Miejski w Niepołomicach – Grill u burmistrza.



# BEZPIECZNIE

## na wakacjach



**MARCIN ŻAREK**  
oficer Państwowej Straży Pożarnej

Wolny czas wakacyjny przeznaczamy często na wypoczynek i wyjazdy. Co zrobić, aby dobrze się do nich przygotować?

Podróżując samochodem, szczególnie jeżeli jedziemy wiele godzin (w nocy), musimy wcześniej dobrze zaplanować trasę z uwzględnieniem postoi, a może także miejsc z noclegiem, aby zregenerować siły. Przed jazdą należy odpocząć i wyspać się. Dłuższą trasę, jeżeli za kółkiem nie będziemy mieli zmiennika, warto podzielić na kilka etapów. Jadąc np. z Niepołomic do Gdańska, możemy przecież po drodze zwiedzić w jedną stronę Toruń i tam przenocować, a z powrotem zwiedzić i zanocować np. w uzdrowiskowym Ciechocinku. W taki sposób podróż podzielimy sobie na dwa dni, nie będzie dla nas taka męcząca, a nie stracimy przy tym cennego, wolnego czasu. Oczywiście jest to tylko jedna z propozycji, ale najważniejsze jest to, aby sobie zaplanować odpoczynek na trasie. Nawet jeżeli uważamy, że damy radę jechać kilka czy kilkanaście godzin, to warto pamiętać, że najwięcej wypadków w podróży zdarza się z winy kierowcy, który zasypia za kółkiem niedaleko od miejsca docelowego. Dzieje się tak, gdy dopuścimy do siebie myśl o wykonaniu zadania, mając jeszcze do pokonania kilka lub kilkanaście kilometrów, ponieważ organizm się rozluźnia, spada koncentracja i przegrywamy ze zmęczeniem. W przypadku, kiedy jako środek lokomocji wybieramy pojazd komunikacji zbiorowej (pociąg, autokar), też należy pamiętać o kilku sprawach, które mogą mieć wpływ na bezpieczeństwo w podróży. Trzeba zwracać baczną uwagę na własny bagaż, by nie został bez opieki, bo wtedy szybko może stać się czymś łupem. Nie wolno się chwalić, co mamy w walizkach oraz trzymać gotówki w jednym miejscu. Pieniądze warto podzielić i część trzymać przy sobie, a część w bagażu. Tylko w ten sposób, jeśli padniemy ofiarą złodzieja, uda nam się nie stracić wszystkich oszczędności, przeznaczonych na wakacje. W trakcie przerw w podróży nie należy się oddalać od pociągu czy autobusu. W nieznanym miejscu możesz zablądzić, jeżeli oddalisz się od dworca czy parkingu, na którym ma postój pojazd, którym przyjechałeś. Trzeba się starać nie zasypiać w podróży oraz nie przyjmować posiłków od

nieznajomych, gdyż może się w nich znaleźć środek odurzający (a może on być nawet w postaci niewinnie wyglądającego cukierka). Jeżeli kierowca łamie przepisy ruchu drogowego, nie należy się wahać, by mu zwrócić uwagę. W przypadku zauważenia pożaru w autokarze czy pociągu należy bezwzględnie poinformować kierowcę, konduktora, służby ratunkowe. W przypadku pożaru w pociągu należy również zaciągnąć hamulec bezpieczeństwa i, jeżeli to możliwe, udać się w kierunku przodu pociągu, gdyż pożar w wagonach rozprzestrzenia się zawsze od miejsca wystąpienia ognia do ostatniego składu. Powyższe zasady przydadzą się, aby bezpiecznie dotrzeć do miejsca wypoczynku.

Jeżeli już dotarliśmy do miejsca wypoczynku, to zapewne jesteśmy nad wodą (morza, jeziora, oceany). Tu też przyda się kilka uwag, które poprawią nasze bezpieczeństwo. Przede wszystkim opiekunowie dzieci muszą mieć „oczy dookoła głowy”. Pod żadnym pozorem nie wolno spuszczać z oczu dzieci, nawet jeśli pływają dobrze. Pod żadnym pozorem również nie kąpiemy się w miejscach, w których obowiązuje zakaz kąpieli. Najlepiej wybrać miejsca strzeżone przez ratowników. Należy przy tym wiedzieć, że samo zlokalizowanie na plaży wieży ratowniczej nie oznacza, że ratownik się tam znajduje. Informacją czy odcinek morza czy jeziora jest strzeżony, będzie wywieszona biała flaga na wieżyczce ratownika. W momencie, gdy ratownik opuszcza swój posterunek, flaga ta zamieniona zostaje na kolor czerwony. Flagą koloru czerwonego oznacza też zakaz zabawy w wodzie z powodu niesprzyjających

**Przede wszystkim opiekunowie dzieci muszą mieć „oczy dookoła głowy”. Pod żadnym pozorem nie wolno spuszczać z oczu dzieci, nawet jeśli pływają dobrze.**

warunków pogodowych. Ratownicy wodni z reguły oznaczają bojami miejsce, gdzie mogą pływać wszyscy. Poza tę umowną linię na tzw. głęboką wodę mogą wypływać tylko pływacy posiadający kartę pływacką drugiego stopnia (tzw. żółty czepek). Pamiętajmy również, aby na nieznanach akwenach wodnych nie skakać do wody, ponieważ wiąże się to z ryzykiem kontuzji kręgosłupa, która zazwyczaj oznacza trwałe kalectwo lub śmierć. Osoby, które pływają łodziami, na skuterach wodnych czy kajakach są zobowiązane posiadać założony kapok (kamizelkę asekuracyjną), gdyż ochroni ona nas po niespodziewanym wywróceniu łodzi lub też wypadnięciu z niej do wody. Dotyczy to również osób, które są dobrymi pływakami. Wypoczywając nad wodą, warto w swoim telefonie mieć zapisany numer do Wodnego Pogotowia Ratunkowego – 601 100 100, ponieważ nigdy nie wiadomo, co nas spotka. Na plażę powinniśmy zawsze zabierać nakrycie głowy, okulary słoneczne, krem z filtrem UV oraz zapas wody i napojów. Zabezpiecz nas to przed poparzeniami słonecznymi i odwodnieniem organi-



Foto: Pixabay.com

zmu. Doświadczeni „wodniacy” wiedzą, że gdy „szukasz ochłody, nie wchodź do zimnej wody”. Połączenie mocno rozgrzanego ciała z lodowatą wodą w większości przypadków prowadzi do szoku termicznego, który spowoduje, że resztę urlopu spędzimy w szpitalu.

I ostatnia rada dla wypoczywających nad wodą: obserwujmy innych, ponieważ znane są przypadki, że ludzie tonęli w wodzie, w której pływało wiele osób i nikt tego nie zauważył. Stało się tak prawdopodobnie dlatego, że istnieje wyobrażenie, że osoba tonąca macha rękoma, woła o pomoc i woda wokół niej jest wzburzona. Otóż zazwyczaj jest to na odwrót. Oto fragment artykułu Dzieci toną w ciszy (...) *usta tonących na przemian znajdują się nad i pod poziomem wody. Nie znajdują się ponad powierzchnią wystarczająco długo, by zrobić wydech, wdech i jeszcze krzyknąć po pomoc. Tonący oddychają bardzo szybko, chcąc nabrać powietrza, zanim znów znajdą się pod wodą. Nie są w stanie krzyknąć. Tonący nie potrafią machać rękami po pomoc. Odruchowo rozkładają ramiona i wykonują ruchy pozwalające utrzymać się na powierzchni, by móc oddychać. Tonący nie potrafią kontrolować ruchów rąk. Nie są w stanie się uspokoić i machać rękami po pomoc, płynąc w kierunku ratującego lub złapać się koła ratunkowego...* Polecam wszystkim wybierającym się nad wodę odszukać w sieci ten artykuł i przeczytać w całości. Dowiecie się w nim wielu ciekawych informacji o przypadkach tonięcia.

Jeżeli nie jesteśmy nad wodą to zapewne w górach, a jak mawiają najstarsi górale – „z górami śpasów ni ma”. I jest to święta prawda, że z górami nie ma żartów, ponieważ warunki pogodowe mogą się tu zmieniać szybko. I tak wychodząc przy pięknej słonecznej pogodzie na pieszą wędrowkę, nigdy nie będziemy wiedzieć, czy w trakcie powrotu nie zaskoczy nas burza lub mgła. Warto więc przeanalizować trasę wędrowki. Prześledzić należy mapę szlaku, szlaków sąsiednich, miejsc schronisk i leśniczówek. Będzie to wiedza nie do oceny w przypadku załamania pogody. Każdy piechur w górach powinien mieć wygodne obuwie, ciepłe ubranie w plecaku, zapas wody i jedzenia w postaci kanapek i przekąsek. Należy się również wyposażyć w telefon (najlepiej z GPS) z zapisanym numerem do Górskiego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego – 601 100 300 lub numer alarmowy do nich – 985. Pamiętajmy też o latarce, zapalniczkach czy podręcznej apteczce.

Przed wyjściem na wycieczkę po górach zostaw informacje w miejscu noclegu, gdzie idziesz i kiedy planujesz wrócić. Dostosuj trudność i długość szlaku do swoich możliwości fizycznych. Wychodź na trasę wczesnym rankiem, ponieważ jeśli ma wystąpić zła pogoda, to stanie się tak zapewne po południu, gdy my już będziemy odpoczywać w pokoju. W przypadku, gdy zostanie nas na szlaku burza, należy zejść ze szczytów i grani, unikać zbiorników wodnych, trąkci elektrycznych, samotnie rosnących drzew na polanach i wejść do jaskiń – to w te miejsca najczęściej uderzają pioruny. Jeśli burza nie jest gwałtowna, spróbujmy w jej trakcie dojść do jakiegoś schroniska lub innego budynku. W przypadku gwałtownej nawałni-



cy z piorunami należy się ciepło ubrać, usiąść na plecaku w odległości ok. 100 m od drzewa, okryć się peleryną przeciwdeszczową i czekać – burze w górach są gwałtowne, ale krótkie.

Podczas wystąpienia na szlaku mgły należy bezwzględnie zawrócić do schroniska lub miejsca wyjścia na wycieczkę. W przypadku zgubienia się lub groźby spędzenia nocy na szlaku nie zwlekajmy, tylko zadzwońmy do GOPR-u. Musimy pamiętać, że głos w górach, w mgle często dochodzi z innego miejsca, niż znajduje się wołający o pomoc. W trakcie wystąpienia wiatru lub chłodu przyda się ciepłe ubranie z plecaka.

Niezależnie od tego gdzie spędzamy wakacje: nad morzem, w górach czy jeszcze w innym wspaniałym miejscu, musimy pamiętać, że żadna rada nie zastąpi nam zdrowego rozsądku. Mimo że odpoczywamy od szkoły, pracy, codziennych obowiązków nie możemy „wyłączyć myślenia”. Pamiętajmy również o równaniu:

„alkohol + woda = nieszczęście”. Jeżeli jednak już zdarzy się nam lub komuś w pobliżu nieprzewidziane losowe zdarzenie to zawsze „zachowujemy zimną krew”, dzwoniemy po pomoc i w miarę posiadanych umiejętności do czasu przybycia ratowników staramy się udzielić pomocy. Warto w swoim telefonie komórkowym posiadać w książce adresowej numer do bliskiej osoby, która wie o nas prawie wszystko (mama, tata, żona, mąż, dziecko, przyjaciel) i mieć go zapisanego jako ICE, np. ICE mama. W razie potrzeby kontakt ratowników z taką osobą bardzo pomoże nam samym, a im ułatwi pracę. Jeśli nie możemy się zdecydować, kogo wpisać jako ICE, wpiszmy kilka pozycji np. ICE 1 żona, ICE 2 teściowa, ICE 3 itd.

O bezpieczeństwie nie należy zapominać, ale też myślenie o nim nie może nam przeszkodzić we wspaniałym wypoczynku. Trzeba zatem znaleźć złoty środek.





# Spojrzenie w WAKACYJNE NIEBO



DR ADAM MICHALEC

Młodzieżowe Obserwatorium Astronomiczne w Niepołomicach

W wakacje staramy się każdego dnia korzystać z dobrodziejstw słonecznego nieba. Rzeczywiście jest to okres długich dni – chociaż już nie tak długich jak czerwcowe – i krótkich nocy, które niezbyt sprzyjają obserwacjom astronomicznym. A jednak parę ciekawych zjawisk astronomicznych będziemy mogli zaobserwować, a na specjalne wyróżnienie wśród nich zasługują meteory Akwarydy pod koniec lipca, a w drugiej dekadzie sierpnia – słynne Perseidy.

Postaramy się również na spojrzenie w nocne niebo wykorzystać wolny czas wakacyjny. W lipcu od około godz. 23.00 króluje na nieboskłonie tzw. Trójkąt letni. Tworzą go trzy gwiazdy pierwszej wielkości: Deneb, Wega i Altair. Należą one, w kolejności, do gwiazdozbiorów: Łabędzia, Lutni i Orła. W trójkącie tym, najwyżej nad horyzontem, mieści się prawie w całości Łabędź (jego jasne gwiazdy tworzą krzyż), na prawo, nieco poniżej Lutnia i u dołu Orzeł. Przez wszystkie te trzy gwiazdozbiory, w ich tle, przebiega Droga Mleczna, czyli nasza galaktyka. Aby ją dostrzec na niebie, nie potrzeba lunet, wystarczy tylko mieć dobre oko i spędzić kilka chwil w późny pogodny wieczór z dala od miejskich świateł. Najlepsze warunki do jej wakacyjnego podziwiania występują w ciemnym Parku Gwiazdzonego Nieba w Bieszczadach, w gminie Lutowiska.

4 lipca o godz. 18 **Ziemia** na orbicie okołosłonecznej znajdzie się najdalej od **Słońca** (w *aphelium*), w odległości ponad 152 mln km. Natomiast **Słońce** w swej „wędrowce” po *Ekliptyce* podąża ku równikowi niebieskiemu, przez co jego deklinacja systematycznie maleje, a w związku z tym dni stają się nieubłagane coraz krótsze.

1 lipca w Małopolsce **Słońce** wschodzi o godz. 4.35, a zachodzi o godz. 20.52, czyli dzień będzie trwał 16 godzin i 17 minut. Będzie już krótszy od najdłuższego dnia w roku o 6 minut; natomiast 31 sierpnia **Słońce** wschodzi o 5.54, a zachodzi o 19.25, czyli będzie nam świecić przez 13 godzin i 31 minut; zatem przez wakacje ubędzie nam dnia aż o 2 godziny i 46 minut.

W międzyczasie **Słońce**, w swej „wędrowce” wśród znaków Zodiaku, przejdzie 22 lipca o godz. 11.17 ze znaku *Raka* w znak *Lwa*, a miesiąc później, 22 sierpnia o godz. 18.27, wstąpi w znak *Panny*. Jeśli zaś chodzi o aktywność magnetyczną **Słońca**, to utrzymuje się ona na średnim poziomie. Nieco zwiększona aktywność wystąpi na przełomie lipca i sierpnia, czego widomą oznaką będzie systematyczny, ale niewielki wzrost ilości plam i rozbłysków w fotosferze **Słońca**. Zawsze jednak należy się liczyć z niespodziankami z jego strony, a być może zaowocuje to możliwością zobaczenia w Małopolsce zorzy polarnej.

**Księżyc** rozpocznie i zakończy wakacje bliski nowiu, wędrując przy tym nisko nad horyzontem. Kolejność jego faz w lipcu będzie następująca: now 4 VII o godz. 13.01, pierwsza kwadra 12 VII o godz. 2.52, pełnia 20 VII

o godz. 00.57 i ostatnia kwadra 27 VII o godz. 1.00. W sierpniu zaś: now 2 VIII o godz. 22.45, pierwsza kwadra 10 VIII o godz. 20.21, pełnia 18 VIII o godz. 11.27 i ostatnia kwadra 25 VIII o godz. 05.41.

W perygeum (najbliżej **Ziemi**) znajdzie się **Księżyc** 1 VII o godz. 9.00 oraz 27 VII o godz. 14 i 22 VIII o godz. 3.00. W apogeum (najdalej od **Ziemi**) będzie **Księżyc** 13 VII o godz. 7.00 oraz 10 VIII o godz. 2.00.

Warto też pamiętać, że 20 lipca minie już 47 lat, od kiedy to statek **Apollo 11** wylądował na **Księżycu**, a dzień później stopy człowieka (*Neil Armstrong* i *Buzz Aldrin*) po raz pierwszy dotknęły powierzchni Srebrnego Globu. Wypada zatem spojrzeć bardziej sentymentalnie na naszego naturalnego satelitę, będącego aktualnie rezerwatem ścisłym, gdzie – jak głosi legenda – wciąż na nowych śmiałków (dotychczas było ich tylko 12) czeka *Mistrz Twardowski*. Ponadto 18 sierpnia, przed południem, wystąpi półcieniowe zaćmienie **Księżycza**, zatem u nas będzie niewidoczne.

Jeśli zaś chodzi o planety, to **Merkurego** i **Wenus** – w tandemie – będzie można obserwować na wieczornym niebie nisko nad zachodnim horyzontem dopiero od połowy lipca do końca wakacji. Wieczorem 16 VII o godz. 20.00 **Merkury** znacznie zbliży się do **Wenus**, bo na odległość pół stopnia, czyli tyle ile wynosi widoma średnica **Księżycza**, co powinno nam ułatwić jego dostrzeżenie.

Czerwonawego **Marsa**, po majowej opozycji w stosunku do **Słońca**, można będzie obserwować przez całą noc. W czasie wakacji przewędruje on z gwiazdozbioru Wagi do Skorpiona, a następnie do Wężownika, by – zakreślając pętlę – pod koniec sierpnia zawrócić do Skorpiona. 24 sierpnia zbliży się do Antaresa – najjaśniejszej gwiazdy w tej konstelacji – na odległość 1,8 stopnia.

Na wieczornym niebie w gwiazdozbiore Lwa, a od sierpnia w Pannie, możemy obserwować **Jowisza** ze swoją gromadką galileuszowych księżyców, coraz to niżej nad zachodnim horyzontem. Wieczorem 27 sierpnia dojdzie do jego bliskiej koniunktacji z **Wenus** na odległość zaledwie 0,1 stopnia. Gorąco polecam każdemu urlopowiczowi obejrzenie tej pięknej konfiguracji planet na południowo-zachodnim niebie.

**Saturn** przystrojony w pierścienie, które możemy podziwiać już przez niewielką lunetę, gości w gwiazdozbiore Wężownika. Po czerwcowej opozycji możemy go obserwować na nocnym niebie przez całe wakacje.

Natomiast **Uran** i **Neptun** widoczne będą w drugiej połowie nocy, odpowiednio w gwiazdozbiorach Ryb i Wodnika. Końcówka wakacji będzie szczególnie dobrym okresem do obserwacji tych planet, w związku z ich przebywaniem blisko opozycji: **Neptun** – 2 IX, a **Uran** – 15 X. Niestety, aby te planety dostrzec, musimy się posłużyć chociażby lornetką, a najlepiej stosując do obserwacji lunetę taką, jaką dysponuje pod kopułą Młodzieżowe Obserwatorium Astronomiczne (tel. 12 281 15 61) w Niepołomicach.

W drugiej połowie lipca, z maksimum 28 VII, można obserwować powolne meteory z roju *Akwarydów*, których radiant leży w gwiazdozbiore Wodnika; w obserwacjach będzie nam przeszkadzał **Księżyc** podążający do ostatniej kwadry.

Natomiast od 17 lipca do 24 sierpnia promieniują – znane od stuleci – Perseidy, zwane też łzami św. Wawrzyńca. Główne ich maksimum wystąpi w nocy 12/13 sierpnia. Obserwacjom będzie przeszkadzał **Księżyc** tuż po pierwszej kwadrze. Zapraszam mimo wszystko do obserwacji tego słynnego roju meteorów, warto zarwać trochę nocy z piątku na sobotę, aby zobaczyć te „spadające gwiazdy”. Pamiętajmy też o staropolskim przysłowiu:

„Lepsze jedno chłodne lato, niż dwie ciepłe zimy”

# Spacerkiem po nieboskłonie Wakacyjnie

**DR ADAM MICHAŁEC**

Młodzieżowe Obserwatorium Astronomiczne w Niepołomicach

Księżyc w pełni powitał lato, zatem - idąc za jego przykładem - powinno być ono w pełni latem, na które wszyscy czekamy. Na nocnym niebie są kolejne zmiany, ale w dalszym ciągu bardzo powoli zapada zmierzch tak, że dopiero około godz. 23 poświata jako tako przestaje przeszkadzać w obserwacjach nieba.

Na zachodnim niebie dostrzeżemy, poznamy jeszcze w poprzednim spacerku, gwiazdozbiór Herkulesa. Jeśli spojrzymy na południowe niebo, zobaczymy letnie gwiazdozbiory. Dominuje tam tzw. trójkąt letni. Tworzą go trzy jasne gwiazdy pierwszej wielkości: Deneb, Wega i Altair. Należą one, w kolejności, do gwiazdozbiorów: Łabędzia, Lutni i Orła. W trójkącie tym, najwyżej nad horyzontem, mieści się prawie w całości Łabędź, na prawo nieco poniżej Lutnia i u dołu Orzeł. Przez wszystkie te trzy gwiazdozbiory przebiega Droga Mleczna, czyli nasza Galaktyka. Zobaczyć ją można bez specjalnego sprzętu, wystarczy wyjść z domu w pogodny, późny wieczór i spojrzeć w niebo z daleka od miejskich świateł. Tego problemu nie mieli ludzie w starożytności, gdyż obszar ich świata był parkiem ciemnego nieba. Co najwyżej można było dyskutować nad rodzajem mleka, koziego czy owczego, które rozlało się na niebie.

Starożytni Grecy nie mieli jednak wątpliwości,

że stało się to za sprawą Zeusa, który podrzucił swego syna Herkulesa do karmienia śpiącej bogini Herze. Wyrwana nagle ze snu bogini, uroniła z piersi kroplę mleka, którym karmiła niemowlaka. To właśnie ta jej kropla rozlała się po niebie. Dopiero Galileuszowi, który skierował na Drogę Mleczną lunetę w 1609 roku - ta „mgielka” zamieniła się w tysiące gwiazd.

Unoszący się zaś na tle Drogi Mlecznej ptak to zamieniony w łabędzia Zeus, który wyrusza na schadzki z królową Sparty, Ledą. Konstelacja ta przypomina wielki krzyż, czasem zwany także Krzyżem Północy. Znajdziemy w niej, oprócz paru jasnych gwiazd, wiele interesujących obiektów, mgławic, galaktyk, ale do ich obserwacji trzeba już użyć lunety. Wymienię tu tylko dwa bardzo interesujące astronomów obiekty: bardzo silne radioźródło Cyg A i zmienne źródło promieniowania gamma Cyg X-1.

Jeśli chodzi o gwiazdozbiór Lutni, to jego nazwa pochodzi od liry Orfeusza, który chcąc odzyskać swoją ukochaną żonę Eurydykę, udał się do świata cieni - Tartaru. Swą wspaniałą grą - dzisiaj wygrałby z pewnością niejednym konkurem w Eurowizji - potrafił zachwycić nie tylko Charona, przewoźnika przez Styks, ale też boga świata podziemnego, Hadesa. Niestety, nie udało mu się uwolnić ukochanej i zrozpaczony Orfeusz błąkał się po górach i lasach, aż zginął, a jego liry Zeus umieścił wśród gwiazd w tej konstelacji. Najjaśniejsza gwiazda w tym gwiazdozbiorze to Wega, a najciekawszy obiekt do obserwacji, na-



wet przez małą lunetę, to mgławica planetarna M57 - w kształcie pierścienia.

Gwiazdozbiór Orła to orzeł posłany przez Zeusa na Ziemię, który miał ponoć porwać na Olimp dorodnego królewicza trojańskiego, Ganimedesa, aby w czasie olimpijskich biesiad usługiwał bogom i rozlewał do pucharów nektar. Najjaśniejsza gwiazda tej konstelacji to Altair - prezentuje dziób orła, a po jej obu stronach świecą dwie inne jasne gwiazdy, tworząc asteryzm zwany mianem Trzech Generałów.

Wakacje szybko przemijają, ani się nie spostrzeżemy, a wraz z upływem czasu, na wschodnim niebie, pojawiają się nowe konstelacje zwiastujące nadejście jesieni, z których największym jest gwiazdozbiór skrzydlatego konia - Pegaza.

Zatem do następnego spacerku po sferze niebieskiej, w atmosferze powakacyjnej wrześnie-owej aury, z wizytą w gwiazdozbiorach, też związanych w znacznej mierze z Mitologią.

## Domowe Laboratorium

### JAJKO W BUTELCE

SZYMON PITEK

opiekun Klubu Młodego Odkrywcy przy MOA w Niepołomicach



Do przeprowadzenia doświadczenia będziemy potrzebować:

- jajko ugotowane na twardo, obrane ze skorupki,
- szklaną butelkę o pojemności ok. 1 litra,
- gorącą wodę,
- wiadro/zlew z zimną wodą.

#### PRZYGOTOWANIE I WYKONANIE EKSPERYMENTU:



Do czystej butelki wlej kilka centymetrów wrzącej wody (poproś o pomoc dorosłego!).



Po chwili, gdy cała butelka będzie już ciepła, na jej szyjce umieść jajko.



Zatkaną butelkę przenieś do wiadra z zimną wodą.

Co się dzieje? Dlaczego?

#### OMÓWIENIE EKSPERYMENTU:

Wlanie do butelki gorącej wody powoduje ogrzanie powietrza w jej wnętrzu, co z kolei prowadzi do zmniejszenia jego gęstości (cieple powietrze jest lżejsze od zimnego, ma mniejsze ciśnienie i zaczyna wydobywać się z butelki). Gdy taką butelkę przeniesiemy do zimnej wody, powietrze

w jej wnętrzu gwałtownie się ochładza - staje się cięższe i gęstsze, a powietrze atmosferyczne z zewnątrz dąży do wyrównania różnicy ciśnień. W przypadku zatkania wylotu butelki jajkiem, po przeniesieniu jej do zimnej wody, nie ma możliwości wyrównania różnicy

ciśnienia - jajko blokuje dostęp powietrza z zewnątrz. Prowadzi to do powstania różnicy ciśnień (podciśnienie w butelce ma mniejszą wartość od ciśnienia atmosferycznego). To ta różnica ciśnień powoduje wciśnięcie jajka do butelki.

Te i inne doświadczenia można samodzielnie realizować na bezpłatnych zajęciach niepołomiczkiego Klubu Młodego Odkrywcy - więcej informacji na stronie [www.kmo.moa.edu.pl](http://www.kmo.moa.edu.pl)





# Mamy grant na „KOSMICZNE ŁĄCZNOŚCI”



**MARIUSZ CIELUCH SP9HSQ**  
sekretarz Niepołomickiego Klubu  
Krótkofalowców

Krótkofalowcy oprócz łączności bezpośrednich mogą prowadzić korespondencję przez satelity amatorskie. Jest to jednak zadanie bardzo trudne w realizacji.

Pierwszy amatorski satelita OSCAR 1 został wystrzelony 12 grudnia 1961 roku. Zbudowany przez radioamatorów i miłośników astronautyki działał przez trzy tygodnie, wysyłając alfabetem Morse'a litery „HI”. Kolejne satelity miały już możliwość odbierania i retransmitowania sygnałów z Ziemi, dzięki czemu można było prowadzić łączności amatorskie z odległymi miejscami. Jednym z prekursorów łączności satelitarnych jest kierownik naszej Stacji Klubowej Jan Kuś SP9BCH, który jako drugi radioamator w Polsce zdobył dyplom amerykańskiej agencji AMSAT za realizację łączności z dwudziestoma krajami przez satelity OSCAR w drugiej połowie lat siedemdziesiątych.

W trakcie takich łączności stacja naziemna wysyła sygnał do przelatującego satelity, który retransmituje go na innej częstotliwości, obejmując znaczną powierzchnię globu.

Ze względu na ciągłe poruszanie się satelitów krótkofalowców musi mieć informację o aktualnym ich położeniu na niebie, mieć możliwość skierowania tam swoich anten oraz śledzenia przelotów. Znaczna odległość do satelity (słabe sygnały) wymusza wysoki zysk i dobrą kierunkowość anten. Występujące zjawisko Dopplera to konieczność jednoczesnej korekty częstotliwości nadajnika i odbiornika. Jak widać, prowadzenie łączności przez satelity amatorskie nie jest ani sprawą prostą, ani taną. Jest to jednak bardzo atrakcyjna dziedzina krótkofalarstwa, rozwijająca wiedzę radiotechniczną, informatyczną, astronomiczną oraz umiejętności operatorskie.

Ze względu na brak możliwości sfinansowania takiego przedsięwzięcia ze skromnego budżetu Niepołomickiego Klubu Krótkofalowców postanowiliśmy wystartować w konkursie grantowym w ramach projektu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich – Małopolska Lokalnie z projektem Zwiększenie atrakcyjności zajęć klubowych oraz poprawienie wizerunku stacji terenowej podczas imprez okolicznościowych. Nasz pomysł zyskał uznanie ekspertów, zdobywając największą ilość punktów, co przyniosło nam grant w wysokości 5.000 PLN.

Większą część zdobytych funduszy przeznaczyliśmy na zakup urzą-

żeń do prowadzenia łączności przez satelity. Jest to obrotnica antenna wraz ze sterownikiem komputerowym, przewodem sterującym oraz kablem antenowym. Symulację pracującego zestawu można było zobaczyć na naszym stoisku podczas Dni Niepołomic. Wystarczyło na ekranie komputera wybrać nadlatującego satelitę, a system sam ustawiał atrapę anteny w jego kierunku i prowadził za obiektem aż do zniknięcia za horyzontem. Obecnie pracujemy nad konstrukcją dwóch anten krzyżowych typu Yagi o dużym zysku i długości około 4 metrów każda, które docelowo będą zamontowane na obrotnicy. W ramach projektu chcemy umieścić obrotnicę z antenami na przenośnym stojaku i wykonać próby nawiązania naszych pierwszych „kosmicznych łączności”. Docelowo anteny powinny pracować na niewielkim maszcie ponad poziomem otaczających budynków, aby móc śledzić satelity już od linii horyzontu. Jest to jednak trudne i kosztowne przedsięwzięcie, z którym spróbujemy zmierzyć się w przyszłym roku.

Ze względu na koszty oraz duży poziom trudności w budowie systemu anten do łączności satelitarnych niewiele klubów w Polsce posiada takie wyposażenie. Dzięki niemu uczestnicy naszych zajęć będą mogli nie tylko realizować łączności przez satelity amatorskie, ale również podsłuchiwać sygnały z satelitów cywilnych i wojskowych, wyławiać łączności z odbicia od Księżyca (EME), wysyłać komunikaty do Międzynarodowej Stacji Kosmicznej (APRS), a także prowadzić dalekosiężne łączności naziemne.

Bardzo ciekawym i unikalnym projektem przygotowywanym przez Młodzieżowe Obserwatorium Astronomiczne jest ARISS, czyli łączność na żywo z kosmonautą z Międzynarodowej Stacji Kosmicznej przeprowadzana przez uczniów lokalnych szkół. Niezbędnym elementem gwarantującym połączenie radiowe z przelatującą stacją jest właśnie budowany przez nas system anten sterowanych komputerowo. Wszystkich zainteresowanych konstrukcją, testowaniem i obsługą systemu zapraszamy do naszego klubu w każdy czwartek od godziny 18.00 (budynek planetarium).

Drugą część otrzymanego grantu przeznaczamy na poprawienie naszego wizerunku na imprezach masowych. W tym celu zakupiliśmy duży namiot, stoły ekspozycyjne i banery. Przygotowujemy również ulotkę opisującą i propagującą krótkofalarstwo, także pod kątem służby dla społeczeństwa podczas kryzysów i klęsk żywiołowych.

73!



# Gościł u nas Jasiek Mela

**ANETA KURAK**

Biblioteka Publiczna w Niepołomicach

Był deszczowy, ciepły wieczór. Zegar wybijał 18.00, a w sali robiło się tłoczno i duszno. Wszyscy zgromadzeni – starsi, dorośli, młodzież i dzieci z niecierpliwością oczekiwali Jaśki Mela. Jednak, ku zaskoczeniu wszystkich, pojawiła się informacja, że będzie małe opóźnienie. Lecz przeciągało się ono w nieskończoność i zaczęłam mieć wątpliwość, czy spotkanie w ogóle się odbędzie. Nastroje zgromadzonych powoli zaczynały się zmieniać, z wielkiego entuzjazmu na zdenerwowanie i lekką niechęć. Niektórzy niestety nas opuścili. Po godzinnym spóźnieniu wbiegł do sali zwykły chłopak. Na dodatek był zdenerwowany i zdyszany. Widownia powitała go głośnymi brawami, bo to był Jasiek Mela – najmłodszy niepełnosprawny zdobywca Biegunów Polarnych i Kilimandżaro, podróżnik,

założyciel fundacji Poza Horyzonty.

Uruchomił prezentację, wziął mikrofon i... zaczęła się najpiękniejsza podróż w moim życiu (myślę, że nie tylko moim). Jasiek na początku żartował, wyświetlał zdjęcia, które zapierały dech w piersiach. Jednak po kilkunastu minutach spotkanie zmieniło swój charakter. Powoli dzielił się z nami swoją historią, a życie go nie rozpieszczało. Po okrutnym pożarze, w którym stracił dom, żył w przekonaniu, że nic gorszego już nie może się stać. Jednak seria tragicznych wydarzeń wcale się nie skończyła. Gdy rodzina podniosła się na nogi, kolejny raz musiała stawić czoła tragedii. Jasiek był świadkiem śmierci brata. A zanim jeszcze rany zostały zabliznione, sam uległ wypadkowi porażenia prądem, który cudem przeżył. Wynikiem tego nieszczęśliwego wydarzenia była amputacja prawego przedramienia i lewego podudzia. Z dnia na dzień został osobą niepełnosprawną, bez celu i sensu istnie-

nia. Z wielkimi pretensjami do świata i Boga, a nawet myślami samobójczymi.

Odnalazł w sobie siłę dzięki głębokiej wierze, ufności do ludzi i przede wszystkim dzięki swojej mamie, która nawet w najgorszych momentach do końca w niego wierzyła. A potem znalazły się kolejne osoby, które pomimo jego depresji, nieakceptowania siebie, pretensji do świata także uwierzyły, że jest bardzo potrzebny. Człowiek, który stał niecały metr od publiczności, dowiódł tego, że dopóki walczymy, zawsze możemy powstać. „To nie noga czy ręka wchodzi na szczyt, tylko głowa” – mówił zebranym.

Wieczór z Jaśkiem Melą był niesamowitym doświadczeniem. Jest to niezwykle człowiek, który łączy skromność, otwartość z ogromną pozytywną energią. Spotkanie zorganizowane przez Bibliotekę Publiczną w Niepołomicach odbyło się w LAS Open Space.



# Szczypta historii we współczesnej literaturze

**JUSTYNA ŻAK**

Biblioteka Publiczna w Niepołomicach, filia w Podłężu

**Uczniowie pierwszych klas Gimnazjum Niepublicznego im. św. Brata Alberta w Podłężu oraz pierwszej i trzeciej klasy Gimnazjum im. św. Wojciecha w Staniątkach zostali przeniesieni w inny wymiar czasu-wy podczas spotkania autorskiego.**

16 czerwca gościem Biblioteki Publicznej w Podłężu i Staniątkach była Agnieszka Tyszka – pisarka, tworząca, jak sama mówi, dla najbardziej wymagającego czytelnika, czyli dla dzieci i młodzieży. W swoim dorobku ma już 40 pozycji książkowych i wciąż nowe pomysły.

Błyskotliwa, pełna uroku i mająca świetny kontakt z młodymi ludźmi szybko zaintrygowała

gimnazjalistów swoim opowiadaniem o książkach. Zaprezentowała trzy wybrane przez siebie historie, z których dwie nawiązują do wydarzeń sprzed wieków, ale główną bohaterką jest w nich współczesna nastolatka. Trzecia historia to powieść zawierająca akcenty autobiograficzne, rozgrywająca się we współczesności.

Autorka do prezentacji wybrała takie fragmenty swoich książek, że większość zgromadzonych była ciekawa dalszego ciągu przygód bohaterów. To z pewnością zachęci do pożyczenia omawianych pozycji w naszej bibliotece.

Agnieszka Tyszka zaprosiła też młodzież do wspólnej zabawy, a ponieważ jest osobą bardzo pozytywnie nastawioną do życia i na początku swojej kariery zawodowej była dziennikarką, zaproponowała napisanie pozytywnej wiadomości, którą można zamieścić w prasie. Efekty przeszły oczekiwania, gimnazjaliści wykazali się niezwykle wyobraźnią. Pisarka była pod wrażeniem!

Na zakończenie trwającego przeszło godzinę spotkania wszyscy uczestnicy otrzymali od autor-

ki zakładki do książek z autografem, zalecamy ich używanie z książkami Agnieszki Tyski np. Mejl na miotle, Nawijka na skajpie i Wyciskacz do łez. Oczywiście są one dostępne w naszej bibliotece.





# Spacerem po Niepołomicach i Puszczy Niepołomickiej

**AGNIESZKA GRAB**

Biblioteka Publiczna w Niepołomicach

**W**e wtorek, 31 maja odbył się uroczysty wernisaż wystawy malarstwa zatytułowanej „Spacerem po Niepołomicach i Puszczy Niepołomickiej”. To już szósta wystawa grupy twórczej W wolnej chwili w niepołomickiej Bibliotece – pierwsza w naszej nowej siedzibie.

„Spacerem po Niepołomicach i Puszczy Niepołomickiej” to wystawa obrazów wykonanych różnorodnymi technikami malarskimi (akwarela, pastel, olej), dzięki którym zwiedzamy nasze miasto, spacerując korytarzami biblioteki. Podziwiamy niepołomicki zamek i kościół, następnie na rynku zatrzymujemy się przy fontannie. Idąc dalej, mijamy bibliotekę i zmierzamy w kierunku Puszczy Niepołomickiej, gdzie wśród ciszy i zieleni kończymy tę niecodzienną wędrówkę.

Na wystawie można podziwiać kilkadziesiąt obrazów, które zajmują hol, korytarz, oraz całą Galerię na Schodach niepołomickiej biblioteki.

Wszyscy obecni na wernisażu spacerowali po korytarzach biblioteki, podziwiając dzieła naszych twórców, których po dziesięciu latach wspólnego malowania można nazwać już profesjonalistami.

Wielką grupę twórczą W wolnej chwili współtworzą: Małgorzata Bajer, Elżbieta Barnaś, Bożena Janus, Maja Kowalewska, Małgorzata Majka,



Edyta Opalińska, Bolesław Sporysz, Ewa Krysa, Irena Bryksy, Marta Lont, Krystyna Piętka, Małgorzata Przetaczek. Grupa powstała w 2006 roku z inicjatywy mieszkańców Wieliczki, reprezentowanych przez Marię Kowalewską oraz Barbarę Krowicką – pracownika Starostwa Powiatu Wielickiego. Od marca 2008 roku do dzisiaj zajęcia prowadzi Anna Dziadkowiec, absolwentka krakowskiej ASP. Uczestnicy grupy W wolnej chwili spotykają się w każdy czwartek o godz. 17.00 w Centrum Kultury i Turystyki w Wieliczce.

Te spotkania to: zajęcia z zakresu malarstwa i rysunku, wykłady z historii i teorii sztuki, a przede wszystkim zajęcia praktyczne, czyli przyjemność namalowania własnego obrazu. Grupa ma w swoim dorobku artystycznym kilkadziesiąt zbiorowych i indywidualnych wystaw, m.in. w Warszawie, Krakowie, Wieliczce i Monachium.

Zapraszamy na wystawę do końca wakacji w godzinach pracy Biblioteki Publicznej w Niepołomicach.

## CIOCIA JADZIA I JEJ PERYPETIE

**ANETA KURAK**

Biblioteka Publiczna w Niepołomicach

**2** czerwca, nawet niespodziewany, rześisty deszcz nie przeszkodził drugoklasistom ze Szkoły Podstawowej w Niepołomicach przybyć do naszej biblioteki. Tego dnia gościliśmy bowiem Elizę Piotrowską – autorkę i ilustratorkę dziecięcych książek, która przyleciała do nas prosto z... Brazylii. Eliza Piotrowska podzieliła się z uczestnikami spotkania tajemnicami związanymi z byciem pisarką. Dzieci z zacięciem słuchały ciekawostek o podróżach autorki, podczas których, co podkreślała, cały czas może wykonywać swój zawód. Wystarczy mieć coś do pisania, kartki lub komputer, a pomysły same zaczynają być ciekawą historią. Autorka zdradziła nawet, że pierwszą książkę napisała w wieku 5 lat, ale zaznaczyła, że jeszcze długo musiała się uczyć, aby dobrze pisać. Jak powiedziała: „wszystko, co wartościowe wymaga czasu i od czegoś trzeba zacząć”.

Największą niespodzianką dla dzieci było poznanie Cioci Jadzi – bohaterki kultowej serii napisanej oczywiście przez naszego gościa. Okazało się, że niezwykle i szaloną ciotką jest sama Eliza Piotrowska. Czytelnicy, poza spotkaniem autorskim, mogą ją poznać w pięciu książeczkach: Ciocia Jadzia, Ciocia Jadzia. Szkoła, Ciocia Jadzia. Tęcza, Ciocia Jadzia w Rzymie, Ciocia Jadzia w Rio. Wszystkie te tytuły nazywa autorka pokrótce przedstawiła dzieciom. Perypetie woźnej, pieczenie oryginalnego ciasta, straszenie po nocach czy szalony ślub w Rio – to tylko niektóre przygody cioci, które mocno rozbawiły słuchaczy. Słuchać i rozmawiać dzieci chciały jak najdłużej, ale wszystko, co dobre, kiedyś się kończy. Na koniec sympatycznego i interesującego spotkania dzieciaki mogły kupić książeczkę i wzbogacić ją autografem autorki. Spotkanie odbyło się LAS Open Space.

## WSZYSTKIE DZIECI SĄ KOLOROWE

**ANETA KURAK**

Biblioteka Publiczna w Niepołomicach

**1** czerwca, w ramach zajęć popołudniowych, odbył się uroczysty Dzień Dziecka. W tak szczególnym dniu nie zabrakło balonów, niespodzianek, wspólnych zabaw i chwil na dziecięcą twórczość. Imprezę rozpoczęliśmy od zabawy z piłką plażową, dzięki której dobrze zapamiętaliśmy swoje imiona. Następnie wszystkie dzieci zasiadły w kąciku plastycznym. Na małych uczestników czekało nie lada wyzwanie – każdy musiał wykonać swój portret. Powstały kolorowe prace, które odpowiednio wyeksponowane, stały się barwnym elementem dekoracyjnym naszego wydarzenia. Wszystkie maluchy wzięły udział w warsztacie literackim z elementami biblioterapii. Uczestnicy zajęć dobrze wiedzieli i zapamiętali, że wygląd zewnętrzny nie powinien nikogo różnić, a zwłaszcza dzieci. Wielką atrakcją były zabawy z chustą. Poza tym podczas całej imprezy Małgorzata

Grochot malowała twarze wszystkim chętnym, zgodnie z życzeniami. Na zakończenie spotkania dzieci otrzymały drobne upominki. Tym uroczystym spotkaniem zakończyliśmy cykliczne popołudniowe spotkania dla najmłodszych pt. Podróże po dziecięcej literaturze. Wszystkich zapraszamy ponownie na zajęcia we wrześniu. Dziękujemy każdemu za miłą zabawę!



# HARCERSTWO = WSPÓLNOTA



**HM. WOJCIECH WRÓBLEWSKI**  
Koło Przyjaciół Harcerstwa

40. rok działalności, który właśnie trwa, dla wszystkich obecnych czy byłych harcerek i harcerzy skupionych w środowisku Szczepu Puszcza, to szczególny czas na podsumowanie, wspomnienia i plany. Szczep Puszcza to wspólnota wychowawcza skupiająca dziś wszystkie pokolenia. Wspólnota, którą tworzą zuchy, harcerki, harcerze, instruktorki, instruktorzy, rodzice i Koło Przyjaciół Harcerstwa.

**K**oło Przyjaciół stanowi istotne dopełnienie środowiska Szczepu Puszcza, które przez 40 lat stało się wielopokoleniową wspólnotą opartą na samodzielnie wypracowanej puszczańskiej tradycji i harcerskich wartościach: Służbie i Bra-terstwie.

Historia Koła Przyjaciół Harcerstwa przy Szczepie Puszcza sięga 1980 roku, kiedy to nieformalne grono wspierających nas rodziców tak właśnie nazwaliśmy, a Janusza Biernata obdarzyliśmy tytułem przewodniczącego KPH. Rolę tę pełnił on do 1990 roku, w którym odbyło się pierwsze protokołowane walne zebranie KPH. Uchwalono wtedy statut przygotowany przez hm. Wojciecha Wróblewskiego i powołano na dwuletnią kadencję zarząd w składzie: Stanisław Kracik – przewodniczący, Janina Cios – sekretarz, Maria Rabiej, Barbara Post, Jadwiga Kracik, Maria Sondel, Wanda Pilch-Dobrowiecka, Monika Porąbka, Andrzej Klima, Tadeusz Ślusarczyk i Jakub Paluch. Równocześnie, w związku z samorozwiązaniem się struktury szczepu, KPH przejęło opiekę nad całym majątkiem środowiska. Pierwszym kwatermistrzem został hm. Zygmunta Rabecki.

W 1995 roku dokonano sądowej rejestracji KPH, jako Koło Przyjaciół Harcerstwa. Stowarzyszenie byłych instruktorów, wychowanków i sympatyków Szczepu Puszcza. Aktualnie stowarzyszeniem kieruje zarząd XI kadencji /2014-2017/ w składzie: Piotr Nescieruk – przewodniczący, Wojciech Wróblewski – wiceprzewodniczący ds. programowych, Tomasz Gancarczyk – wiceprzewodniczący ds. gospodarczych, Karolina Trybała – sekretarz, Dorota Zielonka – skarbnik,

Halina Hofmann – księgowa, Maria Wilusz – sprawy prawne, Zbigniew Dyjach – opiekun ośrodka szczepu, Mariusz Kluzik – magazynier szczepu, Agata Kalinowska-Dziadur, Mirosław Henke. Komisję rewizyjną tworzą: Jakub Paluch – przewodniczący, Paweł Miro i Andrzej Klima.

KPH od ponad dwudziestu lat opiekuje się ośrodkiem harcerskim dzierżawionym od gminy oraz całym majątkiem środowiska szczepu. Gromadzi środki finansowe, które służą utrzymaniu ośrodka oraz wsparciu działalności programowej i organizacyjnej drużyn zuchowych i harcerskich. Są to indywidualne darowizny, środki sponsorów, wpływy z akcji zarobkowych, a od 1999, kiedy to KPH uzyskało status organizacji pożytku publicznego, także wpłaty z 1%. Jednak zasadniczy wkład polega na społecznej pracy członków KPH, którzy systematycznie remontują ośrodek i zapewniają jego funkcjonowanie, dbają o sprzęt obozowy. Od lat wspierają organizację akcji obozowych, formując grupy kwatermistrzowskie, znajdując lokalizacje, organizując transport oraz podejmując logistyczne funkcje obozowe, takie jak: kwatermistrzostwo, obsługa kuchni, zaopatrzenie czy opieka medyczna.

Dwa lata temu przedstawiciele KPH podjęli funkcje organizacyjne i programowe w Szczepie. Phm. Ewa Rychtarczyk została wybrana przez młodą kadrę na Komendantkę Szczepu. KPH od lat pielęgnuje tradycje środowiska i dba o zachowanie jego historycznej pamięci, m.in. kontynuując wydawanie pisma Szczepu Brzask



oraz innych publikacji takich jak śpiewniki czy wydana w 2013 roku monografia szczepu obejmująca lata 1976-2011.

Członkowie KPH, którego trzon stanowią byli instruktorzy i harcerze, na co dzień wspierają dzieci i młodzież, podejmując wspólnie harcerskie działania. Stowarzyszenie skupia dziś kilkudziesięciu aktywnych członków. Są to zarówno rodzice zuchów i harcerzy, jak i sympatycy. Krąg Przyjaciół jest wciąż otwarty, szczególnie dla byłych członków szczepu oraz wszystkich rodziców, którzy powinni aktywnie współuczestniczyć w życiu środowiska. Najlepszą formą wychowania jest bowiem wychowanie przez osobisty przykład i wspólne ze swoimi dziećmi podejmowanie czasem trudnych, ale przynoszących satysfakcję działań.





# MUZYKA DAJE MI SIŁĘ

Yuliya Ponomar – to urodzona na Ukrainie wokalistka, absolwentka Akademii Muzycznej w Kijowie oraz Akademii Muzycznej w Krakowie, która w czasie tegorocznej Nocy Poetów zachwycała publiczność nie tylko swym śpiewem, ale również ujmującą osobowością i urodą. Do rozmowy o Niepołomicach i o muzyce zaprosił Yulię Ponomar Marcin Urban.

## Marcin Urban: Czy po raz pierwszy odwiedziła pani nasze miasto?

Yuliya Ponomar: Tak, byłam tu pierwszy raz w życiu i dlatego celowo przyjechałam znacznie wcześniej, aby na własne oczy zobaczyć wasze miasto, które dotychczas znałam jedynie z opowiadań i z Internetu. Od razu chcę się przyznać, że jestem zachwycona Niepołomicami. Najpierw weszłam na rynek. Ponieważ trwały właśnie Dni Niepołomic zobaczyłam mnóstwo ludzi, rodziny z dziećmi, a wszyscy byli sympatyczni, uśmiechnięci, zadowoleni i szczęśliwi. Było ciepło, więc zjadłam pyszne lody, a potem poszłam do parku, gdzie na estradzie właśnie trwał występ taneczny zespołu ludowego w barwnych strojach krakowskich. Od dawna zachwyca mnie muzyka ludowa różnych krajów, więc i tym występ mnie zauroczył. Potem zwiedziłam wasz cudowny zamek. Zrobiłam tam sporo fotografii, które umieściłam dla znajomych na mojej stronie. A na koniec oczywiście weszłam do Piwnicy Gotyckiej, gdzie miał się odbyć koncert. Jestem szczęśliwa, że mogłam zaśpiewać w tak niezwykłym miejscu.

## Jak przebiegała pani edukacja muzyczna?

Wszystko zaczęło się w szkole muzycznej w Dniepropietrowsku na Ukrainie. Nauczyciele uznali, że mam na tyle ciekawy i mocny głos, że od razu zaczęli mnie uczyć śpiewu solowego. Potem dostałam się do Akademii Muzycznej im. P.I. Czajkowskiego w Kijowie. Najwięcej jednak nauczyłam się po przyjeździe cztery lata temu do Krakowa. Dostałam się do Akademii Muzycznej do klasy wokalne prowadzonej przez panią prof. Monikę Swarowską-Walawską, która podzieliła się ze mną swoją wiedzą i umiejętnościami.

## Jak określa się pani głos?

To sopran koloraturowy. Umożliwia on wykonanie najtrudniejszych arii z oper i operetek. Ale śpiewam również utwory współczesnych wyko-

nawców muzyki rozrywkowej, takich jak Andrea Bocelli i Sarah Brightman. Nade wszystko kocham jednak muzykę tworzoną na motywach ludowych z różnych krajów. Dlatego właśnie podczas koncertu w Niepołomicach zaśpiewałam Pieśń kurpiowską Karola Szymanowskiego oraz Pieśń Jaruchy skomponowaną przez Władysława Żeleńskiego do fragmentu Starej Baśni Józefa Ignacego Kraszewskiego.

## Czym jest dla pani muzyka?

Muzyka to dla mnie dialog z publicznością, w którym przekazuję swoje autentyczne emocje. Ten sam utwór może zabrzmieć zupełnie inaczej, jeśli śpiewam go w sali koncertowej, a zupełnie inaczej jeśli śpiewam go w kościele podczas uroczystości ślubnych. Obecność szczęśliwej pary młodej dodaje radości brzmieniu głosu, a na koncercie pieśń może brzmieć poważnie i dostojnie, choć przecież nuty są zawsze te same. Skoro pyta pan o to, czym jest dla mnie muzyka – to przyznaję, że jest ona też dla mnie metodą wyrażenia wewnętrznej ekspresji i sposobem osobistego uczestnictwa we wszechświecie. Jako dowód na to wyjaśniam, że kiedy mieszkałam w Kijowie, to korzystając z tamtejszego metra, które ma pomieszczenia o bardzo akustycznej konstrukcji – lubiłam ćwiczyć moje umiejętności wokalne śpiewając na cały głos bardzo wysokie nuty. Dźwięki były dokładnie takie, jakie wydają z siebie jadące pociągi metra. Udawało mi się to do tego stopnia, że inne osoby stojące na peronie nie wiedziały, że śpiewam. Taka zabawa to doskonałe ćwiczenie precyzji dźwięku, ale też sposób na rozładowanie wszelkich wewnętrznych napięć.

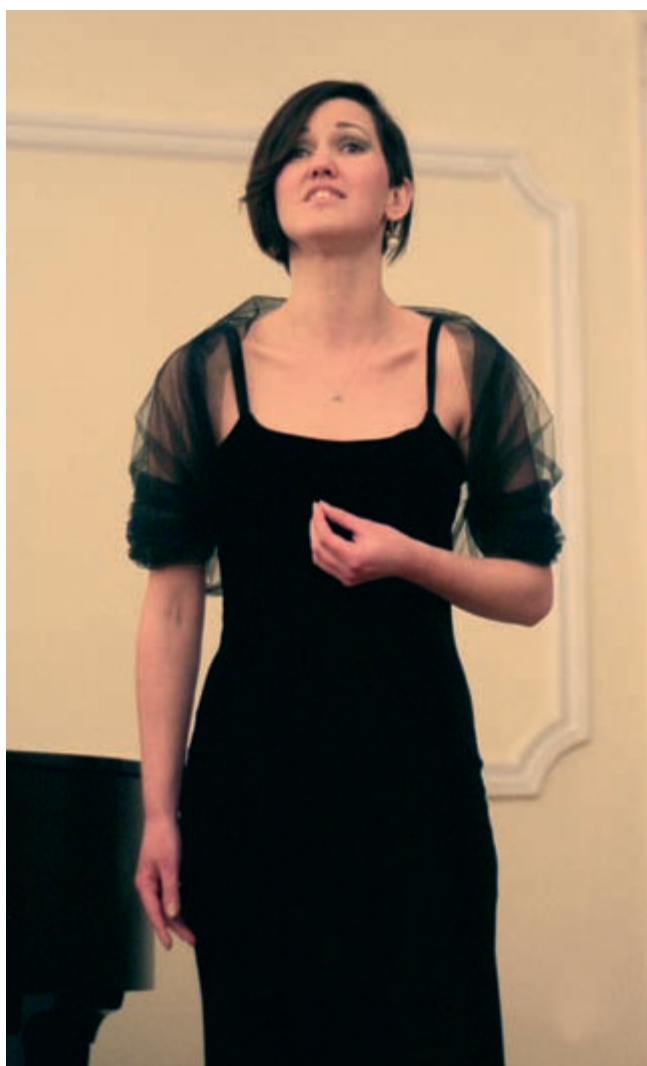
## W jakich językach najczęściej pani śpiewa?

Ponieważ repertuar operowy tego wymaga – najczęściej śpiewam po włosku, hiszpańsku, niemiecku i francusku, ale oczywiście często też wykonuję pieśni po polsku, rosyjsku i ukraińsku. Niedawno zachwyciły mnie ludowe pieśni w języku chińskim i japońskim. Obecnie pracuję nad nimi, aby włączyć je do swego repertuaru. Po zakończeniu studiów i zdobyciu dyplomu „magi-

stra sztuki” przez jeden rok byłam zatrudniona jako solistka w Filharmonii w Żytomierzu na Ukrainie. Jednak tak bardzo tęskniłam za Krakowem, że zrezygnowałam z tej pracy i przyjechałam znowu tutaj, aby tym razem studiować „pedagogikę muzyczną”. Dzięki temu już niedługo będę mogła uczyć śpiewu w szkołach muzycznych.

## Życzymy pani radości z muzyki i mamy nadzieję znów panią u nas usłyszeć.

Dziękuję i zapewniam, że z wielką radością przyjadę znów kiedyś do Niepołomic.



Miasto, czas i ludzie

# FUNDAMENTY SUKCESU, czyli 149 lat niepołomickiej administracji



MICHAŁ GAJDOSZ  
Muzeum Niepołomickie

Od 1772 roku na polecenie cesarza zaczęto organizować Galicję. Nad bramą Zamku Królewskiego w Niepołomicach zawieszono godło przedstawiające dwugłowego cesarskiego orła. Wprowadzono jednostki administracyjne zwane cyrkulami, którymi zarządzali urzędnicy nadani przez zaborcę.

Lata 60. XIX wieku upłynęły pod znakiem reform ustrojowych. Zapoczątkowane utworzeniem w 1861 roku Sejmu Krajowego z siedzibą we Lwowie, przybrały apogeum w 1866 roku, kiedy jego znaczenie wyraźnie wzrosło. Pozycja Sejmu wzmocniła się za sprawą orędownika reform, hr. Agenora Gołuchowskiego, który w roku tym został mianowany Namiestnikiem Galicji. Pozwoliło to na spolszczenie administracji i stworzyło fundamenty dla gminnej samorządności. Ceną za ten rodzaj niezależności było ogłoszenie przez tenże Sejm adresu do cesarza zakończonego słowami: *Przy Tobie Najjaśniejszy Panie stoimy i stać chcemy.*

Kazimierz Bisztyga, naczelnik i kronikarz niepołomicki, tak pisał: *W roku 1867 gdy Ustawa Gminna została w Kraju zaprowadzona nastąpiły wybory Gminne, powiatowe i krajowe. Na mocy tej ustawy i w naszym Miasteczku Niepołomice przeprowadzony został wybór rady Gminny w tem samym roku 1867 składającej się z 24 członków, z których pierwszym Naczelnikiem gminy wybranym był obywatel oraz włościanin realności Jakób Bystrowski. Pod przewodnictwem tychże rozpoczęło Urzędowanie gminne.*

Urząd naczelnika różnił się od obecnego tytułu burmistrza czy prezydenta miasta. Wybierany przez Radę Gminną spośród swojego grona, naczelnik składał przysięgę cesarzowi na wierność i posłuszeństwo. Kompetencje miał szerokie i pozwalały one bezpośrednio kształtować kierunek rozwoju gminy. Naczelnik wykonywał uchwały, zarządzając Zwierzchnością Gminną,

którą tworzył wraz z przedstawicielami rady. Jako przewodniczący Rady Gminy zwoływał posiedzenia oraz inicjował zagadnienia, nad którymi obradowano.

Rada Gminna była organem uchwalającym i nadzorującym, podkreślano, że: *Władza wykonawcza jej nie przysłużyła*<sup>1</sup>. Nadzorowała Zwierzchność Gminną, ustanawiała komisje gminne, nadawała prawo przynależności i obywatelstwa miejskiego.

Kadencja członków zwierzchności, rady oraz ich zastępców trwała 3 lata i dopuszczony był ponowny wybór. Radnymi mogli zostać mężczyźni, którzy ukończyli 24. rok życia. Co ciekawe, dopuszczano możliwość głosowania przez męża za żonę oraz przez ojca za swoje dzieci. Nieumiejący czytać i pisać wyrażali swoją wolę wyborczą ustnie.

Gmina gospodarowała własnym mieniem, dbała o bezpieczeństwo i edukację mieszkańców. Pierwszym dużym projektem samorządu niepołomickiego była budowa szkoły, poprzednie mniejszej wagi inicjatywy to powołanie apteki i policji targowej.

Od uwłaszczenia chłopów w 1848 roku do wyborów gminnych minęło niespełna 20 lat. Po tak krótkim czasie trudno było spodziewać się zmiany sposobu myślenia społeczeństwa urodzonego w zhierarchizowanym systemie.

**Urząd naczelnika różnił się od obecnego tytułu burmistrza czy prezydenta miasta. Wybierany przez Radę Gminną spośród swojego grona, naczelnik składał przysięgę cesarzowi na wierność i posłuszeństwo. Kompetencje miał szerokie i pozwalały one bezpośrednio kształtować kierunek rozwoju gminy.**

Wybór Jakóba Bystrowskiego, właściciela pożądanego majątku, w 1867 roku na pierwszego naczelnika nie był zaskoczeniem. Sprawowanie urzędu wiązało się z prestiżem i władzą, ale wymagało też ciężkiej pracy, pozycji finansowej i wykształcenia. Posiadanie tych cech nie gwarantowało sukcesu, kilkakrotnie w historii zdarzały się przypadki rezygnacji. Dokonał jej między innymi wspomniany pierwszy naczelnik Jakób Bystrowski w 1869 roku, a także, już z tytułem burmistrza, Stanisław Japa w 1934 roku.

Naczelnik zastąpiony został tytułem burmistrza w latach 30. XX wieku, jednak nie był to pierw-



szy raz w historii Niepołomic, kiedy przedstawiciel władzy wykonawczej posługiwał się takim nazewnictwem. Władysław Wimmer został obrany jednomyślnie przez radę gminy naczelnikiem dnia 11 V 1892, lecz tytułował się burmistrzem. Władze powiatowe zareagowały, zalecając stosowanie tytułu naczelnika. Przez radnych określany mianem wielmożnego pana burmistrza Władysław Wimmer pełnił swoje obowiązki przez 23 lata, a jego urzędowanie zakończyła dopiero śmierć w 1915 roku. Za jego kadencji Niepołomice zostały zaliczone przez Sejm Krajowy do grona 131 znaczniejszych miast i miasteczek.

Być może źródeł tego sukcesu należy upatrywać w kultywowanym do dziś zwyczaju wielokrotności kadencji niepołomickiej władzy wykonaw-

czej. Dwukrotny wybór Kazimierza Bisztygi, trzykrotny Jana Matusika oraz 23 lata urzędowania Władysława Wimmera dopełnione są kadencjami współczesnych burmistrzów.

Narodziny gminy Niepołomice i jej samorządu będzie można prześledzić na wystawie historycznej przygotowywanej przez Muzeum Niepołomickie.

<sup>1</sup> „Ustawa Gminna z ordynacją wyborczą, oraz ustawa o obszarach dworskich z d. 12 sierpnia 1866.”



# Czartoryscy Narodowi

**JOANNA KOCOT**

Referat Promocji i Kultury

„Przeszłość przyszłości – Czartoryscy Narodowi” wystawa pod takim tytułem otwarta została w Muzeum Niepołomiczym.

9 czerwca o godzinie 13.00 prezes Fundacji Książąt Czartoryskich dr hab. Marian Wolski, dyrektor Muzeum Narodowego dr hab. Andrzej Betlej, burmistrz Niepołomic Roman Ptak oraz dyrektor Muzeum Niepołomiczego Maria Jaglarz uroczystie otwarli nową wystawę ze zbiorów książąt Czartoryskich. Na przedstawianą tu kolekcję składają się dzieła sztuki, pamiątki i polonika wpisane w polską i światową historię i kulturę. To ważne wydarzenie w naszym kalendarzu, ale i bardzo ciekawe zbiory.

Kolekcję zapoczątkowała księżna Izabela Czartoryska, której Świątynia Sybilli w Puławach stanowiła pierwsze na ziemiach polskich muzeum. Dzieła sztuki, pamiątki i ciekawostki gromadzone przez nią stanowiły zalążek zbioru. Pasję podjął i kolekcję uzupełniał jej wnuk Władysław Czartoryski, a następnie jego syn Adam Ludwik Czartoryski. Dziś wybrane z niej dzieła można obejrzeć w Niepołomicach. Są takie ciekawostki jak m.in. butelka z kryształu górskiego należąca do francuskiego króla Franckiszka I, prochownica angielskiego króla Henryka VIII czy czapka Napoleona



Bonaparte. Jest także spory zbiór militariów – własność znanych Polaków, ale nie tylko. Jest też interesujący zespół sreber renesansowych i barokowych, wśród których wyróżniają się czary w kształcie pawia czy okrętu. Czary takie pełniły funkcje ozdobne i były dowodem kunsztu rzemieślników, bardziej niż naczyniem do napojów.

W gablotach podziwiać możemy także zdobione kamieniami szlachetnymi buzdygany, które

mają nie tylko interesującą historię, ale niczym współczesne gadzety filmowych postaci, także ukryte funkcje. Jest też zbiór malarstwa polskiego i europejskiego.

Wystawę „Przeszłość przyszłości – Czartoryscy Narodowi” ze zbiorów Fundacji Książąt Czartoryskich przygotowano pod kuratelą Janusza Wałka z Muzeum Narodowego w Krakowie. Zbiory można oglądać w Muzeum Niepołomiczym do listopada.

## Koncertowy czerwiec

**JANUSZ ROJEK**

animator kultury

Dla Towarzystwa Miłośników Muzyki i Śpiewu im. Stanisława Moniuszki czerwiec zapisał się dwoma koncertami. Pierwszy – 4 czerwca – zatytułowany W krainie najpiękniejszych melodii odbył się w ramach XXV Dni Niepołomic, drugi – 23 czerwca – dedykowany ojcom w dniu ich święta i tym samym zakończył XXIV sezon artystyczny Towarzystwa. Program obydwu przygotowała i opracowała prezes Towarzystwa Aleksandra Polak. Nie zabrakło w nich utworów znanych polskich i zagranicznych kompozytorów muzyki klasycznej, ale także rozrywkowej. Pośród nich na wspomnienie zasługują wykonania takich utworów jak: *Wieczór z gwiazd* utkany z musicalu *Południowy Pacyfik*, *Pieśń do Gwiazd z Człowieka z La Manczy* czy *To świt, to zmrok i Gdybym był bogaty ze Skrzyпка na dachu*. Każdy z uczestników tych muzycznych wydarzeń mógł znaleźć coś dla siebie.

W programie wraz z Zespołem Kameralnym Pro-Arte i jego solistami: Urszulą Borzęcką, Marią Czarnecką-Reichel, Izabelą Król oraz Łukaszem Mirkiem wystąpili artyści Krakowskiej Filharmonii i Opery: Zofia Wengrynowicz-Perun, Józef Pe-

run, Stanisław Ziółkowski, Andrzej Biegun, a także: pianistka Renata Żelobowska-Orzechowska, akordeonista Jacek Kopiec, harfistka Justyna Sasnal. Swój talent zaprezentowali także najmłodszy artyści, uczniowie Aleksandry Polak: Alicja Wolnicka, Julia Dąbroś, Wiktoria Wnęk, Michał Walczyk oraz Bartosz Gąsior. W wybranych utworach brzmienie fortepianu uzupełniał dźwięk fletów, na których zagrały: Urszula Borzęcka i Katarzyna Rojek. Umiejętności wokalnie-instrumentalne przedstawił również prowadzący koncerty i piszący tę relację.

Warto również wspomnieć o niezwykłych muzycznych duetach, zwłaszcza tych spontanicznych, takimi właśnie są utwory w wykonaniu gości koncertu i Aleksandry Polak. Szkoda, że najczęściej jest to jeden utwór, a tak chciałoby się posłuchać przynajmniej kilku. Już niedługo okrążyła rocznica działalności towarzystwa i pracy artystycznej Aleksandry Polak, może wówczas będzie szansa, by dłużej posłuchać jej głosu – byłaby to niezła gratka dla wszystkich melomanów i wielbicieli śpiewu klasycznego. Wśród przybyłej na koncerty publiczności, szczególnie licznej podczas Dni Niepołomic, znaleźli się: przedstawiciele władz Miasta i Gminy Niepołomic: przewodniczący Rady Miejskiej Marek Ciastoń, burmistrz Roman Ptak, radny Andrzej Gąsłowski,

a także prezes Stowarzyszenia Miłośników Ziemi Niepołomickiej Janusz Jagła, prezes Towarzystwa Strausowskiego Jerzy Sobeńko, dyrektor Domu Kultury Kolejarza Józef Bylica.

Oficjalnie XXIV sezon artystyczny został zakończony. Zarząd, członkowie i artyści towarzystwa kierują serdeczne podziękowania za udzielone wsparcie w minionym sezonie: Urzędowi Miasta i Gminy Niepołomic, Fundacji Zamek Królewski w Niepołomicach oraz Kolejowemu Towarzystwu Kultury Dom Kolejarza. Życzą wszystkim, szczególnie tym, którzy gościli podczas muzycznych wydarzeń, gorącego lata, udanego wypoczynku i zapraszają po wakacjach na kolejne muzyczne spotkania.



# Kilka metrów nad ziemią

PAULINA BIEGAJ

Zespół Ricercar

**Dzięki muzyce unieśliśmy się dzisiaj kilka metrów nad ziemię – powie Renata Socha, dyrygent chóru Octava z Żagania, który odwiedził zaprzyjaźnioną Cantatę z Niepołomic.**

Oba chóry dały wiosenny, choć przy prawdziwie letniej już pogodzie, koncert w nastrojowej Piwnicy Gotyckiej zamku w Niepołomicach. Po raz kolejny połączyło je, jak zauważyła Anna Ptasznik, prezes chóru Cantata, zamiłowanie do muzyki, śpiewu i piękna.

To piękno mogliśmy usłyszeć także w solowych partiach Łucji Czarneckiej, która wykonała m.in. natchnione i zwiewne Laudate Dominum W. A. Mozarta, w ukochanej prawie przez wszystkich pieśni Ave Maria F. Schuberta zaśpiewanej przez Pawła Kotarbę oraz w głosie Stanisława Ziółkowskiego, na którego śpiew zawsze czekamy.

Chór Cantata pod dyktando Bogusława Grzybka w ostatniej chwili dodał również do repertuaru tak odpowiednią na majową porę Litanię Ostrobramską S. Moniuszki. Sam Bogusław Grzybek nie tylko dyrygował, ale także opowiadał niesamowite historie z życia kompozytorów, których utworów wysłuchaliśmy. Dla tych, którzy je prze-

gapili, nie będę zdradzała szczegółów. Z pewnością będzie jeszcze okazja, aby ich wysłuchać. Nie zabrakło także radosnych i ożywiających atmosferę dialogów dyrygenta z publicznością.

Historia, tradycja i doświadczenie spotkały się ze świeżością i młodością. Na wstępie bowiem zaprezentowały się barwnie i żywo dzieci ze Szkoły Podstawowej w Zakrzowie, czyli zespół Fletnia. Także goście niepołomiczkiego chóru czują się jeszcze młodo. Jak stwierdziła pani dyrygent Octavy, śpiewając siódmy rok, przeżywają jeszcze wiek przedszkolny, ale cieszą się z nauki. Również tej wspólnej z chórem Cantata.

21 maja chórzyści zaśpiewali razem kilka utworów, a wcześniej pokazali swoje umiejętności w dostojnym sakralnym repertuarze. Połączonym chórom i śpiewowi Cantaty towarzyszył zespół Ricercar. W sobotni wieczór unieśliśmy się nad ziemię, ale następnego poranka znaleźliśmy się 101 metrów pod ziemią. Cantata zaprosiła bowiem swoich gości z Żagania do kopalni soli w Wieliczce.

W niezwykle kolorystyce i nastroju wnętrza kaplicy św. Kingi chóry zaśpiewały podczas Mszy Świętej o godzinie 7. Niedzielny poranek obudził nas słońcem i zielenią, tym bardziej na chwilę znaleźliśmy się jakby w innym świecie. Również pięknym, o czym chórzyści z Żagania mogli się przekonać, zwiedzając kopalnię.



## HONOROWI DAWCY KRWI

HENRYK UHRYŃSKI

prezes oddziału PCK w Wieliczce

5 czerwca Stowarzyszenie Klub Honorowych Dawców Krwi Kropelka w Niepołomicach w ramach 25. Dni Niepołomic zorganizowało w Zamku Królewskim w Niepołomicach okolicznościową akcję honorowego krwiodawstwa. Zgłosiło się 36 osób. Po przeprowadzeniu wstępnych badań pobrano od 28 osób po 450 ml krwi, czyli łącznie 12,6 l krwi.

Tego samego dnia po mszy św. na dziedzińcu zamkowym zostali uhonorowani zasłużeni krwiodawcy Klubu HDK. Tadeusz Szczudło otrzymał jednocześnie wszystkie 3 odznaczenia:

- Brązową Odznakę (III stopnia) przysługującą mu wcześniej za oddanie 6 litrów krwi,
- Srebrną Odznakę (II stopnia) – także nieodebraną wcześniej – za oddanie 12 litrów krwi,
- Złotą Odznakę (I stopnia) 5 serc, po oddaniu 18 litrów krwi.

Burmistrz Roman Ptak wręczył zasłużonym 25 pamiątkowych dyplomów oraz 7 okolicznościowych pucharów. Te ostatnie otrzymali: Ewa Krzysica, Grażyna Ziobroń, Bogusław Kalicki, Aleksander Mróz, Tadeusz Szczudło, Wiesław Wajda oraz Jan Włodek.

Dodatkowo tego dnia dokonano wyboru nowych władz stowarzyszenia Honorowych Dawców Krwi Kropelka w Niepołomicach na lata 2016–2020. W wyłonionym zarządzie znaleźli się: Aleksander Mróz (prezes), Tadeusz Szczudło (viceprezes), Celina Porębska (sekretarz/skarbnik).

Wybrano także komisję rewizyjną, w której znaleźli się Paweł Zając (przewodniczący), Bogdan Kalicki (członek) oraz Zbigniew Dyjak (członek).

## NOC POETÓW, CZYLI POEZJA SPLECIONA Z MUZYKĄ

MARCIN URBAN

organizator Nocy Poetów

Jak nakazuje nasza wieloletnia tradycja podczas Dni Niepołomic odbyła się kolejna Noc Poetów, czyli spotkanie osób szczególnie wrażliwych na piękno zawarte w zgrabnie dobranych słowach. W sobotni wieczór 4 czerwca piwnica gotycka naszego zamku wypełniła się publicznością. Własne wiersze zaprezentowało osiem osób z Niepołomic i Krakowa. Tym razem poeci otrzymali zadanie przygotowania tekstów o pogodnym charakterze i przyznać trzeba, że z tego zadania wywiązali się znakomicie. Były też limeryki i fraszki. Po raz pierwszy dwóm śpiewającym autorom, Przemkowi Wróblewskiemu i Piotrowi Krupie zaproponowano, aby zamiast recytować swoje wiersze – zaśpiewali je z gitarą. Efekt był znakomity, obaj poeci zostali nagrodzeni wielkimi brawami. Największe jed-

nak wrażenie na publiczności zrobił koncert gwiazdy wieczoru, gościa z Ukrainy, znakomitej śpiewaczki **Yuliyi Ponomar**, której akompaniowała Dorota Moliszewska z Akademii Muzycznej w Krakowie. Dzięki wielojęzycznemu repertuarowi podczas muzycznej podróży odwiedziliśmy najpiękniejsze miejsca w Europie. Na kolejną Noc Poetów w Zamku w Niepołomicach zapraszamy już za rok.





## FELIETONY ŻYCIEM PISANE (78)

## O DWÓCH KOŃCACH KIJA



MARCIN URBAN

Znane przysłowia mówią, że każdy kij ma dwa końce, a każdy medal ma dwie strony. Zapewne po wielokroć sami przekonaaliśmy się o słuszności tej tezy, gdy jakieś spotykające nas zdarzenie miało zarówno złe jak też dobre skutki. W związku z tym podejmując różne życiowe decyzje, musimy mieć świadomość, że ich konsekwencje będą miały pozytywne i negatywne oblicze. W tym felietonie chciałbym zająć się nieco głębiej tym skłaniającym do refleksji zagadnieniem. Myślę, że najlepiej będzie skorzystać z przykładów wziętych z codziennego życia.

Ostatnio modnym tematem w mediach są witaminy, zwłaszcza te, które są dodawane do suplementów diety, soków i żywności. Warto przypomnieć, że odkrywcą witamin był urodzony w Polsce, a potem pracujący w Instytucie Pasteura w Paryżu, biochemik Kazimierz Funk. Działał w pierwszej połowie XX wieku i zajmował się rozwikłaniem przyczyn takich chorób jak szkorbut, pelagra i krzywica. Udowodnił, że choroby te wywołuje brak pewnych substancji chemicznych. To on pierwszy nazwał te substancje „witaminami”. Od tego czasu wyprodukowano wiele leków zawierających witaminy. Mnóstwo chorych zawdzięcza im zdrowie i dobre samopoczucie. Okazało się jednak, że dodawanie ich do wielu spożywanych na co dzień słodyczy i przekąsek ma wręcz przeciwnie skutki. Udowodniono na przykład, że przyjmowanie nadmiernych ilości witamin powoduje wzrost apetytu, co w oczywisty sposób prowadzi do nadwagi i otyłości.

Innym przykładem zjawiska o dwubiegunowym działaniu są środki dezynfekcyjne i antybiotyki. Nikt rozsądny nie kwestionuje potrzeby niszczenia wirusów i bakterii chorobotwórczych tam, gdzie mogą one zaszkodzić człowiekowi, czyli na przykład w szpitalach oraz w zakładach zajmujących się przetwórstwem mięsa i mleka. Jednak niezależnie od tego udowodniono, że w organizmie człowieka muszą funkcjonować „dobre” bakterie, które pomagają nam w trawieniu pożywienia. Szacuje się, że łączna masa tych „dobrych” bakterii u dorosłego człowieka wynosi około dwóch kilogramów. Niszcząc antybiotykami „złe” bakterie powodujące w nas choroby – równocześnie niszczymy też te, które są nam niezbędne. Konieczne zatem jest rozsądne stosowanie kuracji antybiotykowych i stosowanie preparatów odnawiających florę bakteryjną w układzie pokarmowym.

Z kolei wychowywanie dzieci w środowisku nadmiernie oczyszczonym z mikroflory prowadzi w wielu przypadkach do alergii. Organizmy dzieci są wyposażone w naturalne mechanizmy obronne i dlatego zabawa w środowisku, w którym występują różnorodne mikroby, z reguły nie powoduje dramatycznych konsekwencji, a wręcz przeciwnie – uodparnia na wiele różnych czynników zewnętrznych. Określenie „smarkacz” przyjęło się przed wiekami jako określenie kilkulatków właśnie dlatego, że młody organizm podczas katarów „oswaja się” z kolejnymi rodzajami zarazków, co powoduje, że w przyszłości nie są one już tak groźne. Jeśli jednak dziecko przebywa stale w nadzbyt zdezynfekowanym otoczeniu, to mechanizmy obronne organizmu szukając sobie wrogów do pokonania, uznają za przeciwników naturalne aromaty z owoców lub inne składniki pokarmów, co prowadzi do reakcji alergicznych.

Kolejnymi przykładami zjawisk zarówno pozytywnych, jak również niekorzystnych jest opalanie się i picie gotowanej wody. Słońce z jed-

nej strony jest niezbędne do tworzenia w skórze witaminy D, bez której chorowalibyśmy na krzywicę i osteoporozę. Jednak z drugiej strony oparzenia słoneczne mogą powodować rozwój bardzo groźnych chorób onkologicznych. Natomiast gotowanie wody wprawdzie likwiduje w niej ewentualne zanieczyszczenia organiczne, lecz poprzez tworzenie tak zwanego „osadu kamienia kotłowego” pozbawia ją magnezu i wapnia. Dawniej ludzie pili wprost ze studni i źródeł wodę zawierającą te ważne dla budowy naszych kości i dla funkcjonowania układu nerwowego pierwiastki, a obecnie powszechnie musimy uzupełniać ich niedobory, łykając tabletki.

Telefony komórkowe z jednej strony niesłyszanie przyspieszają kontaktowanie się z innymi ludźmi, ale również powodują, że te kontakty są bardziej płytkie, niż spotkania twarzą w twarz. Z drugiej jednak strony korzystanie z komunikatorów internetowych wprawdzie odebrało ludziom czas przeznaczony dawniej na czytanie książek, ale równocześnie w niezwykle sposób zmobilizowało do czytania i pisanie tekstów na monitorach urządzeń elektronicznych. Wprowadzenie „poczty e-mailowej” zrewolucjonizowało sposób prowadzenia korespondencji i bardzo ją ułatwiło, ograniczając skalę zużycia papieru, ale równocześnie przyczyniło się do pojawienia się „spamu” i niechcianych reklam elektronicznych.

W upalne dni klimatyzacja w biurach, centrach handlowych, pociągach i samochodach wydaje się niezbędna i bardzo wygodna. Wystarczy przypomnieć sobie dawne czasy, kiedy w rozpalonych słońcem wagonach kolejowych trzeba było jechać na przykład na wakacje nad morze. Obecnie w nowoczesnych pociągach jest zainstalowana klimatyzacja, ale gdy działa ona zbyt mocno – doprawdy trudno jest wytrzymać chłód, jaki tam panuje. Podobne wrażenie mamy w niektórych sklepach, gdy robiąc zakupy, dosłownie trzęsiemy się z zimna. Świadczy to o niewłaściwym wyregulowaniu urządzeń klimatycznych. Zbyt niska temperatura sprawia, że organizm za bardzo się wychładza, a co za tym idzie, narażony jest na przeziębienie. Złe użytkowanie klimatyzacji może także sprawić, że powietrze staje się zbyt mocno wysuszone. W efekcie klimatyzacja zamiast nas chronić – przyczynić się może do chorób górnych dróg oddechowych, nadmiernego wysuszenia skóry i wywołania „zespołu suchego oka”. Pojawić się mogą też objawy, takie jak drapanie w gardle, chrząkanie, kaszel oraz przy przełykaniu uczucie przeszkody w gardle – czyli wrażenie, jakbyśmy w nim mieli jakieś ciało obce.

Sztuka mądrego życia polega na tym, aby optymalizować wpływ otaczających zjawisk na nas i wykorzystywać ich dobre strony – nie lekceważąc jednak zagrożeń – czego Państwu i sobie życzę.

### Fraszka o dwóch końcach kija

*Ten, kto lekceważy prawdę  
o dwóch końcach swego kija  
chcąc uderzyć kogoś – także  
guza sobie sam nabija.*

# MÓWIENIE „JĘZYKIEM ŻYRAFY” czy to możliwe?



**MAŁGORZATA JUSZCZYK**  
nauczyciel Gimnazjum w Niepołomicach

Język to narzędzie, którym posługujemy się każdego dnia. Dzięki niemu można opisać rzeczywistość, wyrazić potrzeby, emocje, przekazać pytania. Jednak niewłaściwie użyty może wywoływać problemy i rodzić nieporozumienia, co doprowadza do izolacji, dyskryminacji czy agresji. . .

**D**laczego wciąż warto pracować nad tym, w jaki sposób komunikujemy się z innymi ludźmi? Jak w trudnych sytuacjach porozumieć się z drugim człowiekiem, żeby być dobrze zrozumianym i nie ranić? Odpowiedzi na te pytania szukali uczniowie ze szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych podczas IX Sympozjum Samorządów Uczniowskich, które odbyło się w Zamku Królewskim w Niepołomicach.

Temat tegorocznego spotkania to efekt realizacji w naszej gminie trzech projektów dotyczących tolerancji, integracji i relacji z innymi. Są to: Szkoła Tolerancji, Szkoła Równego Traktowania oraz międzynarodowy projekt Easy Towns, koordynowany przez Referat Promocji i Kultury UMiG. Wszystkie te projekty mają jeden wspólny mianownik: umiejętność porozumiewania się, a przez to budowania poprawnych relacji oraz szacunku dla innych i siebie. Od dwóch lat zagadnienia te wspólnie realizują: Szkoła Podstawowa i Zespół Szkół w Niepołomicach oraz Gimnazjum i Szkoła Podstawowa w Podłężu, a koordynuje niepołomickie Gimnazjum im. Króla Władysława Jagiełły.

W tym roku, w przeddzień Dnia Dziecka, młodzież i nauczyciele ze szkół, które odpowiedziały na zaproszenie, uczestniczyli w warsztatach poświęconych komunikacji. Pracowali metodami aktywnymi, co pomogło im doświadczyć i zrozumieć różnice między „językiem szakala” i „językiem żyrafy”. Zastanawiali się, która z tych form porozumiewania się dominuje na co dzień i jakie przynosi skutki. „Język szakala”, jak wskazuje nazwa, cechuje pewna drapieżność. Budzi on w adresatach chęć odwetu lub ucieczki. Tymczasem „język żyrafy” pozwala opisać fakty, wyrazić uczucia i oczekiwania w sposób przyjazny, zachęcający do porozumienia.

Po treningu w użyciu drugiego z wymienionych stylów mówienia młodzi ludzie zgodnie stwierdzili, że komunikacja bez przemocy nie jest łatwa, ale warto się jej uczyć. Na pytanie, czego dowiedzieli się podczas spotkania, zgodnie odpowiedzieli: *Wiemy, jak rozwiązywać konflikty*. To zaskakujące, bo słowo „konflikt” nie pojawiło się podczas szkolenia. A zatem uczniowie sami dostrzegli, jak mocno język, jakim mówimy, buduje nasze – dobre lub złe – relacje z innymi oraz jak rola słowa i zważanie na innych i siebie są ze sobą powiązane.

Przedstawiciele samorządów uczniowskich wrócili do swoich szkół z materiałami i zaproszeniem do dalszej współpracy. Organizatorzy sympozjum – UMiG oraz Gimnazjum w Niepołomicach przygotowali na zakończenie dwie propozycje dla uczestników oraz wszystkich chętnych:

1. Tworzymy Bank Pomysłów na działania dotyczące poruszanych na tym spotkaniu zagadnień, czyli komunikacji, integracji i tolerancji. Do

końca czerwca czekaliśmy na zgłoszenia inicjatyw i projektów, które moglibyśmy razem w naszych szkołach zrealizować. Jeśli taki sam pomysł lub projekt zrealizujemy jednocześnie w kilku szkołach, jego efekt będzie ciekawszy, trwalszy i zauważalny.

2. Konkurs na clip wideo na temat „Integracja osób niepełnosprawnych umysłowo i psychicznie”.

W konkursie mogą wziąć udział osoby indywidualne oraz grupy, zarówno formalnie, jak i nieformalne (klasa, znajomi itp.), a rywalizacja będzie przeprowadzona w dwóch grupach wiekowych 13-19 i 20-28.

Temat można potraktować bardzo szeroko – od ukazania świata poprzez pryzmat osób chorych, zaakcentowanie problemów, na jakie napotykają, po pokazanie form czy sposobów wspierania ich. Można skupić się na jednej osobie i jej działaniach, czy przebiegu dnia lub opowiedzieć ogólnie o ludziach borykających się z chorobą psychiczną, czy ich bliskich, którzy dzielą z nimi życie i codzienność. To tylko niektóre przykłady, liczymy na Waszą kreatywność i już nie możemy doczekać się efektów Waszej pracy.

Prace prosimy zgłaszać do końca grudnia 2016 r. – osobiście w Referacie Promocji i Kultury UMiG, ul. Zamkowa 5, parter, pokój nr 3 lub przesyłać elektronicznie na adres e-mail: przemyslaw.kocur@niepolomice.com. Wyniki zostaną ogłoszone w lutym 2017 r.

Zwycięzcy w obu kategoriach wiekowych otrzymają sprzęt elektroniczny wartości do 1000 zł. Praca nagrodzona w kategorii 20-28 lat weźmie dodatkowo udział w konkursie na poziomie europejskim. Będzie konkurowała z pracami zgłoszonymi przez uczestników nagrodzonych w krajach, z których wywodzą się partnerzy projektu Easy Towns. Autor (lub przedstawiciel autorów w przypadku grupy) weźmie udział w międzynarodowej konferencji kończącej projekt Easy Towns, która odbędzie się w Vicenzy we Włoszech jesienią 2017 r.

Sympozjum i konkurs są współfinansowane ze środków Unii Europejskiej, z programu Europa dla Obywateli.





# ROWEREM

## z Niepołomic do Gniezna



**KRZYSZTOF NOWAK**  
organizatorzy wyprawy

Czym był tegoroczny wyjazd niepołomicznych gimnazjalistów do Gniezna? Czy była to poważna wyprawa rowerowa, czy kilkudniowa wycieczka w asyście busa z przyczepką? Czy była to podróż w poszukiwaniu źródeł naszej tożsamości, czy po prostu miły przerwany w szkolnej codzienności?

Zapewne wielu uczestników, a było ich aż 16, tyle byłoby odpowiedzi. Co jednak wiemy na pewno – udało się nam po raz kolejny (siódmy) szczęśliwie zorganizować kilkudniową wyprawę rowerową mimo trudnej pogody, na niełatwej trasie, z długimi dziennymi przejazdami. Udało się nam również podtrzymać kilkuletnią tradycję podróży w ważnych dla nas historycznie momentach, w tym roku było to oczywiście 1050-lecie chrztu Polski. Cieszymy się, że w wyjeździe wzięli udział wszyscy przedstawiciele szkolnej społeczności, a mianowicie uczniowie, w tym po raz pierwszy od kilku lat dziewczyny, rodzice, nauczyciele, absolwenci i sympatycy szkoły. W tym miejscu dziękujemy rodzicom naszych uczniów za zaufanie, jakim nas obdarzyli, koleżankom i kolegom za wsparcie i burmistrzowi Romanowi Ptakowi za pomoc finansową, która umożliwiła wynajęcie busa.

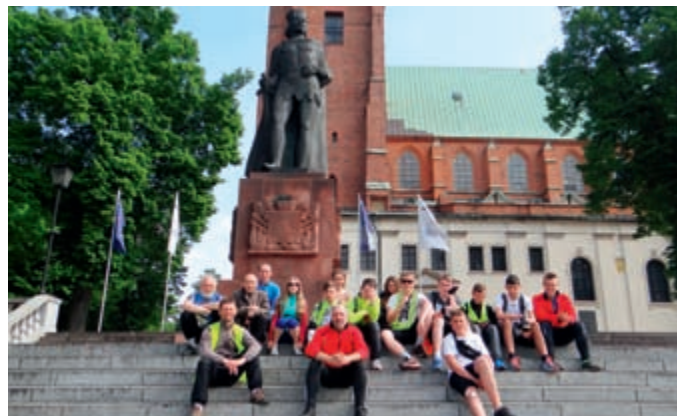
Mimo niesprzyjającej prognozy pogody wyruszyliśmy zgodnie z planem 17 maja pobłogosławieni i pożegnani przez księdza proboszcza Stanisława Mikę i dyrektora Zbigniewa Gawlińskiego. Miłym zaskoczeniem były oklaski licznie zgromadzonej młodzieży. Były to przyjemne początki jednego z najtrudniejszych dni w dość długiej już historii naszych rowerowych wypraw. Silny, przeciwny wiatr, a w drugiej części dnia obfity deszcz, przenikliwie zimno (temperatura spadła do 4 stopni) sprawiły, że podziwianie pięknych krajobrazów Wyżyny Krakowsko-Częstochowskiej zamieniło się w uporczywą walkę o każdy kilometr. Po przejechaniu ich ponad 100 musieliśmy zrezygnować i wsiąść do busa, który dowiózł nas na nocleg w miejscowości Złoty Potok. Podczas pierwszego noclegu dzięki gorącym kaloryferom i obfitemu posiłkowi częściowo zregenerowaliśmy siły.

Drugi dzień rozpoczęliśmy przy padającym deszczu, ale potem było coraz lepiej, pogoda poprawiła się, teren zaczął się spłaszczać i nawet wiatr momentami wiał w plecy. Dzięki temu mogliśmy już uważnie śledzić towarzyszący nam krajobraz, w którym największe zaciekawienie wzbudziły okolice Bełchatowa z największą w Polsce kopalnią odkrywkową węgla brunatnego. O 19.00 przysłowiowym rzutem na taśmę zdążyliśmy na kolację w Burzeninie-Strumianach, ładnej miejscowości nad brzegami Warty. Tego dnia przejechaliśmy 126 km, co dla wielu było rowerowym rekordem, który zresztą utrzymał się tylko do następnego dnia.

Trzeci dzień to „przełot” do Lichenia i wspomniane rekordowe 136 km. Jechaliśmy m.in. przez Uniejów rozślawiony wodami termalnymi i Koło nie mniej słynne swoimi wannami, brodzikami, umywalkami, bidetami, pisuarami itp. Naocznie mogliśmy się o tym przekonać, przejeżdżając obok fabryki ceramiki łazienkowej. Olbrzymi kościół w Licheniu widać było już z daleka wśród zieleni pól i lasów, lecz droga wiała się i wiała...

Czwarty dzień podróży miał być wyraźnie krótszy, dlatego nie śpieszyliśmy się z wyjazdem ze słynnego miejsca pielgrzymkowego. Licheń – największy kościół w Polsce, największe organy, najwyższa widokowa wieża, a wszystko to we wsi wielkości Staniątek. Bez względu na wrażenia estetyczne, które mogą być skrajnie różne, Licheń koniecznie trzeba zobaczyć. Odcinek z Lichenia do Gniezna okazał się dłuższy, niż zakładaliśmy ze względu na zamknięcie drogi spowodowane rozbudową kolejnej kopalni węgla brunatnego. Najciekawszą miejscowością po drodze był Ślesin z łukiem triumfalnym ku czci Napoleona, (pod którym to łukiem przejeżdżaliśmy) i naturalnej wielkości figurą hodowcy gęsi (z takiej hodowli od wieków słynie to miasto). Ostatni dzień poświęciliśmy na zwiedzanie Gniezna z katedrą na Wzgórzu Lecha. W budowlu tej znajdują się słynne drzwi gnieźnieńskie przedstawiające życie św. Wojciecha, jednego z patronów Polski, a także jego relikwiarz. Potem na rowerach i promem dotarliśmy „do źródła”, czyli na Ostrów Lednicki – wyspę, gdzie, jak twierdzą historycy, naj-prawdopodobniej odbył się chrzest Mieszka I. Czy twórcą naszego państwa kierowały głównie względy polityczne, czy również, albo w jakim stopniu, wiara w Jezusa Chrystusa, tego nie wiemy. Faktem jest, że z powodu tej decyzji staliśmy się chrześcijańskim państwem i wciąż nim jesteśmy.

W wyprawie rowerowej z Niepołomic do Gniezna w 1050-lecie chrztu Polski udział wzięli: Gabrysia Bergiel, Joanna Florek, Zuzanna Iwulska, Mikołaj Dąbek, Krzysiek Radzimowski, Kuba Rogala, Kuba Szkutnik, Kuba Kozub, Krystian Kurzeja, Dominik Drukała, Piotr i Adam Bączakowie, Jerzy Jasek, Janusz Żmudzki, Krzysztof Nowak i Andrzej Drabik, który był kierownikiem wyprawy.



# Rozwijamy lekcję

**JOANNA HYTROŚ, BEATA KUKIEŁKA**  
nauczycielki w Gimnazjum w Niepołomicach

2 czerwca w Gimnazjum im. Króla Władysława Jagiełły w Niepołomicach, pod kierownictwem Moniki Kulpy, odbyła się ogólnopolska konferencja zorganizowana we współpracy z Centrum Edukacji Obywatelskiej w Warszawie. Temat spotkania brzmiał „Jak rozwijać lekcję?”, a zainteresowani tym problemem dyrektorzy i nauczyciele przybyli do Niepołomic z różnych zakątków Polski (m.in. ze Śląska, Wielkopolski, Małopolski). Swoją obecnością zaszczyliły nas również liderki Centrum Edukacji Obywatelskiej – Małgorzata Ostrowska i Agata Ligęza.

Na wstępie zebrani mogli obejrzeć wynik pracy uczniów klas I, którzy na lekcjach języka polskiego przygotowali inscenizacje fragmentów „Romea i Julii” Williama Szekspira.

Przedstawicielki CEO zaprezentowały działalność tej instytucji, zróżnicowane praktyki, w których biorą udział pedagodzy w naszym kraju, a następnie dotychczasowe, doceniane doświadczenia niepołomickich nauczycieli z Gimnazjum im. Króla Władysława Jagiełły, którzy od dwóch lat pracują nad wzorcowym modelem rozwijania lekcji.

Rozwijanie lekcji polega na ścisłej współpracy pary lub grupy nauczycieli, którzy razem planują

pojedynczą lekcję lub cykl zajęć. Kolejne ich kroki to obserwacja lekcji oraz analiza zadań edukacyjnych i prac uczniowskich. Następnie pedagodzy omawiają zajęcia i dokonują potrzebnych modyfikacji. Na ich podstawie odbywa się kolejna, „ulepszona” lekcja i ewentualnie dokonywane są kolejne zmiany. A wszystko z myślą o nauczaniu i uczeniu się młodzieży.

Zauważono, że praktyka ta jest jedną z trudniejszych, gdyż jest czasochłonna, wymaga wielu spotkań pedagogów, którzy przygotowują konspekty zajęć dostosowane do klasy oraz sposobów uczenia się uczniów. Gimnazjum w Niepołomicach jest jedyną szkołą w Polsce, która w ramach projektu Laboratoria Praktyki Edukacyjnej wybrała praktykę – rozwijanie lekcji.

Podczas konferencji nauczyciele niepołomickiej szkoły „otworzyli drzwi swoich klas” dla zebranych gości, którzy mogli obejrzeć lekcje (już po modyfikacji wprowadzonej przez pedagogów z Niepołomic). Zaproszeni goście obserwowali zajęcia z matematyki, geografii i doradztwa zawodowego.

Następnie grupy tematyczne zastanawiały się, jak uczyli się uczniowie, jakie metody zastosowano i jaki miało to wpływ na uczenie się uczniów. Gorące dyskusje stały się kolejnym ogniwem rozwijania lekcji. Na forum omówiono wnioski, dokonano analizy obejrzanych zajęć. Wywiązała się dyskusja na temat celowości cią-

głego pracowania nawet nad jedną lekcją, ale także doбором tematu zajęć, który poddany zostanie tak szczegółowej analizie. *Wskazówki nauczycieli przygotowujących i obserwujących lekcję, pozwalają inaczej spojrzeć na realizację danego zagadnienia i chronią przed rutyną. Nauczyciele mają różne pomysły na osiągnięcie celów zajęć, dlatego można wspólnie zmieniać i dostosowywać metody prowadzenia lekcji, aby uczyć coraz lepiej. Proces doskonalenia lekcji, mimo że wymaga poświęcenia dodatkowego czasu, koordynacji i współpracy z innymi nauczycielami, pozwala na przygotowanie konspektu, który będzie wykorzystywany w kolejnych latach. W przyszłości w taki sposób chcemy wspólnie pracować nad doskonaleniem tych lekcji, które będą obejmować zagadnienia sprawiające uczniom szczególne trudności* - wyjaśniła Monika Kulpa.

Uczestnicy konferencji doszli do wniosku, że samotnie pracujący nauczyciel nie osiągnie tak dobrych efektów, jak ten, który podejmie wysiłek i wspólną pracę z innym nauczycielem, poszukując rozwiązań dydaktycznych. Cenne jest również wzajemne obserwowanie lekcji, w czasie których uwaga koncentruje się na uczniach, aby odpowiedzieć sobie, co pomaga im się uczyć, a co zaburza lub spowalnia ten proces. Efekty wspólnej pracy odczuwają nie tylko nauczyciele, ale przede wszystkim uczniowie, bo to z myślą o nich wprowadzane są zmiany.

## Przygoda z niemiecką gościnnością

**MAŁGORZATA JUSZCZYK, ANNA MARZEC**  
koordynatorki projektu, nauczyciele Gimnazjum w Niepołomicach

**Uczniowie niepołomiczkiego gimnazjum koniec roku spędzili wyjątkowo ciekawie. W ramach realizowanego projektu wymiany międzynarodowej odwiedzili swoich rówieśników w Niemczech.**

Przygotowane atrakcje, pozwoliły lepiej się poznać, ćwiczyć język zarówno przy rodzinnych spotkaniach, jak i zupełnie nieformalnie, w czasie pokonywania przeszkód w parku linowym, z pędzlem, kręglami, piłką czy z patelnią w ręce. Podczas poznawania zabytków pobliskiego Aachen przenieśliśmy się w średniowieczny czas panowania Franków i Karolingów, a spacer po Geilenkirchen przybliżył dramatyzm czasu II wojny - patronką odwiedzanej szkoły jest mała żydowska dziewczynka - Anita Lichtenstein, która zginęła wraz ze swą rodziną, w nazistowskim obozie koncentracyjnym w Oświęcimiu. Co roku, najstarsze klasy szko-

ły w Geilenkirchen na kilka dni odwiedzają Kraków i Muzeum w Auschwitz, gdzie, dzięki muzealnym ekspozycjom i historii odwiedzanych miejsc, starają się zrozumieć holokaust i czas okupacji.

Kolejne dni wypełniły nam spotkania z władzami miasta, rodzinami uczniów i ich znajomymi oraz ekscytująca wizyta w bazie NATO. Teraz już wiemy, że taka służba to duże wyzwanie i odpowiedzialność, a nauka fizyki, matematyki i chemii okazuje się bardzo przydatna. Większość z nas zapamięta na długo możliwość dokładnego poznania tajników samej bazy, a przede wszystkim, nowoczesnych samolotów. Cierpliwość polskich żołnierzy w odpowiadaniu na pytania i wyjaśnianiu złożoności działania radarów, wyjazdów na misje oraz codziennego życia w bazie zasługuje na duże oklaski. Za wspaniały dzień i wszystkie niespodzianki, również te smakowite, serdecznie dziękujemy.

Życzliwość, gościnność i troska, z jaką traktowali nas uczniowie, ich rodzice oraz nauczyciele, przerosła nasze najśmielsze oczekiwania. Mamy nadzieję, że pobyt w Geilenkirchen zaowocuje nie tylko większą motywacją do nauki języka niemieckiego, lecz przede wszystkim bliższymi relacjami między uczestnikami projektu oraz kolejną wymianą już za rok.





## ZNAWCY KONSTYTUCJI

JOANNA KOCOT

Referat Promocji i Kultury

1 czerwca o 10.00 nagrodzeni zostali laureaci Konkursu Wiedzy o Konstytucji, a Gabriela Jach – zdobywczyni 1. miejsca w kategorii szkół gimnazjalnych – została mianowana burmistrzem dzieci i młodzieży.

Już po raz szósty odbył się w naszej gminie Konkurs Wiedzy o Konstytucji RP. Młodzież z gimnazjów i szkół ponadpodstawowych brylowała znajomością naszej ustawy zasadniczej odpowiadając na pytania zamknięte i otwarte. Tradycyjnie konkurs odbywał się w dwóch etapach, szkolnym i gminnym oraz w dwóch kategoriach. Po zaciętych pojedynku wyłoniono dziesięciu laureatów i tak w kategorii szkół gimnazjalnych klasyfikacja wyglądała następująco:

1. miejsce: Gabriela Jach (została również burmistrzem dzieci i młodzieży)

2. Aleksandra Zawila
3. Kamila Mirek
4. Paulina Marcinek
5. Gabriela Marzec

W kategorii szkół ponadgimnazjalnych zwyciężyli:

1. Bartłomiej Stefański
2. Karol Szymczyk
3. Mateusz Kaszok
4. Edyta Dział
5. Justyna Dział

Jak mówią zwycięzcy, merytorycznie żadne z pytań nie sprawiło im kłopotu... jak już doprecyzowano ich interpretację. Organizatorzy dodają, że coraz trudniej wymyślić pytania, które by się nie powtarzały, a do tego były wystarczająco trudne. Serdecznie gratulujemy wiedzy naszym znawcom konstytucji, a ambitnym uczniom, którzy pozazdrościli im wiedzy i wyników zapowiadamy, że kolejny konkurs już za rok.



## DACH QUIZ 2016

ANNA MARZEC

nauczycielka j. niemieckiego w Gimnazjum w Niepołomicach

25 maja Gimnazjum im. Króla Władysława Jagiełły gościło gimnazjalistów z 10 szkół naszej gminy oraz okolic. Celem spotkania był finał VII Rejonowego Konkursu Wiedzy o Krajach Niemieckojęzycznych – DACH QUIZ.

DACH QUIZ jest od lat jedynym konkursem w naszej gminie, który ma na celu propagowanie i zachęcanie uczniów do nauki języka niemieckiego. Uczniowie wykazali się ogromną wiedzą z zakresu geografii, historii oraz kultury obszaru niemieckojęzycznego. Najpierw sprawdzili się w teście pisemnym – oczywiście w języku niemieckim, a następnie dokonali prezentacji wybranych osób, pochodzących z państw, których dotyczył konkurs. Jak podkreślają jurorzy, Ewa Bochenek oraz Przemysław Kocur, najciekawsze były prezentacje, które oprócz faktów i ciekawostek z życia wybitnej osoby, angażowały

publiczność poprzez próbę rozwiązania zagadki albo zachwycały samodzielnym wykonaniem utworu Beethovena czy Xaviera Naidoo.

Zarówno publiczność jak i jury docenili prezentację uczniów z Gimnazjum nr 2 w Bochni, którzy przedstawili, w dowcipny i oryginalny sposób, Alberta Einsteina. Ostatecznie zwycięzcy to reprezentanci z gimnazjów w Niepołomicach, Szarowie oraz Targowisku. Tuż za podium, z nieznaczną różnicą punktów, znalazło się Gimnazjum w Podłężu. Zwycięzcom gratulujemy wiedzy i kreatywności!

Organizatorzy składają podziękowania burmistrzowi Miasta i Gminy Niepołomice, Romanowi Ptakowi za objęcie konkursu honorowym patronatem.

Podziękowania kierujemy również pod adresem Goethe Instytut w Krakowie za ufundowanie upominków dla każdego uczestnika.

## MY EUROPEJCZYCY

JULIANNA DRAGA, ALEKSANDRA GARNCARCZYK

uczestniczki projektu

Jesteśmy uczniami klasy IIe – tzw. klasy europejskiej z Gimnazjum im. Króla Władysława Jagiełły w Niepołomicach. Od 19 do 24 maja gościliśmy w swoich domach rówieśników z Danii.

Polska i Dania to dwa, może nie tak bardzo odległe kraje, ale o zupełnie innej kulturze i stylu życia. W ramach projektu *My Europejczycy* (realizowanego w naszej szkole od wielu lat) mieliśmy okazję zaprosić do nas rówieśników z Danii i podważyć choć kilka stereotypów o naszej ojczyźnie. Staraliśmy się też, aby nasi koledzy i koleżanki dowiedzieli się czegoś więcej o Polsce. Mimo iż przez ostatnie miesiące wymienialiśmy się informacjami na temat naszej kultury, kraju oraz życia codziennego, Duńczycy przyjechali do nas z pewnymi obawami i mnóstwem błędnych opinii.

Wielu z nich było przekonanych, że Polska to kraj biedny, zacofany i brudny. Krajobraz, jaki zobaczyli, był dla nich pierwszą miłą niespodzianką. Ponieważ koledzy z Danii przyjechali do nas autokarem, mieli okazję zobaczyć nasz kraj od morza do Tatr. Dosłownie. Jedną z wycieczek, którą przygotowaliśmy dla naszych gości, był właśnie wyjazd do Zakopanego, gdzie większość z nich zobaczyła po raz pierwszy w życiu tak wysokie i piękne góry. Pokazaliśmy im jeszcze Kopalnię Soli w Wieliczce, Kraków i nasze rodzinne Niepołomice. Duńczycy byli zdumieni pięknem naszego kraju, różnorodnością krajobrazu, ładnymi miasteczkami, malowniczymi wsiami, a także mnogością zabytków na każdym niemal kroku. Nie mówiąc już o pogodzie, która w tych dniach wynosiła prawie 30 stopni... Kraków zachwycił ich jednak najbardziej. Przyznali, że może równać się z takimi miastami jak choćby włoska Florencja. Zaskoczeniem jednak była dla nich informacja,

że Kraków nie jest stolicą Polski... A nasze centra handlowe? Uznali, że są ogromne, a ceny czterokrotnie niższe niż w Danii, dlatego też szybko ogarnęły ich szal zakupów. Kolejną niespodzianką były nasze domy. Staropolska gościnność i serdeczność naszych rodzin oraz polska kuchnia ujęły ich serca. Większość z gości przyznała również, że nasze domy nie odbiegają od ich duńskich, są duże i kolorowe, a niektóre nawet przewyższają je zamożnością.

W ten sposób, dzień po dniu, powoli tępniały dzielące nas różnice i zacieraly się stereotypy. Przygotowaliśmy zajęcia warsztatowe, spektakl *Poland Got Talent* i w końcu zaprzyjaźniliśmy się, odkrywając wspólnie, że tak naprawdę jesteśmy podobni. Mamy podobne marzenia, zainteresowania, plany, nawet problemy... I choć czasem jeszcze zaskakiwano nas pytaniami, np.: *Czy w puszczy nadal są niedźwiedzie? lub Czy to prawda, że u was woda w kranach jest skażona i nie można się kąpać?* – okazywaliśmy wyrozumiałość i z uśmiechem rozwiewaliśmy niedorzeczne wątpliwości. Opowiadając o wizycie gości z Danii, nie można pominąć roli naszej nauczycielki – Anny Mazurkiewicz, która była główną koordynatorką projektu. Poświęciła tej wymianie cały swój wolny czas i energię, nie tylko po to, abyśmy mogli sprawdzić w praktyce naszą znajomość angielskiego, ale również, aby dzięki kolejnemu nowemu doświadczeniu zyskać pewność i zrozumieć, że wszyscy bez wyjątku należymy do Europy.

Przed nami wakacje, ale zaraz po nich jedziemy z rewizytą do Danii, do naszych nowych przyjaciół. Już bez lęku, bez obaw, pozbawieni wyimaginowanych kompleksów, z podniesionym czołem ruszamy w świat!



# Z wizytą w Wenecji Północy

**KAMILA WOCHAL**

uczennica kl. 2c Gimnazjum w Woli Batorskiej

Między 16 a 18 maja klasa 2c z Gimnazjum im. Lady Sue Ryder w Woli Batorskiej z wychowawcą – Agnieszką Szyper i Sylwią Międzybrodzką bawiła we Wrocławiu. Miasto jest w tym roku Stolicą Kultury, a ze względu na ilość kanałów, mostów i wyspy nazywane jest Wenecją Północy.

Pierwszym miejscem odwiedzionym przez gimnazjalistów był Ogród Japoński. Na początku niechętnie przyjęta atrakcja okazała się pięknym, malowniczym parkiem, który szybko zamienił się w urzekający plener fotograficzny. Kwitnące drzewa i krzewy wypełniały miejsce cudownym zapachem, a widok zapierał dech w piersiach.

Wieczór spędzono na podziwianiu dwóch spektakli świetlno-muzycznych, jakie w sezonie można oglądać obok Hali Stulecia. Wybudowana kilka lat temu fontanna multimedialna jest drugą (po znajdującej się w Barcelonie) największą tego typu atrakcją w Europie. Podświetlona na kolorowo, wyrzucająca wodę w rytm muzyki zapiera dech w piersiach.

Drugi dzień rozpoczął się wizytą w Humanitarium, gdzie każdy uczestnik mógł stworzyć swoje własne pomarańczowe perfumy oraz podziwiać różnorakie złudzenia optyczne. Wszyscy z zacięciem słuchali interesujących zagadnień, lecz główną atrakcją okazały się klocki, które okupowane przez chłopców, szybko zamieniły się w forty.

Kolejną atrakcją był stadion we Wrocławiu. Jak się okazało, w klasie mało było zwolenników drużyny Śląsk Wrocław, lecz na pewno wszystkich zdumiała rozmiar i wygląd obiektu.

Po krótkiej przerwie obiadowej dotarliśmy do Hydropolis. To nowoczesne centrum wiedzy o wodzie powstałe w 2015 r. Można było tam wysłuchać historii różnych statków oraz okrętów podwodnych oraz ciekawostek na temat wody. Wszystkim do gustu przypadła strefa relaksu, gdzie spędzano większość czasu wolnego.

Kolejnym przystankiem okazał się rynek. Wszyscy z podziwem oglądali kolorowe budynki i szukali krasnali. Po krótkim marszu wycieczka trafiła do kawiarni, w której uczniowie zjadali się najlepszymi lodami we Wrocławiu.

Po - tym razem dłuższym - marszu uczestnicy zgromadzili się pod Sky Tower, z której szczytu

można było oglądać całe miasto z góry. Jest to najwyższy budynek w Polsce, a panorama stolicy Dolnego Śląska oraz Karkonoszy podziwiana z 49. piętra robi niesamowite wrażenie.

O godzinie dwudziestej rozpoczęto zwiedzanie Panoramy Raławickiej. To stały punkt wrocławskich wycieczek, który od kilkudziesięciu lat przyciąga tłumy.

Później najwytrwalsi ruszyli na nocny spacer wrocławskimi ulicami. Mogli podziwiać dom duchów, wspinałe iluminacje budynków Starego Miasta, Uniwersytetu Wrocławskiego i zaczerpnąć powietrza nad Odrą.

Trzeci dzień pomimo nieskomplikowanego planu okazał się dla wielu jednym z najciekawszych. Młodzież cieszyła oczy egzotycznymi zwierzętami z całego świata w jednym z największych w Polsce ZOO. Największe wrażenie zrobiło Afrykarium, ale i inne zwierzęta przyciągały uwagę.

Wycieczkę z pewnością można określić jako udaną. Każdy, kto jeszcze nie był we Wrocławiu, powinien odwiedzić to miasto przy najbliższej nadarzającej się okazji, ponieważ atrakcji jest w nim dużo więcej, a wrażenia ze zwiedzania na długo zapadają w pamięć.

# W pięknej Brytanii

**MELANIA WOJTUSIK**

uczennica klasy 3c, Gimnazjum w Woli Batorskiej

Zielone trawniki, zgrabne ogródki i piękne ceglane domy, to charakter urokliwego kraju, jakim jest Anglia. Uczniowie klas trzecich oraz niektórzy z klas drugich Gimnazjum im. Lady Sue Ryder mieli możliwość pojechać do Anglii na 7-dniowy wyjazd, 22-29 maja. Celem wycieczki było poznanie historii tego kraju oraz spędzenie kilku dni w Londynie. Dzięki gościnności Fundacji Lady Sue Ryder w Anglii, mieliśmy możliwość mieszkać w pięknym XVI-wiecznym domu Św. Katarzyny w Parmoor.

22 maja wyjechaliśmy spod budynku Gimnazjum z Woli Batorskiej. Jechaliśmy przez różne kraje, nim dotarliśmy do portu w Dunkierce. Pomimo wietrznej pogody, robiliśmy zdjęcia na górnym pokładzie i podziwialiśmy wody kanału La Manche.

Pierwszym naszym zetknięciem z architekturą i kulturą angielską było miasteczko Cantenbury. Chodząc po tym urokliwym miejscu, mogliśmy zobaczyć charakterystyczne dla Anglii ryglowe budynki. Każdy z nas mógł także zwiedzić katedrę, która została wybudowana w XVI przez św. Augustyna. Potem przyjechaliśmy do miejscowości Parmoor, aby zakwaterować się w naszym domu. Oczarowani jego pięknem, weszliśmy do środka starego budynku

z cegły. Naszym oczom ukazał się piękny hol z ogromnymi drewnianymi schodami oraz oknem z witrażami. Jadalnia była umiejscowiona w dawnej, drewnianej kaplicy. W czasie wolnym, najczęściej wieczorami, podziwialiśmy zielony ogród oraz stary cedr, którego wielkość była naprawdę spektakularna.

Naszą przygodę z Londynem zaczęliśmy od jednego ze znanych miejsc w stolicy – Greenwich, gdzie mogliśmy poczuć, jak to jest, znajdować się na dwóch półkulach jednocześnie: wschodniej i zachodniej. Zwiedzając Królewskie Obserwatorium Astronomiczne, zobaczyliśmy pierwsze zegarki i poznaliśmy historię odkrywania kosmosu przez słynnych astronomów. Następną atrakcją był rejs po Tamizie. W ciągu jednej godziny zobaczyliśmy najpopularniejsze miejsca w Londynie, kolejno: londyńskie City, teatr Szekspirowski oraz Tower of London. Po przepłynięciu pod najsłynniejszym mostem w Londynie – Tower Bridge, naszym oczom ukazało się London Eye. Najpiękniejszy widok z rzeki był na wieżę zegarową – Big Bena.

Wysiedliśmy pod Westminsterem, skąd udaliśmy się do pobliskich londyńskich czerwonych budek telefonicznych, żeby uwiecznić je na zdjęciach. Rozpoczęliśmy także zwiedzanie Muzeum Historii Naturalnej, aby kolejnego dnia rano zwiedzić je do końca.

Następnego dnia udaliśmy się na Baker Street, czyli ulicę Sherlocka Holmesa. Dalszym punktem w planie było długo przez nas oczekiwane muzeum figur woskowych. Mogliśmy spotkać tam wiele znanych gwiazd (oczywiście z wosku), poczuć się jak modele, a nawet przejechać się londyńską taksówką po średniowiecznym Londynie. Na koniec oglądaliśmy film 4D.

Idąc do British Museum, przeszliśmy przez Łuk Wellingtona, upamiętniający zwycięstwo pod Waterloo. W muzeum mogliśmy poznać historię starożytną wszystkich kontynentów. Nie moglibyśmy też być w stolicy Anglii i nie zobaczyć siedziby królewskiej – Buckingham Palace.

Byliśmy też w Oxfordzie. W czasie spaceru po studenckim miasteczku zobaczyliśmy kilka kampusów Oxfordzkiego Uniwersytetu, a po kupnie pamiątek pojechaliśmy do Stonehenge. Na miejscu dostaliśmy przewodniki, aby każdy mógł usłyszeć o tym niesamowitym kamiennym kręgu, który został zbudowany pięć tysięcy lat temu!

W piątek, czyli naszym ostatnim dniu zwiedzania Anglii, zobaczyliśmy Windsor – siedzibę rodziny królewskiej. Ogromna zabudowa pałacu zrobiła na nas duże wrażenie, a wnętrza pomieszczeń pokazywały potęgę monarchii brytyjskiej. Na koniec w autokarze nasi przewodnicy zorganizowali konkurs wiedzy o Anglii, w którym można było wygrać ciekawe nagrody.

Sądzę, że każdy z nas będzie długo pamiętał tę wycieczkę i napawał się wspomnieniami z przeżytych chwil.



# W świecie absurdu Sławomira Mrożka

**ALEKSANDRA CHOJNACKA**

kl. 3a, Gimnazjum w Staniątkach

23 maja w Niepublicznym Gimnazjum im. św. Wojciecha w Staniątkach odbył się III Szkolny Przegląd Teatralny, zorganizowany w ramach realizowanej w szkole innowacji pedagogicznej pt. „W świecie absurdu Sławomira Mrożka”.

Poszczególne klasy miały za zadanie przygotować sztukę teatralną w oparciu o wylosowane wcześniej opowiadanie Mrożka (Poezja, Ostatni Husarz, Stoń, Lew, Wyznania o Zygmutusiu). Było to niezwykle trudne zadanie - Sławomir Mrożek był mistrzem ironii i absurdu. Przed uczniami naszej szkoły stanęło wyzwanie. Przez kilka tygodni przygotowaliśmy scenariusze, sceno-

grafie, mozolnie dopracowywaliśmy ruch sceniczny oraz staraliśmy się jak najlepiej wcielić się w swoje role, aby potem móc zaprezentować efekty swojej pracy przed nauczycielami, naszymi kolegami i koleżankami.

Pracom jury przewodniczył aktor Teatru Ludowego – Paweł Kumiega. Nasze zmagania oceniała również dyrektor szkoły - Lila Dębosz i nauczycielka języka angielskiego - Monika Niziołek. Z niecierpliwością czekaliśmy aż pierwsza klasa wyjdzie na scenę. Pomimo tego, że byliśmy oceniani przez prawdziwego aktora, każdy z nas czuł się bardzo swobodnie. Byliśmy gotowi na podbicie desek naszego szkolnego teatru. Po raz kolejny zrozumieliśmy, jak wiele możliwości daje nam scena. Wystarczy się tylko na nią otworzyć, a wraz z tym przyjdzie kre-

atywność, pewność siebie oraz brak stresu.

W oczekiwaniu na wyniki wysłuchaliśmy koncertu naszego kolegi - Piotrka Kiszki, który zaprezentował kilka utworów z zapowiadanej płyty pt. Wszystko OK. Po nim dowiedzieliśmy się, że 1. miejsce ex aequo zajęły klasy 3a i 3b, 2. miejsce 2b, 3. - 2a, a 4. - 1a. Wszystkim serdecznie gratulujemy.

Paweł Kumiega na koniec udzielił nam profesjonalnych rad oraz zaszczyił ducha aktorstwa, który mamy nadzieję na zawsze zagości w murach naszej szkoły. Była to już trzecia tego typu innowacja pedagogiczna, którą będziemy kontynuować w następnych latach. Dziękujemy naszym polonistkom - Ilonie Damian i Annie Rolkiewicz za zorganizowanie przeglądu, Pawłowi Kumiedze za cenne rady do nas skierowane oraz wszystkim aktorom i zaangażowanym w te twórcze działania.

## SZCZĘŚLIWIE NA RAMPIE

**DOROTA KULESZA**

dyrektor Gimnazjum w Zabierzowie Bocheńskim

W tym roku już po raz VIII w Centrum Kultury w Gdowie odbył się Przegląd Twórczości Teatralnej Dzieci i Młodzieży RAMPY. Miłośnicy sztuki teatralnej z roku na rok tłumnie przybywają w to miejsce, by pokazać, co im „w duszy gra”. Szkolny teatr EX-Trema z Gimnazjum Niepublicznego im. Ks. Jana Twardowskiego w Zabierzowie Bocheńskim już po raz ósmy wraca z RAMPY z sukcesem. Tym razem w kategorii gimnazjów i szkół średnich I miejsce zdobył spektakl pt. *Zadzrosna siostra przyszłości*. Tekst uczy, że należy szanować przeszłość, ale być otwartym na to, co przed nami. Często tracimy bowiem naszą teraźniejszość i przyszłość, gdyż nie potrafimy pogodzić się z tym, że pewne rzeczy minęły. Co prawda, nie jesteśmy w stanie przewidzieć przyszłości,

ale tylko od nas zależy, czy w ogóle zechcemy ją tworzyć.

Jury podkreśliło, że został przygotowany muzyczno-plastyczny spektakl, w którym pojawiło się niewiele słów, ale dużo przekazu. Młodzi aktorzy dowiedzieli się, że potrafią wykorzystać przedmiot w przestrzeni scenicznej, a *Zadzrosna siostra przyszłości* wyróżnia się oryginalną formą.

EX-Trema prowadzona jest od lat przez polonistkę, instruktorkę teatralną, Kingę Hojkę, która z niezmienną intuicją wie, kiedy wspomóc grupę, a kiedy należy tylko przyglądać się poczynaniom młodych aktorów. Brawa dla niej i grupy teatralnej: Ani Pilch, Mariki Siwek, Zuzanny Gębskiej, Natalii Lassek, Angeliki Landowskiej, Oli Maj, Rafała Sendora i Kamila Mądryńskiego.

## LIPCOWA PÓŁKOLONIA W NIEPOŁOMICACH

**AGATA AUGUSTYNEK, MONIKA BROTOŃ, MIKOŁAJ SCHABOWSKI**

nauczyciele w SP w Niepołomicach

Co zawdzięczamy Chińczykom? Jak komunikowali się ze sobą Indianie? Co kangury noszą w swojej torbie? Na te i wiele innych pytań mogą odpowiedzieć uczestnicy półkolonii organizowanej przez Stowarzyszenie Propagujące Idee Kazimierzowskie.

Prawie 50 uczniów ze szkoły podstawowej w Niepołomicach wzięło udział w zajęciach, które miały na celu przybliżyć kulturę i obyczaje ludzi żyjących w najodleglejszych regionach świata.

Przez 5 dni dzieci poznawały rośliny i zwierzęta niemal wszystkich kontynentów, a przede wszystkim w atrakcyjny sposób zdobywały wiedzę o ich mieszkańcach. Uczestnicy półkolonii brali też udział w zajęciach sportowych oraz warszta-

tach plastyczno-technicznych, podczas których wykonywali bumerangi, kolorowe pióropusze czy też wspaniałe japońskie wachlarze.

Dużą atrakcją dla wszystkich dzieci był wyjazd do kina oraz Parku Edukacji Globalnej w Krakowie. W tym ostatnim miejscu uczniowie wzięli udział w warsztatach w indiańskim tipi i zwiedzili domy swoich rówieśników z Peru czy Mongolii. Na zakończenie półkolonii każdy uczestnik otrzymał Certyfikat Wielkiego Podróżnika.

Mimo że dzieci biorące udział w zajęciach różniły się od siebie wiekiem czy zainteresowaniami, ostatniego dnia wszystkie tak samo żałowały, że półkolonia dobiegła końca.

## Z wizytą w Staniątkach

**ALICJA WŁODARCZYK**

opiekun koła teatralnego SAMO-WOLKA w Gimnazjum w Woli Batorskiej

Tuż przed zakończeniem roku szkolnego grupa teatralna SAMO-WOLKA z Gimnazjum Społecznego w Woli Batorskiej zawiątała w staniąteckim Centrum Rozwoju Seniorów z przedstawieniem zatytułowanym „Mały Książę 2.0”.

Zgromadziło się wiele osób, by obejrzeć spektakl, a po nim wysłuchać minirecitalu fortepianowego w wykonaniu Natalii Styczeń i Ani Cieśli.

Młodzież została przywitana bardzo serdecznie i nie mniej serdecznie żegnana. Po przedstawieniu zostaliśmy ugoszczeni ciepłymi jeszcze rogalikami prosto z piekarnika, a każdy z nas otrzymał prezencik – pięknie ozdobione mydeł-

ko – rękodzieło wykonane przez członkinie Klubu Retro, działającego przy Centrum.

Młodzież była urzeczona atmosferą panującą w Centrum Rozwoju Seniorów. Urokliwe, ze smakiem urządzone wnętrza, serdeczni, uśmiechnięci ludzie, spokój, miłe rozmowy z Seniorami i pracownikami centrum - tworzą prawdziwie domową atmosferę.

Z chęcią tu jeszcze wrócimy. Nie raz!

## 4E NA LEKCJACH W MOA

MATEUSZ ŁAZAREK, ANNA BUCZEK

uczeń klasy 4e w SP w Niepołomicach, wychowawca klasy 4e w SP w Niepołomicach

W sobotę 18 czerwca braliśmy udział w niezwykłym spotkaniu klasowym. Zebraliśmy się przed wejściem do centrum Młodzieżowego Obserwatorium Astronomicznego, zakwaterowaliśmy się w pokojach, po czym spotkaliśmy się wszyscy na boisku sportowym. Pierwszą atrakcją tego wieczoru było oglądanie słońca przez teleskop, drugą - zwiedzanie Niepołomic. Swoją podróż zaczęliśmy od fontanny, potem poszliśmy przed pomnik króla Kazimierza Wielkiego, a na koniec udaliśmy się na Kopiec Grunwaldzki. Stamtąd obserwowaliśmy piękny zachód słońca. Podczas powrotu wstąpiliśmy do pizzerii na kolację. Następnie wróci-

liśmy do MOA, gdzie kontynuowaliśmy zajęcia. Przez duże teleskopy oglądaliśmy gwiazdy i księżyc. O północy poszliśmy do pokoju, aby odpocząć, ale wcześniej rozegraliśmy wewnętrzny mecz klasowy w piłkę nożną. Rankiem, po śniadaniu, jeszcze raz zagraliśmy w piłkę i obejrzeliliśmy Układ Słoneczny w planetarium. Naszym opiekunem i przewodnikiem był bardzo sympatyczny Grzegorz Sęk.

To spotkanie klasowe było bardzo pouczające. Miłe spędziliśmy czas w gronie koleżanek i kolegów z klasy oraz naszej wychowawczynie. Mam nadzieję, że uda nam się jeszcze kiedyś to powtórzyć!



## REJS PO MAZURACH

WERONIKA SOŁKOWSKA, JOANNA KRZYŻANOWSKA

członkinie załogi rejsu Mazury 2016

Wyruszyliśmy pierwszego czerwca. Część załogi wiedziała już co nas czeka, gdyż nie po raz pierwszy odwiedziliśmy odległą Krainę Wielkich Jezior Mazurskich. Załogę prowadzili trzej sternicy: Tomasz (Dyrektor) Donatowicz, Tomasz (Guma) Kugiel oraz Zbigniew (Zbychu) Bożek. Pierwszego dnia rejsu wypłynęliśmy o wschodzie słońca. Codziennie, każda z trzech załóg warzyła strawę dla dzielnych towarzyszy. Wieczorem spotykaliśmy się przy ogniu, aby zaśpiewać szanty, zjeść kiełbaskę oraz zintegrować się z sobą. Przez cały tydzień nie złał nas deszcz, ale wielu z nas na własnej skórze przetestowało jakość wody mazurskiej (nawet portowej).

Wiatry nie były nam całkiem przychylne, wiały od dziobu i raczej skąpiły na sile. W trakcie wyprawy odwiedziliśmy miejsca takie jak: Giżycko, Wilkasy, Mikołajki, Ruciane-Nida, Zimny Kąć, a także wiele, wiele przyjeziornych lasów. Udało im się zwiedzić Główną Kwaterę Hitlera w Wilczym Szańcu. Uczestnicy wyprawy, którzy po raz pierwszy popłynęli na rejs, zostali mianowani przez Neptuna pełnoprawnymi żeglarzami, ale dopiero po tym, jak wykonali szereg trudnych zadań. Szczęśliwie wróciliśmy do domów ze wspomnieniami mazurskich przygód i bliznami po ukąszeniach komarów. Już teraz z niecierpliwością czekamy na kolejne żeglarskie wyzwania. Może i na morzu...?



## Kleks w Gazecie Krakowskiej

MARZENA ŚWIĘCH

opiekun Koła Prasowego „Kleks” z SP Niepołomice

**Po rocznej pracy w redakcji szkolnej gazetki „Kleks” grupa młodych dziennikarzy wraz z opiekunem wybrała się 7 czerwca na wycieczkę do Krakowa, aby skonfrontować swoje szkolne dziennikarskie doświadczenia z pracą dorosłych dziennikarzy.**

Pierwszym punktem programu była wizyta w redakcji Gazety Krakowskiej, po której oprowadzał nas redaktor Grzegorz Lenartowicz. Najpierw uczniowie poznali historię „Gazety Krakowskiej” i sąsiadującego z nią Dziennika Polskiego w sali konferencyjnej, a następnie powędrowali do sal, w których powstaje czasopismo codzienne. Redaktor przekazał uczniom wiele cennych informacji na temat układu gazety, jej

poszczególnych działów, dystrybucji. Wielkie zdziwienie zebranych wywołała wiadomość mówiąca o tym, że gazeta jest drukowana w Sosnowcu najczęściej w nakładzie 20 tys. egzemplarzy w niecałą godzinę. Po redakcji oprowadzała nas również Anna Kajtoch, która odsoniła nam arkana pozyskiwania informacji dla gazety i tworzenia jej stron. Największe zainteresowanie uczniów wzbudziło spotkanie w dziale e-gazeta i zasady powstawania internetowego wydania dziennika. Wszyscy dziennikarze z pasją opowiadali o swojej pracy, a spotkaniu z nimi towarzyszyła niezwykle ciepła atmosfera. W wielu miejscach redakcji widniały napisy *Piszemy dla Was*. Uczniowie zauważyli, że praca dziennikarza jest bardzo trudna, wymaga rzetelności, sumienności, ogromnej pracowitości, a język polski plus komputer z Internetem to potęga.

W czasie lekcji języka polskiego uczniowie czytali powieść pt. *Władca Lewawu* autorstwa Doro-tey Te-rakowskiej (1938-2004), znanej dziennikarki, która przez wiele lat pracowała jako redaktor i publicysta w Gazecie Krakowskiej. Literacki Lewaw to Wawel wspak. Powędrowaliśmy trasą, którą przebył główny bohater tej książki.

Zeszliśmy do Smoczej Jamy pod Wzgórzem Wawelskim i tam szukaliśmy przejścia do Lewawu, jednak bez sukcesu. Poszliśmy więc na ulicę Skaleczną, przy której mieści się kamienica, w której mieszkała pisarka i trzynaście razy zawędrował powieściowy Bartek. Tam zwiedziliśmy kościół św. Michała Archanioła i św. Stanisława. Oprowadzał nas po nim ojciec Grzegorz. W mieszczącej się pod świątynią Krypcie Zasłużonych odwiedziliśmy grób m.in. Jana Długosza (1415-1480). Uczniowie uznali, że można go nazwać rzetelnym polskim „dziennikarzem”. Jego *Roczniki, czyli kroniki sławnego Królestwa Polskiego* to relacja z życia Polaków od czasów najdawniejszych do czasów współczesnych pisarzowi.

Po dużej dawce przeżyć dla duszy znalazł się czas i na coś dla ciała. W Muzeum Sztuki i Techniki Japońskiej Manggha degustowaliśmy różne rodzaje herbaty japońskiej oraz smaczne sushi. Obok nas przy stoliku siedzieli twórcy Muzeum Manggha: Andrzej Wajda i jego żona, Krystyna Zachwatowicz. Pełni wrażeń wróciliśmy do naszych królewskich Niepołomic. To spotkanie z pewnością przyczyni się do mądrego dorastania młodych dziennikarzy z „Kleksa”.



# Królewski Piknik Rodzinny w SP Niepołomice

**MARZENA ŚWIĘCH, AGNIESZKA RACZYŃSKA-RASZPUNDA**  
nauczyciele Szkoły Podstawowej w Niepołomicach

**W słoneczną, czerwcową sobotę w Szkole Podstawowej w Niepołomicach odbył się Piknik Rodzinny. Przybyli na niego tłumnie: uczniowie wraz ze swoimi rodzinami oraz przyjaciółmi, nauczyciele, absolwenci, zaproszeni goście oraz dzieci z niepołomickich przedszkoli z rodzicami.**

Swoje stoiska prezentowały gimnazja z Niepołomic oraz Woli Batorskiej, Szkoła Językowa NEO, Szkoła Językowa Early Stage, Niepołomickie MOA, Niepołomicki Zespół Szkół Zawodowych nr 2. Przygotowano liczne atrakcje i każdy mógł znaleźć coś dla siebie, zarówno dla duszy, jak i dla ciała. Można było skosztować zdrowych sałatek owocowych, warzywnych, aromatycznych soków, smacznych ciast i powędrować w poszukiwaniu pieczonego z grilla oraz innych smakołyków, w tym kuszącej swym czarem waty cukrowej na patyku.

Zaprezentowali się uzdolnieni artystycznie uczniowie z naszej szkoły, laureaci różnych konkursów (m.in. Kolorowe piosenki, Piosenki angielskie), a także zorganizowanego przez Samorząd Szkolny Konkursu Mam Talent. Pokaz rozpoczął się od bardzo dynamicznego występu Bartłomieja Ulaneckiego, ucznia klasy 3b, zdobywcy I miejsca w szkolnym konkursie Mam Ta-

lent. Laureat zaserwował licznie zgromadzonej publiczności sporą dawkę energii, wykonując na perkusji kilka rockowych utworów (w tym również kompozycje własne). Towarzyszył mu gościnnie absolwent naszej szkoły, Igor Drelichowski, grający na gitarze elektrycznej.

Następnie prezentowali się pozostali laureaci w kategorii klas. Można było obejrzeć wystawę poplenerową kółka plastycznego Pszczyna 2016. Odbyły się występy taneczne Szkoły Tańca Evolution, pokazy karateków z Akademii Karate Tradycyjnego, prezentowali swe umiejętności wyjątkowo waleczni członkowie Niepołomickiego Bractwa Rycerskiego, a także miały miejsce pokazy sterowanych modeli latających. Dużą popularnością wśród uczniów cieszyły się wyścigi w workach. Sporą dawkę emocji wzbudziło przeciąganie liny, w którym po kolei brali udział przedstawiciele poszczególnych klas. W konkurencji tej startowały różne grupy. Rywalizację rozpoczęli zerówkowicze, później po kolei przy linie meldowali się uczniowie klas pierwszych, drugich... aż do szóstych. Zabawa była znakomita. Stowarzyszenie Pola Chwały zorganizowało salę gier planszowych i zabawy wikingów. Po szkolnym boisku poruszały się małe postacie jakby wprost przeniesione z baśni. Napotkać można było również uczniów z niezwykle pomysłowo pomalowanymi twarzami i włosami.

Co jakiś czas dał się słyszeć dźwięk syreny strażackiej z ustawionego niedaleko sceny nowoczesnego wozu, do którego chętni mogli wejść i przyjrzeć się wyposażeniu. Nad orlikiem natomiast szybował model samolotu. Równocześnie był rozgrywany turniej szachowy oraz inne konkurencje sportowe. Dużą atrakcją okazał się występ grupy cyrkowej – Los Fuegos. Na pikniku

trwała loteria fantowa, w której każdy los wygrywał, a nagrodami głównymi były karnety na jazdę konną i karnety o wartości 200 zł na zajęcia w jednej ze szkół językowych. Nad przebiegiem uroczystości czuwali niezmordowany Mikołaj Schabowski oraz panie dyrektor.

Piknik Rodzinny okazał się wspaniałym spotkaniem integracyjnym, a szkoła miejscem przyjaznym każdemu. Bardzo dziękujemy Rodzicom za ogromne zaangażowanie i pomoc w zorganizowaniu tego przedsięwzięcia. Zapraszamy na kolejny Piknik Rodzinny już za rok.



## NAJLEPSZY W POWIATOWYM KONKURSIE BRD

**JOANNA MARZEC**

nauczyciel techniki i przyrody w SP nr 3 w Niepołomicach-Podgrabiu

29 kwietnia policjanci z Wydziału Ruchu Drogowego Komendy Powiatowej Policji w Wieliczce przeprowadzili kolejną edycję eliminacji powiatowych Ogólnopolskiego Turnieju Bezpieczeństwa w Ruchu Drogowym dla dzieci i młodzieży szkolnej. Eliminacje odbyły się w Gimnazjum im. św. Brata Alberta w Gdowie. W konkursie wzięli udział uczniowie 22 szkół podstawowych oraz 8 szkół gimnazjalnych z terenu powiatu wielickiego, tj. 112 uczniów.

Jak co roku do konkursu stanęła drużyna z SP nr 3 w Niepołomicach-Podgrabiu. Rywalizacja po-

dzielona była na trzy konkurencje: test wiedzy o bezpieczeństwie ruchu drogowego, jazda rowerem po torze przeszkód oraz udzielanie pierwszej pomocy przedmedycznej, którą przeprowadzał ratownik medyczny, mł. asp. Robert Kmiecik, funkcjonariusz Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Wieliczce.

Wśród uczniów szkół podstawowych najlepsze wyniki uzyskał Wiktor Kozdrój, uczeń kl. 6 Szkoły Podstawowej nr 3 w Niepołomicach-Podgrabiu. Zwycięzca otrzymał cenną nagrodę rzeczową – rower.

## KONKURS PIERWSZEJ POMOCY NA ROZPOCZĘCIE DNI NIEPOŁOMIC

**ANETA GRYGLAK**

nauczyciel przyrody w SP w Niepołomicach

3 czerwca w budynku Szkoły Podstawowej im. Króla Kazimierza Wielkiego w Niepołomicach odbył się XIX Międzyszkolny Konkurs Ratowników Sanitarno-Medycznych o Puchar Burmistrza Miasta i Gminy Niepołomice. Konkurs został przeprowadzony tradycyjnie w ramach obchodów Dni Niepołomic.

W zawodach brały udział 3-osobowe reprezentacje ze szkół podstawowych z terenu gminy. Każda grupa ratowników musiała się wykazać znajomością teoretyczną i praktyczną w udzielaniu pierwszej pomocy ofiarom różnorodnych wypadków. Drużyny najpierw losowały trzy

pytania teoretyczne, a następnie przeprowadzały resuscytację i ułożenie poszkodowanego w pozycji bocznej bezpiecznej.

Konkurs został zorganizowany i przebiegał pod fachowym nadzorem lekarza medycyny Zbigniewa Hausera. Najlepiej z zadaniami konkursowymi poradzili sobie uczniowie z: Niepołomic-Podgrabia – zajęli I miejsce, Niepołomic – II miejsce, Zabierzowa Bocheńskiego – III miejsce, Podłęża – IV miejsce.

Wszystkie startujące drużyny otrzymały gratulacje i nagrody z rąk burmistrza Romana Ptaka i Zbigniewa Hausera.

# Powiatowy Konkurs Matematyczny Rachmistrz

**MAGDALENA MAZGAJ**

nauczyciel matematyki, SP w Niepołomicach

Już po raz trzynasty odbył się Powiatowy Konkurs Matematyczny Rachmistrz organizowany przez Szkołę Podstawową im. Króla Kazimierza Wielkiego w Niepołomicach. W zmaganiach 8 czerwca uczestniczyło 45 uczniów reprezentujących 5 gmin: Niepołomice, Wieliczkę, Biskupice, Gdów i Klaj.

Konkurs był przeznaczony dla uczniów klas IV-VI. Każdą gminę reprezentowało 9 uczniów (po 3 z każdej grupy wiekowej), którzy w etapie gminnym osiągnęli najlepsze wyniki. Jak zwykle, uczniowie rozwiązywali zadania przygotowane przez komisję składającą się z koordynatorów konkursów gminnych oraz nauczycieli matematyki ze Szkoły Podstawowej w Niepołomicach.

Dzieci mogły wykazać się wiadomościami i umiejętnościami z zakresu: sprawnego liczenia, rozwiązywania zadań tekstowych, logicznego myślenia i rozumienia pojęć matematycznych.

Wszyscy uczniowie wykazali się ogromną wiedzą matematyczną, a wyniki przedstawiają się następująco:

Klasy 4



Rachmistrz: **Adam Balcerek**

Wicerachmistrz: **Bartłomiej Ptasznik** oraz **Karolina Piekarczyk**

Wyróżnienie: Weronika Latos oraz Paulina Habel

Klasa 5

Rachmistrz: **Małgorzata Świątek**

Wicerachmistrz: **Natalia Habel** oraz **Magdalena Hodoń**

Wyróżnienie: Jan Iskrzycki oraz Gabriela Nowak

Klasa 6

Rachmistrz: **Wojciech Golenia**

Wicerachmistrz: **Adam Duda** oraz **Kacper Jamka**

Wyróżnienie: Julia Kanciruk oraz Aleksandra Łepacka

Nagrody (bony o wartości 200 zł, gry, książki, długopisy, gadzety, dyplomy) zostały wręczone przez Wiesława Bobowskiego – dyrektora Wydziału Edukacji UMiG Niepołomice oraz Krystynę Augustyńską - dyrektora Szkoły Podstawowej w Niepołomicach. Nagrody zostały ufundowane przez Burmistrza Miasta i Gminy Niepołomice oraz Stowarzyszenie Propagujące Idee Kazimierzowskie. Gratulujemy zwycięzcom!

## Genetyka w kilku krokach

**BEATA KSIĄŻEK**

pedagog-logopeda

14 czerwca lekarz genetyk Katarzyna Końska, pracująca w Poradni Genetycznej Uniwersyteckiego Szpitala Dziecięcego w Prokocimiu, odwiedziła Szkołę Podstawową im. Króla Kazimierza Wielkiego w Niepołomicach. Poprowadziła tu warsztaty genetyczne w klasie 3c.

Warsztaty rozpoczęły się prezentacją multimedialną. Podczas zajęć dzieci mogły dowiedzieć się najpierw, czym ogólnie jest genetyka, a potem co konkretnie badają naukowcy zajmujący się tą dziedziną wiedzy.

A mówiąc najprościej, genetyka to przekazywanie informacji, cech pomiędzy rodzicami i dziećmi. Nauka obejmuje szereg działań badających między innymi: budowę i funkcję chromosomów oraz ich związek z przekazywaniem informacji genetycznej, zajmuje się mechanizmami działania genów w procesie wytwarzania cech w czasie rozwoju, bada chemiczną strukturę pojedynczych genów i całego genomu człowieka oraz genetyczne uwarunkowanie cech fizycznych i umysłowych człowieka, jak i sposób ich przekazywania. Dzięki temu łatwiej zrozumieć, za co odpowiadają geny, jacy jesteśmy, czym się różnimy, co to DNA, z czego jest zbudowane, co to chromosomy, jak rozróżnić chromosomy



chłopców od dziewczynek oraz pewne podstawy na temat dziedziczenia.

Katarzyna Końska tę tak bardzo skomplikowaną wiedzę przekazała młodym uczestnikom warsztatów profesjonalnie, a zarazem w bardzo przystępny sposób. Dzieciaki mogły zaangażować się, a dzięki temu lepiej zrozumieć

temat, wykonując modele chromosomów z makaronu.

Cenna praktyka pomogła zrozumieć 3-klasistom bardzo skomplikowane zagadnienia. Przeskoczyli parę poziomów nauki, zdobywając wiedzę na poziomie gimnazjum i wiedzą już, dlaczego są tak podobni do swoich rodziców.



# MAN wspiera działalność SP w Suchorabie

**JOANNA BAJER**

nauczyciel, koordynator współpracy z firmą MAN Trucks

Szkoła w Suchorabie pozyskała wsparcie i sympatię ze strony firmy MAN Trucks w Niepołomicach, która od 2011 roku dofinansowuje działalność edukacyjną, kulturalną i wychowawczą placówki. W związku z nawiązaną współpracą możemy pochwalić się wieloma osiągnięciami, które budują pozytywny obraz placówki, zabiegającej o atrakcyjność swojej oferty.

W tym roku dzięki pomocy firmy MAN oferta placówki w Suchorabie poszerzyła się o bezpłat-

ny dowóz uczniów. Dzieciom uczęszczającym do szkoły poza obszarem administracyjnym własnej gminy, ta nie ma obowiązku finansowania dowozu. Liczba uczniów SP w Suchorabie spoza obwodu, których odległość pomiędzy miejscem zamieszkania a szkołą przekracza 3 km, jest dość znaczna. Dlatego zwróciliśmy się w tej sprawie do zaprzyjaźnionej firmy MAN Trucks, a ta wzięła na siebie całkowite sfinansowanie dowozu uczniów. Ten kolejny życzliwy gest firmy MAN jest dla szkoły niezmiernie ważny, ułatwia nie tylko codzienną egzystencję podopiecznych i ich rodziców, ale także pomaga pozyskiwać jak najwięcej uczniów.

*Pragniemy serdecznie podziękować firmie MAN Trucks w Niepołomicach za nieocenioną i nieustanną pomoc. Dziękujemy za wsparcie naszych działań i za życzliwe zaangażowanie. Jesteśmy przekonani, że Państwa hojność i oddanie znacząco wpływają na rozwój naszej placówki, czyniąc ją nowatorską, stabilną i bezpieczną.*

Dyrektor Szkoły, Grono Pedagogiczne,  
Rodzice i cała społeczność uczniowska  
Szkoły Podstawowej w Suchorabie

## Zielona szkoła w Muszynie

**EWA BUDKIEWICZ, JOANNA BAJER**

nauczyciel SP w Podłężu, nauczyciel SP w Suchorabie

Zielona szkoła to forma edukacji, która jest źródłem twórczej pracy nauczycieli i uczniów. Uczenie się poprzez przeżywanie przynosi większe efekty niż nauka w szkolnej ławce, dlatego w tym roku szkoły z Podłęża i Suchoraby zorganizowały dla uczniów klas II, III i V pięciodniowy pobyt w Muszynie k. Krynicy Zdrój.

Ktoś zapyta, dlaczego Muszyna? Wybór tej miejscowości nie był przypadkowy. Muszyna to urokliwe miasteczko o szczególnych walorach klimatycznych, turystycznych, rekreacyjnych i sportowych, a co najważniejsze niedaleko od Krakowa.

16 maja z samego rana wyruszyliśmy w po-

dróż. W ośrodku czekały na nas ładne pokoje z łazienkami, ale przede wszystkim smakowite posiłki i wspaniały, zawsze życzliwy personel, a pogoda była wymarzona. Już w pierwszych dniach pobytu w Muszynie wybraliśmy się na wycieczkę do Krynicy. Podziwialiśmy wiele urzekających miejsc i atrakcji turystycznych: pijalnię wód mineralnych, Górę Parkową, muzeum Nikifora Krynickiego, muzeum zabawek. Degustowaliśmy czekoladę w pijalni znanego śpiewaka Jana Kiepurę. Spacerowaliśmy po deptaku, po pięknym Parku Zdrojowym. W środowy poranek z wielką przyjemnością podążyliśmy za przewodnikiem, aby wspiąć się na szczyt góry Wierchomla. Długość trasy ok. 6 km. Sporo wysiłku kosztowała też uczniów wędrówka po Lesie Lipowym Obrożyska, jednym

z najcenniejszych kompleksów lasu liściastego na terenie Beskidów. W czwartek wieczorem zorganizowaliśmy uroczyste ognisko z zabawami na terenie ośrodka.

Atrakcji było co niemiara, nie sposób ich wszystkich wymienić i opisać. Bogaty program zielonej szkoły nie pozwalał nikomu się nudzić. Korzystając z placu zabaw przy naszym ośrodku, często bawiliśmy się na świeżym powietrzu.

Czas szybko mija. Żałowaliśmy, że nasza przygoda już się kończy. Na długo w pamięci pozostaną nam widoki górskie. Nie zapomnimy o wspólnie spędzonych, radosnych chwilach. Pobyt na zielonej szkole dostarczył nam nowych wrażeń, doświadczeń i pozytywnych przeżyć. Wiele nas też nauczył.

## IX Gminny Konkurs Literacko-Plastyczny

**MARZENA SOLARZ, MICHAŁ GOŁONKA**

nauczyciele języka polskiego w SP w Woli Batorskiej

Gminny Konkurs Literacko-Plastyczny Wiosna Piórem i Pędzlem Malowana, podobnie jak i w poprzednich latach, został zorganizowany przez nauczycieli przedmiotów humanistycznych ze Szkoły Podstawowej w Woli Batorskiej. I tym razem chodziło o ukazanie piękna wiosennej przyrody w twórczości literackiej i plastycznej uczniów.

W komisji konkursowej pracowały: Iwona Kuś-Donatowicz – nauczyciel plastyki w Gimnazjum w Woli Batorskiej, Alicja Włodarczyk – nauczyciel języka polskiego w Gimnazjum w Woli Batorskiej oraz Renata Kotara, dyrektor Przedszkola Samorządowego w Woli Batorskiej.

Rozdanie nagród zwycięzcom odbyło się 25 maja w Szkole Podstawowej im. Wincentego Witosa w Woli Batorskiej. A wyniki wyglądały następująco:

**Część literacka konkursu:**

I miejsce: Marianna Motak, SP w Woli Batorskiej  
II miejsce: Kinga Kaim, SP w Niepołomicach  
III miejsce: Jakub Gaczoł, SP w Staniątkach

**Wyróżnienia:**

Julia Gawłowska, SP w Zabierzowie Bocheńskim  
Weronika Skowronek, SP w Niepołomicach

**Część plastyczna dla klas I-III:**

I miejsce: Emilia Wilk, SP w Woli Batorskiej  
II miejsce: Weronika Różak, SP w Niepołomicach  
III miejsce: Maciej Wrześniak, SP w Zagórzu

**Wyróżnienia:**

Oliwia Zajac, SP w Niepołomicach-Podgrabiu

Filip Sopata, SP w Podłężu

**Część plastyczna dla klas IV-VI:**

I miejsce: Oliwia Budek, SP w Zakrzowie  
II miejsce: Gabriela Kopeć, SP w Woli Batorskiej  
III miejsce: Lena German, SP w Woli Batorskiej

**Wyróżnienia:**

Mateusz Kosiński, SP w Woli Batorskiej  
Kornelia Mikołajewska, SP w Woli Batorskiej

Wszyscy laureaci otrzymali nagrody książkowe i dyplomy.

Dyrektor Szkoły Podstawowej w Woli Batorskiej oraz organizatorzy IX Gminnego Konkursu Literacko-Plastycznego Wiosna Piórem i Pędzlem Malowana serdecznie dziękują Romanowi Ptakowi, burmistrzowi Miasta i Gminy Niepołomice za objęcie honorowego patronatu nad konkursem.

# Alfik Humanistyczny i Omnibus 2016

## MARZENA ŚWIĘCH

nauczyciel j. polskiego w SP w Niepołomicach

W Szkole Podstawowej w Niepołomicach odbyły się dwa ogólnopolskie konkursy humanistyczne: Alfik Humanistyczny i Omnibus 2016 zorganizowane przez Firmę Edukacyjną – Łowcy Talentów Jersz, instytucję wspierającą uzdolnione dzieci i młodzież.

Nasza szkoła od kilku lat przystępuje do tego typu przedsięwzięć i odnosi liczne sukcesy w skali kraju i województwa. Celem konkursów jest budzenie i rozwijanie zainteresowań polonistycznych już na etapie szkoły podstawowej, popularyzowanie języka polskiego wśród uczniów i ujawnianie ich talentów. Daje im to również okazję do sprawdzenia poziomu własnej wiedzy i umiejętności. Ponadto uczniowie mogą porównać poziom swych umiejętności polonistycznych z innymi rówieśnikami w skali kraju i województwa.

Uczniowie rozwiązują testy adekwatne do wieku i poziomu rozwojowego. Alfik oraz Omnibus są

organizowane w celu pokazania dzieciom piękna naszego języka ojczystego. Doskonale wpisują się one w trwającą od 2012 roku kampanię społeczną Ojczyście – dodaj do ulubionych, zorganizowaną przez Narodowe Centrum Kultury i Radę Języka Polskiego. Ma ona na celu podniesienie świadomości językowej oraz kształtowanie poczucia odpowiedzialności za polszczyznę. Właściwe posługiwanie się językiem polskim ułatwia uczenie się, staje się trampoliną do rozwijania różnych zainteresowań.

W Alfiku Humanistycznym wystartowało 137 uczniów naszej szkoły. Każdy uczeń mógł uzyskać maksymalnie 150 pkt. W województwie małopolskim wystartowało 1 335 uczniów z 41 szkół, a w całym kraju 15 613 uczniów z 451 szkół.

Zaszczytny tytuł laureata za uzyskanie I miejsca w województwie małopolskim uzyskała Julia Pogorzelska z klasy IVf, która zdobyła 142,25 pkt. Najlepsze wyniki w szkole uzyskali:

I miejsce – Julia Pogorzelska kl. IVf – 142,25 pkt (94,83%) – I miejsce w województwie,

II miejsce – Hubert Małecki kl. IIIb – II miejsce w województwie,

III miejsce – Piotr Klimczyk kl. IVb – II miejsce w województwie,

IV miejsce – Piotr Wnuk kl. IId – IV miejsce w województwie.

W Omnibusie 2016 wzięło udział 69 uczniów z klas II-VI z naszej szkoły. W całej Polsce wystartowało 5 543 uczniów ze 183 szkół. W województwie małopolskim uczestniczyło 532 uczniów z 17 szkół. Zaszczytny tytuł laureatów za zajęcie I miejsca w województwie małopolskim uzyskali Julia Pogorzelska z kl. IVf oraz Krzysztof Janeczko z kl. IVg. Najwyższe wyniki w naszej szkole osiągnęli:

Julia Pogorzelska kl. IVf oraz Krzysztof Janeczko kl. IVg – I miejsce w województwie,

Karolina Nitsch kl. Vd i Aleksandra Kwaśny kl. IIb – II miejsce w województwie,

Ewa Kozub kl. VIb – III miejsce w województwie,

Antoni Siatka kl. IVg – III miejsce w województwie.

## Wycieczka do stolicy

### ANETA ROŻKIEWICZ

nauczyciel j. angielskiego w SP w Niepołomicach

18 maja uczniowie klas 6b, 6c oraz 6e wraz z opiekunami, wyruszyli na szkolną wycieczkę do Warszawy, aby spędzić trzy dni na poznawaniu historii i dziedzictwa kulturowego stolicy.

Pierwszy dzień w Warszawie rozpoczęliśmy od zwiedzania Muzeum Powstania Warszawskiego. Uczniowie podziwiali tam ekspozycje będące wyrazem hołdu dla tych, którzy walczyli i ginęli za wolną Polskę. Zorganizowana specjalnie dla naszych szóstoklasistów gra terenowa pozwoliła na zgłębienie faktów z historii i lepsze poznanie codzienności uczestników powstania warszawskiego. Następnie, wraz z przewodnikiem, udaliśmy się na zwiedzanie Zamku Królewskiego, który, choć w trakcie II wojny światowej został doszczętnie zniszczony, obecnie jest jednym z najpiękniejszych zabytków w Polsce, a także pomnikiem historii i kultury narodowej. Nasi uczniowie mieli okazję zobaczyć, m.in. sypialnię królewską, salę balową, audiencyjną, tronową, a także salę senatorską, w której uchwalono Konstytucję 3 Maja. Dalszą część dnia spędziliśmy na spacerze po Starym i Nowym Mieście.

Drugi dzień wycieczki rozpoczęliśmy od zwiedzania Cmentarza Powązkowskiego, miejsca spoczynku wielu zasłużonych Polaków. Kolejnym punktem był spacer po Łazienkach Królewskich. Uczniowie zobaczyli: Pałac Myślewicki, Amfite-

atr oraz pomnik Fryderyka Chopina. Nie obyło się także bez zwiedzania centrum. Zobaczyliśmy Krakowskie Przedmieście, Grób Nieznanego Żołnierza, pomnik Małego Powstańca i Małej Syrenki oraz wysłuchaliśmy warszawskich legend, m.in. o dzwonie na ul. Kanonia, wokół którego nasi uczniowie „wyskakali” swoje życzenia. Po krótkim odpoczynku nasza grupa udała się na zwiedzanie Sejmu i Senatu. Mogliśmy przez chwilę uczestniczyć w odbywającym się posiedzeniu i zobaczyć naocznie salę obrad, którą zawsze oglądamy tylko w telewizji. Po zakończonym zwiedzaniu jechaliśmy jedyną linią metra w Polsce. Dzień drugi zakończyliśmy wyjazdem na taras widokowy na

30. piętrze Pałacu Kultury i Nauki, z którego rozciąga się panorama Warszawy.

W ostatnim dniu pobytu w stolicy odwiedziliśmy Centrum Nauki Kopernik. Tu uczniowie mogli wykonać liczne eksperymenty i poszerzyć swoją wiedzę z zakresu fizyki i biologii. Ostatnim punktem naszej wycieczki była wizyta na Stadionie Narodowym.

W piątek wieczorem, zmęczeni, ale szczęśliwi, wróciliśmy do Niepołomic. Na pewno wszyscy będziemy mile wspominać wspólnie spędzone chwile, tym bardziej, że dla naszych szóstoklasistów była to ostatnia wycieczka w tym gronie.





# VII Festiwal Teatrów w Języku Angielskim

**MAGDALENA PUDO**

nauczyciel j. angielskiego w SP w Niepołomicach

## 22 czerwca odbył się VII Festiwal Teatrów w Języku Angielskim The Stage Is Yours zorganizowany przez Szkołę Podstawową im. Króla Kazimierza Wielkiego w Niepołomicach we współpracy z Małopolskim Centrum Dźwięku i Słowa.

Honorowy Patronat nad Festiwalem sprawował burmistrz Niepołomic, Roman Ptak, który ufundował nagrody dla wszystkich uczestników. Wsparcia udzieliły wydawnictwa Pearson i Oxford University Press, przekazując gadzety na nagrody dla laureatów.

Festiwal uroczyście otworzyła dyrektor szkoły Krystyna Augustyńska, która podczas ogłoszenia wyników wręczyła nagrody. Na scenie zaprezentowało się 110 uczniów ze szkół podstawowych z powiatu wielickiego.

W I części, dla klas I-III, jury pracowało w składzie: John Barrett – rodowity Brytyjczyk, który czuwał nad poprawnością językową, Natalia Cisoń –

konsultant metodyczny Wydawnictwa Oxford University Press, Małgorzata Porębska – Ambasador Programu English Teaching i nauczyciel języka angielskiego w Gimnazjum Społecznym im. Lady Sue Ryder w Woli Batorskiej oraz Lavinia Ngala – studentka z Kenii przebywająca jako wolontariusz w Gimnazjum Społecznym im. Lady Sue Ryder w Woli Batorskiej.

W kategorii klas I-III jury przyznało nagrody:  
I miejsce – ex aequo Thumbelina, SP im. Marszałka Józefa Piłsudskiego w Zagórz i The Elephant's Child SP im. Króla Kazimierza Wielkiego w Niepołomicach

II miejsce – nie przyznano  
III miejsce – Dragon Trouble, SP im. Św. Jadwigi Królowej Polski w Podłężu  
Wyróżnienia: Puss in Boots, SP im. Włodzimierza Puchalskiego w Podgrabiu oraz Pinocchio ZSO w Kłaju.

Najlepszy aktor: Aleksander Kasprzyk, ZSO w Kłaju  
Najlepsza aktorka: Emilia Sala, SP im. Marszałka Józefa Piłsudskiego  
Wyróżnienia indywidualne otrzymały: Amelia Miro i Magdalena Oleś, SP im. Króla Kazimierza Wielkiego w Niepołomicach.  
Najlepszy plakat: SP im. Króla Kazimierza Wielkiego w Niepołomicach.

W drugiej części Festiwalu w kategorii dla klas IV-VI w jury nadal pracowali Małgorzata Porębska i John Barrett, a dołączył do nich Ramon Shindler, metodyk i wykładowca języka angielskiego na Uniwersytecie Jagiellońskim oraz aktor znany z roli Czarodzieja Wizy w programie edukacyjnym TVP „Lippy and Messy”.

W kategorii dla klas IV-VI jury przyznało następujące nagrody:  
I miejsce – Peter Pan, SP im. Króla Kazimierza Wielkiego w Niepołomicach  
II miejsce – Cinderella, ZSO w Kłaju  
III miejsce – Wizard of Oz, SP im. Marszałka Józefa Piłsudskiego w Zagórz.

Nagrodę dla najlepszego aktora otrzymali: Michał Kracik, Michał Włodarczak i Antoni Satała z SP im. Króla Kazimierza Wielkiego w Niepołomicach.

Najlepszą aktorką została uznana: Angelika Klima z SP im. Marszałka Józefa Piłsudskiego w Zagórz. A najlepszy plakat wykonali uczniowie: ZSO w Kłaju. Wyróżnienie trafiło do Adriany Sabat z SP im. Króla Kazimierza Wielkiego w Niepołomicach.

Organizatorzy składają serdeczne podziękowanie jury za poświęcenie swojego czasu i zaangażowanie w pracę w komisji oceniającej przedstawienia podczas tegorocznego festiwalu.

Jesteśmy ogromnie wdzięczni fundatorom nagród, burmistrzowi Niepołomic, wydawnictwom Pearson i Oxford University Press oraz dyrekcji i pracownikom Małopolskiego Centrum Dźwięku i Słowa za pomoc w organizacji tego wydarzenia.

Szczególne podziękowania należą się też nauczycielom języka angielskiego, którzy wyreżyserowali przedstawienia i bardzo dobrze przygotowali uczniów do występów pod względem językowym. Dziękujemy również rodzicom i wszystkim osobom, które zaangażowały się w pomoc w zrobieniu scenografii i umożliwiły szkołom wzięcie udziału w festiwalu.

Każdemu dziecku, które wystąpiło na scenie i dostarczyło widowni niezapomnianych wrażeń, składamy serdecznie gratulacje.



## Zielone przedszkole w Rabce

**MARIA ZIELIŃSKA**

nauczyciel w Przedszkolu Sportowo-Tanecznym Tygrysek

Od 18 do 20 maja najstarsza grupa dzieci z Przedszkola Tygrysek uczestniczyła w trzydniowej wycieczce do Rabki Zdrój. Pod opieką wychowawczyń starszaki mieszkały w Willi „Ela”, znajdującej się w samym centrum Rabki. Podczas takiego pobytu przedszkolaki miały okazję do treningu samodzielności w codziennych sytuacjach.

Podczas trzydniowego pobytu w Rabce dzieci uczestniczyły w wielu ciekawych atrakcjach. W pierwszy dzień zwiedzały ekspozycje

w Muzeum Górali i Zbójników oraz uczestniczyły w warsztatach malowania pamiątek regionalnych. Następnie wraz z paniami zwiedzały tętniącą solankową znajdującą się w parku zdrojowym.

Drugi dzień zielonego przedszkola rozpoczął się od obejrzenia przedstawienia pt. Pinokio w Teatrze Lalek Rabcio. Następnie dzieci odwiedziły pracownię garncarską Adama Kościelniaka. Na miejscu mogły zobaczyć, jak dawniej robiono naczynia z gliny oraz samemu spróbować pracy na kole garncarskim. Po obiedzie i odpoczynku w pokojach wszyscy wybrali się na dłuższy spacer po centrum Rabki. Zobaczyliśmy tam między innymi fontannę ze słoniami, pomnik Świętego

Mikołaja czy pomnik Jana Pawła II. Oczywiście nie zabrakło też czasu na zabawę na miejskim placu zabaw, spacer w tętniącej solankowej oraz odpoczynek w kawiarni i zjedzenie pysznych lodów.

W ostatni dzień pobytu przedszkolaki odwiedziły Muzeum im. Władysława Orkana, uczestniczyły w zajęciach malowania na szkle, a następnie zwiedzały ekspozycje muzealne w zabytkowym kościele. Później spacerując ul. Orkana, każdy zakupił sobie wybraną pamiątkę w regionalnym sklepiku. Po obiedzie i pakowaniu dzieci wraz z paniami wróciły do Niepołomic. Na miejscu czekali rodzice z powitalną niespodzianką. Przedszkolaki były zachwycone wyjazdem.

# VIII Przedszkolny Przegląd Teatralny

**DANUTA BURZA, MONIKA KAPUSTKA**

nauczycielki grupy integracyjnej w Przedszkolu w Zabierzowie Bocheńskim

**Przedszkole Samorządowe z Oddziałami Integracyjnymi z Zabierzowa Bocheńskiego już po raz ósmy zorganizowało Międzyprzedszkolny Przegląd Teatralny Snuj się, snuj bajeczko... 31 maja mieliśmy zaszczyt podziwiać przedszkolnych aktorów, tym razem w świetle reflektorów w Małopolskim Centrum Dźwięku i Słowa.**

Teatr to rodzaj sztuki, który poprzez słowo, ruch, muzykę, elementy plastyczne oddziałuje na widza w sposób szczególny. Jest źródłem wrażeń, przeżyć, kształtuje wyobraźnię, wzbogaca doświadczenia i zasób słownictwa. Dzięki edukacji teatralnej w przedszkolu dziecko ma szansę zaistnieć w roli, jako osoba z ogromnym potencjałem umiejętności interpersonalnych. Podczas swoich prezentacji mali aktorzy uczą się występów publicznych. Zabawa w teatr pozwala przedszkolakom na doświadczenie własnych emocji i empatii, współpracy i współdziałania w zespole.

W tegorocznym przeglądzie zaprezentowało się 85 aktorów z pięciu przedszkoli Gminy Niepołomice.

Występom towarzyszyło jury w składzie: przewodnicząca Daniela Wójcicka-Pienschke – pedagog szkolny; Danuta Toroń – pracownik biblioteki oraz Edyta Grzegorzek – logopeda. Występy

oglądał także dyrektor Wydziału Edukacji – Wiesław Bobowski.

Repertuar był różnorodny, a każde przedstawienie na swój sposób pouczające dla widzów.

Bajkę Dwanaście miesięcy przedstawiła grupa integracyjna z Zabierzowa Bocheńskiego prowadzona przez Danutę Burzę i Monikę Kapustkę. W tej bajce zabawy z kalendarzem prowadzą do niezwykłych wydarzeń. Fiołkowy problem został sprytnie rozwiązany, a miesiące ubrane na pomarańczowo-zielono tańczyły i cuda czyniły na leśnej polanie.

W inscenizacji Bezpieczny Przedszkolak dzieci z Przedszkola Sióstr Augustianek pod przewodnictwem Pauliny Cieślak-Kozery i Anny Szewczyk poruszyły temat bezpieczeństwa dzieci i zasad, które mają je zapewnić m.in.: dzieci nie otwierają drzwi, jeśli są w domu same, na wakacjach, w drodze, na wycieczce i w domu niebezpiecznej przygody nie życzą nikomu. Było dużo śpiewu i tańca, kolorowo i bardzo profesjonalnie.

Natalia Górecka z Przedszkola Samorządowego im. Św. Kingi w Podłężu wraz ze swoimi wspaniałymi aktorami wprowadziła nas w świat bajki Brunona Ferrero W krainie smoka. Czy łatwo jest panować nad swoimi emocjami? Chyba każdy z nas wie, że jest to długa i ciężka praca. Również smok musiał się nauczyć panować nie tylko nad swoimi podwładnymi, ale również nad swoimi pazurami, które słuchać go nie chciały.

Taki to bajkowy, leśny ambaras, gdy na scenie spotka się kilka bajek naraz. Z której bajki, kto był kim na scenie? Odpowiedź zna każdy, kto obejrzał przedstawienie pt: „Ambaras w bajkowym lesie” w wykonaniu grupy aktorskiej z Przedszkola Samorządowego w Woli Batorskiej pod kierunkiem Teresy Kuś. Zachwycały niezwykle dekoracje z żywymi listkami i pewnie grającymi aktorami.

Przedszkole Samorządowe nr 1 w Niepołomicach przedstawiło bajkę pt. Zielony Kapturek. Aktorów przygotowała Anna Paluch. Wszyscy widzowie zostali zachęcani do dbania o ziemię. Eko Kapturek sprawił, że można było uczyć się podczas zabawy.

Na zakończenie Przeglądu Teatralnego głos brała przewodnicząca jury, która wierszem podsumowała występy grup przedszkolnych, zwracając uwagę na wspaniałe stroje, scenografię, grę aktorską oraz właściwy dobór repertuaru.

Organizator przeglądu – Przedszkole z Zabierzowa Bocheńskiego – zapewnił poczęstunek, nagrody, dyplomy, ale przede wszystkim dostarczył wszystkim obecnym dobrej zabawy. Dziękujemy aktorom za wspaniałe występy oraz nauczycielom za piękne stroje, scenografie oraz reżyserię.



## DZIECI DZIECIOM

**BEATA HEICHEL**

dyrektor przedszkola Eko-Park

Z okazji Dnia Dziecka podopieczni przedszkola Eko-Park po raz kolejny wystąpili na scenie Małopolskiego Centrum Dźwięku i Słowa dla swoich kolegów z niepołomickich szkół i przedszkoli.

Gości witały dziewczynki i chłopcy w regionalnych strojach ludowych oraz krakowska scenografia. Dzieci pięknie śpiewały piosenki, a także wykonywały tańce rodem ze stolicy Małopolski. Wielką niespodzianką było pojawienie się na scenie prawdziwego Lajkonika, który hałas przy wtórze piosenki śpiewanej przez małych aktorów oraz gości. Nie mogło także zabraknąć Wawel-

skiego Smoka, w którego postać wspaniale wcielił się Kuba z grupy starszaków. Urokliwy był też krakowiak w wykonaniu najstarszych przedszkolaków. Na koniec przedstawienia wystąpiła profesjonalna para krakowska, prezentując tańce ludowe w tym oczywiście Krakowiaka.

Dyrektor przedszkola kończąc spotkanie, życzyła wszystkim dzieciom wielu takich radosnych i kolorowych dni, jak ten, rozśpiewany i roztańczony oraz zaprosiła na słodki poczęstunek z Eko-Parku.

## PRZEDSZKOLAKI W KUCHNI

**KAROLINA KOŚCIÓŁEK, BEATA WITKOWSKA**

nauczycielki w PS w Podłężu

Ten rok szkolny był niezwykle dla dzieci z grupy Ila Krasnali z Samorządowego Przedszkola im. Św. Kingi w Podłężu. Przedszkolaki co miesiąc wcielały się w najprawdziwszych kucharzy, by poznać tajemnice zdrowej kuchni. A wszystko za sprawą realizowanej w tej grupie innowacji pedagogicznej „Mali kucharze – uczymy się zdrowo i bezpiecznie gotować”. Chcieliśmy, by dzieci poznawały w praktyce zasady i znaczenie zdrowego odżywiania w życiu człowieka, bezpiecznego zachowania w kuchni pod nadzorem dorosłego oraz zasad savoir-vivre'u przy stole.

Dzieci ubrane w fartuszki i czapki kucharskie wraz z wychowawczyniami bardzo chętnie przygotowywały dania np. zupę dyniową, kolorowe kanapki, makaron ze szpinakiem czy sałatkę z kaszą kuskus. Samodzielnie nakrywały do stołu i ze smakiem degustowały przygotowywane potrawy.

Rozwijanie wiedzy oraz uświadamianie dzieciom znaczenia zdrowego odżywiania powinno odbywać się od najmłodszych lat. Mamy nadzieję, że zrealizowane w ramach innowacji zajęcia były dla dzieci nie tylko świetną zabawą, ale też cenną lekcją, która zaowocuje w przyszłości.



# Dobre serduszko mam

JUSTYNA ŻAK

Biblioteka Publiczna w Niepołomicach filia w Podłężu

**Grupa małych czytelników z Samorządowego Przedszkola im. Św. Kingi w Podłężu wzięła udział w cyklu spotkań biblioterapeutycznych w Bibliotece Publicznej w Podłężu. Tym razem były to Biedroneczki, które w dniach 11, 18 i 25 maja uczestniczyły w zajęciach pod hasłem „Dobre serduszko mam”.**



Pierwsze warsztaty zatytułowane „Być dobrym” zostały oparte na tekście Anny Dzięziuk pt. „Bajka o ciepłym i puchatym”. Prowadząca warsztaty Aneta Kurak – pracownik Galerii Książki dla Młodych niepołomickiej biblioteki – zaczęła od rozmowy o dobroci. Co to znaczy „być dobrym”? Jak możemy pokazać, że jesteśmy dobrzy? Dla kogo staramy się być dobrzy? Odpowiedzi na te pytania stały się dla dzieciaków tematem długich wypowiedzi. Następnie po wysłuchaniu bajki przedszkolaki wspólnie analizowały opisane wydarzenia i wyciągały wnioski. Było to bardzo inspirujące i pomogło uczestnikom w trakcie prac plastycznych, których efektem były pięknie pokolorowane serca. Zostały one przyklejone na dużym

arkuszu brystolu i zabrane do przedszkola, żeby w dowolnej chwili, każdy przedszkolak mógł przypomnieć sobie, co to znaczy i dlaczego warto być dobrym.

Kolejne zajęcia oparte zostały na tekście Barbary Jadach pt. „Mali przyjaciele”, a ich tematem było hasło „Uczymy dzieci tolerancji”. Celem spotkania było wytłumaczenie przedszkolakom i pomoc w zrozumieniu pojęcia tolerancja. Wykorzystana bajka, świetnie wprowadziła Biedroneczki w temat i pomogła zorientować się, na czym polega szacunek dla drugiej osoby. Przedszkolaki już wiedzą, że każdy może mieć wspaniałego przyjaciela oraz, że nie można nikogo oceniać po wyglądzie. Wymiernym efektem tych warsztatów były samodzielnie wykonane serduszka z masy solnej, które zostały pomalowane fantastycznymi kolorami. Każdy uczestnik przygotował serce dla swojego przyjaciela.

Ostatnie spotkanie biblioterapeutyczne pod hasłem „Czy jestem prawdomówny” pozwoliło wyjaśnić przedszkolakom, jakie konsekwencje ma kłamstwo i dlaczego zawsze warto mówić prawdę. Opowiadanie Barbary Jadach pt. „Kłamstwo języka” zilustrowało przedszkolakom omawiany problem. Postępowanie tytułowego bohatera pokazało, na czym polega prawdomówność oraz wykazało, że kłamstwo nigdy nikomu nie wychodzi na dobre. Biedroneczki bardzo żywo dyskutowały o przygodach języka i wyciągnęły wnioski. Teraz już z całą pewnością wiedzą, że nie warto kłamać. Dzieci wykonały piękne języki, które będą im przypominać w przedszkolu, dlaczego trzeba być prawdomównym.

Uwieńczeniem wszystkich warsztatów był dyplom dla Biedroneczek i oczywiście podziękowania oraz słowa uznania dla prowadzącej zajęcia Anety Kurak.

## PIKNIK RODZINNY W SŁONECZNEJ KRAINIE

MONIKA MICHALIK

nauczyciel w przedszkolu Słoneczna Kraina w Niepołomicach

Maj i czerwiec w przedszkolach i szkołach zawsze obfitują w uroczystości związane z Dniem Mamy i Taty. Również przedszkolaki ze Słonecznej Krainy w Niepołomicach pamiętały o swoich rodzicach. Tym razem pracownicy przedszkola 12 czerwca zorganizowali dla najmłodszych i ich rodzin Piknik Rodzinny w szalase Landotours. Festyn składał się z trzech części. Najpierw dzieci zaprezentowały kilka piosenek o mamie i tacie oraz układy taneczne, które wytrwale ćwiczyły na zajęciach rytmicznych. Następnie zaproszono wszystkich rodziców do koła, by wspólnie z dziećmi zatańczyli do piosenki Krasnoludek. Druga część Pikniku składała się z zawodów sportowych, podczas których dzieci i rodzice musieli pokonać kilka konkurencji.

Najmłodszy np. toczyli piłkę między pachołkami, w tym czasie ich tatusiowie musieli jak najdłużej podbić piłkę nogą. Mamy zaś chętnie rzucały podkową do celu lub biegały z dziećmi „na trzech nogach” – ich „środkowe” nogi związane były szarfą. Wszystkich zawodników uroczystie obdarowano pamiątkowymi medalami i dyplomami. Na koniec rodziny zaproszono na smażone kiełbaski z ogniska oraz słodkości przygotowane przez rodziców.

Podczas pikniku dorośli mieli również szansę wykupić pracę plastyczną dzieci, a zebraną kwotę przeznaczono na cele charytatywne. Mamy nadzieję, że to niedzielne spotkanie stworzyło okazję do rozmów, integracji oraz możliwości wspólnego spędzania czasu.

## W ŚWIECIE MUZYKI

AGATA MIROCHNA

nauczycielka w PS w Podłężu

W roku szkolnym 2015/2016 w Przedszkolu Samorządowym im. św. Kingi w Podłężu w grupie Żabek realizowana była innowacja pedagogiczna W świecie muzyki. Dzieci poznały twórczość najwybitniejszych kompozytorów muzyki poważnej takich jak: Fryderyk Chopin, Ludwig van Beethoven czy Antonio Vivaldi. Poprzez obcowanie z muzyką klasyczną dzieci miały okazję rozwijać u siebie wrażliwość i wyobraźnię muzyczną. Zajęcia edukacyjne pozwoliły na rozwijanie podstawowych umiejętności muzycznych: poczucia rytmu, słuchu muzycznego, umiejętności gry na instrumentach perkusyjnych. Żabki były na wycieczce w Filharmonii Krakowskiej na koncercie pt. Muzyka i powietrze. Spotkanie w filharmonii przybliżyło dzieciom świat dźwięków oraz zaprezentowało bogate instrumentarium.

Dzięki uczestnictwu w koncercie przedszkolaki miały okazję zwiedzania barwnego świata muzyki i odkrywania jego tajemnic. Dzieci wzięły również udział w koncercie Dziadek do Orzechów w Muzeum Żupnym w Wieliczce oraz zwiedziły Muzeum Fonografii w Niepołomicach. Wysłuchały koncertu muzyki organowej w wykonaniu absolwentów przedszkola. Ponadto miały okazję zapoznać się z kulisami pracy dziennikarza radiowego. Podczas wycieczki do Radia Kraków dzieci odbyły wizytę w newsroomie, studiach nagraniowych, pomieszczeniach reżyserskich oraz studiu koncertowym im. Romany Bobrowskiej. Wiedza zdobyta poprzez udział w innowacji na pewno zostanie w pamięci przedszkolaków na dłużej. Innowacja pedagogiczna została dofinansowana przez burmistrza Niepołomic.

# Jak budowaliśmy ogródek ziołowy w Przedszkolu w Zabierzowie Bocheńskim

JADWIGA PITEK

sklep ZioloWO w Niepołomicach, [www.ziolowo.pl](http://www.ziolowo.pl)

**Planując wykonanie zielnika, w pierwszym kroku określiłam jego pokrój – zdecydowałam się na tzw. spiralę ziołową – rabatę, która stwarza idealne warunki do rozwoju ziół. Ten rodzaj konstrukcji dzięki swojej budowie spełnia różne ich potrzeby temperaturowe, oświetleniowe i glebowe.**

Spirala ziołowa jest elementem ogrodu, za pomocą którego będziemy mogli uprawiać zioła na stosunkowo małej powierzchni. Doskonale sprawdzi się małych ogrodach, gdzie nie dysponujemy dużą powierzchnią do obsadzania.

## Co będzie nam potrzebne?

Do zbudowania spirali ziołowej powinniśmy używać naturalnych surowców. Najlepszymi będą np. stare cegły z rozbiórki lub kamienie. Dodatkowo będziemy potrzebować: tekturę, najlepiej falistą, słomę, żwir, piasek, stare potłuczone doniczki gliniane, ziemię do sadzenia ziół. Możemy wykorzystać zamiast tektury specjalną agrowłókninę, która odetnie chwasty od naszego zielnika.

## Co jest ważne przy budowie spirali?

Miejsce na spiralę powinno znajdować się jak najbliżej naszej kuchni i blisko źródła wody, aby w przyszłości można było bez problemów podlewać rośliny. Ważne, aby świeże zioła były pod ręką i abyśmy nie tracili czasu na dojście do ogródka. Dzięki odpowiedniemu ułożeniu jej względem stron świata możemy uzyskać urozmaicone warunki uprawowe na bardzo małej powierzchni.

Od strony południowej wszystkie partie będą dobrze nasłonecznione, natomiast od północnej będą bardziej zacienione. Cegły lub kamienie spirali nagrzewają się od słońca w ciągu dnia i ogrzewają glebę, oddając ciepło, w ciągu nocy.

## Jak budujemy?

Na wyrównanej powierzchni rozkładamy tekturę, dzięki czemu ograniczymy wzrost chwastów i stworzymy idealne warunki dla dżdżownic i owadówżytniających glebę. Średnica spirali zależy od naszych potrzeb. Może mieć od 1,5 m do nawet 3 m. Przy większych średnicach utrudniony jest jednak dostęp do roślin rosnących na środku, dlatego optymalna średnica to 2 m. Na wytyczonej na ziemi linii stawiamy murek z kamieni lub cegieł albo robimy palisadę z drewna (w zależności od surowca, jakim dysponujemy). Murek w najwyższym, środkowym miejscu powinien mieć wysokość około 80 cm i schodzić płynnie w dół, tak

by na końcu spirali zrównał się z podłożem. Nie trzeba używać do tego zaprawy, wystarczy, jeśli w większe szczeliny wetknijemy słomę.

Wypełniamy konstrukcję, pamiętając o tym, że dolna część musi być dobrze zdrenowana, co uzyskujemy przez usypanie warstwy żwiru, grubego piasku i potłuczonych glinianych doniczek. Następnie przestrzeń w spirali wypełniamy słomą lub innym przepuszczalnym dość ubogim podłożem i dopiero na to dajemy warstwę ziemi, w której sadić będziemy zioła. Konstrukcję spirali wypełniamy ziemią. Na samym dole możemy wykonać małe oczko wodne.

## Co gdzie sadzić?

Na szczycie spirali panują idealne warunki dla rozmarynu, cząbrku, szalwii, tymianku, oregano i lawendy. Zioła te lubią suche i nasłonecznione stanowiska. Niżej, w żyzniejszych częściach spirali, sadzimy bylicę, boże drzewko, estragon, hyzop, melisę, bazylię, kolendrę i majeranek. Jeszcze niżej, w najżyźniejszej i najwilgotniejszej części, umieszczamy miętę, koper, a także część ziół z poprzedniej grupy, tj. hyzop, melisę, kolendrę i majeranek. Od strony północnej lub przy samym oczku możemy posiać pietruszkę i posadzić różne gatunki mięty, szczaw, trybulę ogrodową, lubczyk, czosnek niedźwiedzi, nasturcję czy rukiew wodną. Najlepiej nasłoneczniona będzie część południowa, a najmniej północna. Od nas zależy, w jaki sposób rozmieścimy sadzonki i jakie gatunki dobierzemy. Taki ogródek jest odpowiednio duży, aby pomieścić około 20 rodzajów podstawowych ziół.

## Jak nam poszło?

W kwietniu 2016 roku rozpoczęliśmy budowę przedszkolnego zielnika, który jest częścią Azylu Przyrodniczego w Przedszkolu w Zabierzowie Bocheńskim. Dzięki Danucie Burzy udało się pozyskać cegły, jako najważniejszy element całego planu. Na wcześniej wyłożonej agrowłókninie zaczęliśmy układać cegły w kształcie spirali. Głównym wykonawcą był Sławek – przedszkolak z grupy Krasnoludków, a pomagały mu Danuta Burza i Małgorzata Kosiba. Po ułożeniu konstrukcji wysypywaliśmy do środka piasek i potłuczone doniczki. Następnie włożyliśmy słomę, a na nią ziemię. Oczywiście wysypywanie ziemi zajęło najwięcej czasu. Na samym końcu ułożyliśmy zioła w miejscach dla nich odpowiednich. Tak przygotowany zielnik czekał na dzieci z grupy Krasnoludków, które miały same posadzić sadzonki. Przedszkolaki napisały na tabliczkach nazwy ziół i wbiły w odpowiednie miejsca. Posadzone zostały takie rośliny jak: lawenda, poziomki, szczypiorek, mięta, szalwia, rozmaryn, kolendra, bazylija, oregano, tymianek, majeranek, cząbrak i lubczyk. Teraz czekamy, aż zioła zaczną się rozrastać i zazielenią rabatę.

Więcej zdjęć znajdziecie na stronie: [www.przedzskole-zabierzow.eu](http://www.przedzskole-zabierzow.eu) oraz [www.ziolowo.pl](http://www.ziolowo.pl)







## Sport w Niepołomicach

# Akademia Karate Tradycyjnego Niepołomicze-Kraków

Akademia Karate Tradycyjnego Niepołomicze-Kraków działa prężnie od 20 lat. Zrzesza całe rodziny ćwiczących. Jej członkami są najwyższej klasy zawodnicy, ale i osoby, które ćwiczą tylko rekreacyjnie. Akademia jest najlepszym klubem w Polsce w 2015 roku według rankingu Polskiego Związku Karate Tradycyjnego.



Klub powstał w 1996 roku z inicjatywy Pawła Janusza. Przez wiele lat był zrzeszony w MKS Spartakus Niepołomicze. W 2006 roku karatecy doczekali się własnego budynku, w którym powstała Akademia Karate Tradycyjnego. Uroczyste otwarcie ją prezydent Międzynarodowej Federacji Karate Tradycyjnego – legendarny sensei Hidetaka Nishiyama. W 1996 roku treningi w klubie rozpoczęło 30 osób. Dzisiaj w Akademii i sekcjach satelickich ćwiczy około tysiąca karateków, od przedszkolaków po seniorów.

W Akademii mieszczą się dwie profesjonalne sale treningowe z kompleksowym wyposażeniem. W jednej prowadzone są zajęcia karate, w drugiej fitness i taniec. Akademia Fitness i Tańca oferuje bogaty zestaw zajęć. Obiekt posiada zaplecze socjalno-sanitarne.

W 2009 roku w budynku Akademii powstało Przedszkole Sportowo-Taneczne „Tygrysek”, dzięki czemu klub dba o harmonijny rozwój dzieci od najmłodszych lat.

W 2014 roku Akademia otworzyła kolejne dojo – tym razem w Krakowie. Powstało tam Centralne Dojo Kraków-Plaza.

**Dane kontaktowe:**  
Akademia Karate Tradycyjnego  
Niepołomicze-Kraków  
ul. Grunwaldzka 15d,  
32-005 Niepołomicze  
tel. 501 616 789, 12 34 64 200  
biuro@karate4u.pl  
www.karatedo.krakow.pl,  
www.karate4you.pl  
facebook.com/karate.AKT



W wakacje ruszają prace przy rozbudowie Akademii w Niepołomicach. Powstanie tam m.in. nowy oddział przedszkola.

A już we wrześniu 2016 roku rusza kolejne dojo w Krakowie, tym razem w Tauron Arenie Kraków. Będą się tam mieścić trzy profesjonalne sale treningowe oraz siłownia.







**karate** 4you.pl



Wizytówką klubu są nauczyciele, zawodnicy oraz ćwiczący. Instruktorzy Akademii to nie tylko utytułowani zawodnicy, medaliści mistrzostw Polski, Europy i świata, ale przede wszystkim ludzie, którzy swoją pasją, energią i entuzjazmem zarażają innych.

Zawodnicy AKT od lat należą do najlepszych zawodników w Polsce i na świecie. Każdego roku na zawodach krajowych i międzynarodowych osiągają bardzo dobre wyniki. Wielu spośród nich to aktualni mistrzowie świata. – To nie medale są u nas najważniejsze. Stawiamy na edukację, samodyscyplinę, kształtowanie charakteru i dobrych nawyków u dzieci – przyznaje Paweł Janusz, szef i główny trener w Akademii Karate Tradycyjnego Niepołomice-Kraków.

Klub co roku organizuje letnie i zimowe obozy szkoleniowo-wypoczynkowe, w których bierze udział około pół tysiąca dzieci, młodzieży i dorosłych. Jednym z największych zgrupowań jest Letnia Akademia Karate, organizowana w Niepołomicach od 13 lat. Podczas niespełna tygodniowej imprezy ponad 200 młodych karateków intensywnie ćwiczy, uczestniczy w licznych atrakcjach, zdobywa nowe doświadczenia i – co jest zamysłem obozu – wzmacnia charakter.

Akademia organizuje też turnieje, jej członkowie biorą udział w licznych zgrupowaniach międzynarodowych i seminariach karate oraz w rozmaitych akcjach (pokazy, wspólne wyjazdy, ogniska, pikniki, akcje charytatywne, itd.).

Klub przystępuje do ogólnopolskich projektów współfinansowanych ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki, takich jak: „Rodzina Pro-Active”, który wspiera aktywność całych rodzin, „Mali wspaniali” – adresowany do przedszkolaków, czy „Sportowy Talent” – kierowany do uczniów szkół podstawowych. W ramach tych projektów uczestnicy biorą udział w bezpłatnych zajęciach ogólnorozwojowych, które przeplatają się z zabawami i elementami karate tradycyjnego.

Akademia dba o rozwój swoich wychowanków od najmłodszych lat. W klubie trenują dzieci od 3. roku życia. Uczą się, jak żyć aktywnie i zdrowo, kształtują swój charakter i prawidłową sylwetkę. Systematyczny trening uczy ich pokory i dyscypliny. Dzięki zajęciom karate, dzieci nadpobudliwe uspokajają się, a nieśmiałe nabierają większej pewności siebie. Karate rozwija wszechstronnie i harmonijnie. To rzadkość, takie zalety ma niewiele dyscyplin sportowych. Co ważne, lekarze zalecają karate jako profilaktykę i leczenie wad postawy.

Karate można zacząć ćwiczyć w każdym wieku, niezależnie od siły fizycznej. Systematyczny trening poprawia krążenie i wzmacnia ciało, pomaga utrzymać dobrą formę i lepsze samopoczucie.

Akademia prowadzi treningi dla osób z problemami neurologicznymi (zespół Downa, ADHD), niewidomych, niesłyszących. Dzięki treningom, uczestnicy zyskują większą pewność siebie.



Akademia stale stawia na aktywność i nowe wyzwania. W tym roku nie tylko obchodzi 20-lecie swojej działalności, ale też współorganizuje historyczne wydarzenie – 14-15 października 2016 w Tauron Arenie po raz pierwszy spotkają się najwięksi mistrzowie reprezentujący różne style. W tym samym miejscu i czasie rozegrane zostaną: Mistrzostwa Świata w Karate Tradycyjnym – Orlen Kraków 2016, Mistrzostwa Europy w Karate Fudokan, Turniej Karate Koshiki oraz Puchar Świata Dzieci w Karate Tradycyjnym. Zawody zakończą się meczem pomiędzy finalistami Mistrzostw Świata w Karate Tradycyjnym i Mistrzostw Świata w Karate Fudokan. Wstęp na zawody będzie bezpłatny.

Imprezą towarzyszącą mistrzostwom będzie Naukowa Konferencja Budo w Starej Wsi, nad którą patronat objął Uniwersytet Jagielloński.



# W pogoni za żubrem za nami

**JOANNA MUSIAŁ**  
Referat Promocji i Kultury

**930 osób pobiegło w Nidec VIII biegu w pogoni za żubrem, który przeprowadzono w Niepołomicach 26 czerwca. I choć pogoda nie rozpieszczała – początkowy upał przerodził się w burzę z ogromną ulewą – wszyscy szczęśliwie dotarli na metę.**

Zanim jednak wystartowali biegacze w biegu głównym, w Ogrodach Królowej Bony od-

były się zmagania najmłodszych. Maluchy biegły na dystansie 100 m, niektóre na tyle małe, że towarzyszyli im rodzice. Każde dziecko miało swój numer startowy i medal, który czekał na mecie. Ci nieco starsi biegli ulicami Zamkową i Parkową. Tu rywalizacja odbyła się na trzech dystansach – 300, 600 i 900 metrów. Wszystkim grupom podczas zawodów towarzyszył Ilya Markov, który dodatkowo nagradzał zwycięzców na podium.

W samo południe przy Zamku Królewskim w Niepołomicach, gdzie usytuowane były start i meta biegu, zgromadziło się niemal tysiąc biegaczy. Wystartowali w dużym upale, jednak po kilku minutach pogoda diametralnie się zmieniła. Burza z piorunami, silny wiatr z ulewnym deszczem, nie ułatwiały pokonywania kolejnych kilometrów. Zwłaszcza w Puszczy

Niepołomickiej, przez którą wiodła większość trasy. Część biegaczy zgodnie stwierdziła po zawodach, że w takich warunkach jeszcze nie biegała.

Mimo niezbyt sprzyjającej aury, bieg wszyscy ukończyli. Najszybszy był zawodnik z Ostrowa Wielkopolskiego, startujący na dystansie 8 km – pojawił się na mecie po 28 minutach. W biegu na 15 km najlepszy okazał się mieszkaniec Klementowic. Jego czas to 52 minuty. Zwycięzcą wśród mieszkańców Gminy Niepołomicze został – w biegu na 8 km – Dariusz Kułynycz z czasem 30 minut, a w biegu na 15 km Cezary Czapczyński z czasem 1 godzina 2 minuty.

Wrażen i sportowych emocji z pewnością nie brakowało. Kolejny bieg za rok, już dziś serdecznie na niego zapraszamy!



Fot. Overlia Studio

## Krakowskie Spotkania Biegowe

**ANDRZEJ SZCZEPOCKI**  
Niepołomicze Biegają

Od 13 do 15 maja odbyły się Krakowskie Spotkania Biegowe.

**W piątek** w wyjątkowo trudnych warunkach odbył się Bieg Nocny na 10 km. Rozpoczął się, a wraz z nim intensywna ulewa, która towarzyszyła biegającym aż do samej mety. Dla organizatorów na pewno to było duże wyzwanie, a biegacze przyzwyczajeni są do różnych warunków na trasie. Jak widać po wynikach, bieg po w nocnej ulewie nie przeszkodził w uzyskaniu dobrych rezultatów:

- Jerzy Senderek – z wynikiem 53:47 – życiówka
- Anna Oleksiak – kończąca zawody w czasie 58:18
- Mirosława Motyl – przebiegła metę z czasem 59:29 – życiówka
- Tomasz Rozlachowski – z wyjątkowym wynikiem 1:02:03

**W sobotę** odbył się MiniMaraton RMF na dystansie 4,2 km, w którym startowali nasi reprezentanci, a także Maraton na Rolkach, w nim tradycyjnie nasze barwy reprezentował Piotr Piątoń.

**W niedzielę** odbył się najważniejszy bieg Krakowskich Spotkań Biegowych – czyli Cracovia Maraton – największa impreza biegowa w Małopolsce.

Dla wielu biegaczy z Niepołomicze Biegają była to wyjątkowa impreza – maraton debiutów. Wśród 15 startujących aż 8 biegło ten dystans na zawodach po raz pierwszy. I wszyscy spisali się znakomicie!

Tym razem zabrakło nowych życiówek, ale należy podkreślić dwa wyniki: Marcinowi Sienczyło zabrakło tylko 24 sekund do życiówki z maratonu w Koszycach, a Michał Satała po raz drugi, i to w ciągu dwóch miesięcy uzyskał wynik poniżej 4 godzin.

A sam maraton?

Pogoda – wręcz idealna.

Trasa – zdecydowanie lepsza niż rok temu.

Ogólna atmosfera – bardzo dobra.

Na trasie – bufety dobrze obsługiwane, z naprawdę wyjątkowo dobrymi kubkami (wiem, że to drobiazg, ale jeszcze nigdy nie miałem okazji pić z tak wygodnych kubków).

A na mecie ładne medale.

A oto wyniki biegaczy z Niepołomicze Biegają

uzyskane na 15 Cracovia Maraton:

1. Marcin Sienczyło – 3:16:58
2. Łukasz Niepsuj – 3:45:12 – debiut!
3. Tomasz Kaczmarek – 3:53:04 – debiut!
4. Michał Satała – 3:57:51
5. Paweł Żak – 4:05:13
6. Dominika Guzikowska – 4:12:59 – debiut!
7. Ryszard Pręcikowski – 4:13:02
8. Marek Burda – 4:13:56
9. Katarzyna Sowa-Lewandowska – 4:18:06 – debiut!
10. Andrzej Szczepocki – 4:22:23
11. Monika Czyżewicz – 4:35:43 – debiut!
12. Paweł Polowianuk – 4:41:00 – debiut!
13. Grzegorz Dziadon – 4:42:51 – debiut!
14. Sławomir Telec – 4:56:47 – debiut!
15. Magdalena Korzeniowska-Dębowska – 5:35:36

Wszyscy, którzy startowali, zasługują na słowa pochwały, ale szczególne gratulacje kierujemy do debiutantów na dystansie maratonu oraz tym, co uzyskali życiowe rezultaty w Nocnym Biegu na 10 km.

To był wyjątkowy weekend, bardzo rozbiegany i pełen fantastycznych przeżyć. Będziemy go miło wspominać.

# Leśne porządki z Niepołomice Biegają

PAWEŁ MAŁEK  
Niepołomice Biegają

**Nadszedł moment, kiedy my, biegacze, z potrzeby serca chcieliśmy dać coś od siebie. Postanowiliśmy odwdziżyć się leśnej przyrodzie za uroki, którymi nas obdarza w czasie treningów, a Nadleśnictwu Niepołomice za udaną współpracę przy organizacji wielu wydarzeń biegowych na terenie Puszczy Niepołomickiej. 11 czerwca urządziliśmy sprzątanie lasu.**

Odpowiednio ubrani, z rękawicami ochronnymi i dużymi workami na śmieci, stawiliśmy się w sobotnie przedpołudnie liczną gromadą na naszej leśnej polanie – w miejscu niedzielnych treningów. Do pomocy w skoordynowaniu całej akcji ze strony nadleśnictwa został oddelegowany strażnik leśny Czesław Szczyligar, dzięki któremu sprzątanie przebiegło sprawnie, a my

uniknęliśmy zbędnego chaosu. Co więcej, okazał się źródłem wielu ciekawych informacji na temat puszczy, w tym także tych historycznych. Na przykład, niewiele osób wie, że niezliczone zagłębienia i doły na terenie puszczy to pozostałości po okopach i lejach bombowych z czasów drugiej wojny światowej.

Pogoda dopisała wyśmienicie – było sucho, ciepło, ale nie upalnie. Znaleźliśmy stopy pustych flaszek (w większości po wysokoprocentowych trunkach), opakowania po słodyczach i słonych przekąskach, plastikowe butelki i siatki jednorazówki. Były też różne dziwne, zagadkowe przedmioty, których przeznaczenia mogliśmy się tylko domyślać. Na szczęście nie natknęliśmy się na żadne odpady wielkogabarytowe. Po akcji worki zostały zapakowane i wywiezione przez strażnika służby leśnej.

Jakie wnioski wyciągnęliśmy z leśnych porządków? Trzeba przyznać, że sam las nie jest zaśmiecony w stopniu zatrważającym. Najwięcej odpadów można znaleźć przy drodze i ścieżkach, po których porusza się najwięcej osób. Im dalej od ruchliwych tras, tym śmieci jest mniej. Pamiętajmy zatem, aby korzystając z terenów rekreacyjnych, wszystkie niepotrzebne opakowania i odpadki zabierać ze sobą. Jeśli nie jest to możliwe, poszukajmy najbliższego kosza na śmieci. Na

terenie naszej puszczy w każdym miejscu przystosowanym do odpoczynku (drewniane stoły z ławami do siedzenia) znajdują się odpowiednio oznakowane kosze na odpadki zabezpieczone przed dostępem zwierząt. Wszyscy zadbajmy o to, aby zarówno las, jak i otoczenie, w którym często przebywamy, były czyste.

Co jeszcze wynieśliśmy z tak prozaicznej czynności, jaką wydawałoby się, jest zwykłe zbieranie śmieci? Dowiedzieliśmy się też, co nieco o sobie: o naszym stosunku do otaczającego świata (w szczególności do przyrody), o motywach kierujących naszym zachowaniem w życiu, o szacunku do innych ludzi – krótko mówiąc, dzięki takim akcjom poznajemy się lepiej, lepiej się ze sobą zgrywamy, dogadujemy, wymieniamy się światopoglądami. Rzadko jest to możliwe podczas treningu, gdy gnamy przez las na granicy wydolności oddechowej.

Na koniec chcemy serdecznie podziękować wszystkim, którzy aktywnie włączyli się w to leśne sprzątanie: Nadleśnictwu Niepołomice – za pomoc w zorganizowaniu tego przedsięwzięcia, rodzinom z dziećmi – za wkład w odpowiedzialne wychowanie swoich pociech, członkom klubu biegowego Dystans z Krakowa – za obecność i wesołe uczestnictwo w porządkach, członkom stowarzyszenia Niepołomice Biegają – za pomysł i realizację!

## II Strażacki Bieg

TOMASZ TOMALA  
prezes OSP Wola Batorska

**W niedzielę 6 lipca przy remizie OSP Wola Batorska miał miejsce II Strażacki Bieg o Puchar Burmistrza Miasta i Gminy Niepołomice.**

Pogoda tego dnia nie była najlepsza, deszcz jednak nie przeszkodził biegaczom, którzy punktualnie po godzinie 8.30 zaczęli się zjawiać w biurze zawodów. W biegu wzięło udział 49 zawodników, którzy startowali w kategorii OPEN. Trasa wynosiła 10 km i była wytyczona po północnej części Woli Batorskiej. Nad bezpieczeń-

stwem uczestników czuwało 25 strażaków z naszej jednostki oraz z OSP Wola Zabierzowska, Podłęże, Staniątki i Zagórze.

Każdy zawodnik otrzymał pakiet startowy z drobnymi upominkami. Pomimo śliskiego asfaltu obyło się bez kontuzji. Na mecie, na każdego czekał medal pamiątkowy. Po zakończonym biegu zaprosiliśmy biegaczy na ciepły poczęstunek. Najlepsze wyniki osiągnęli:

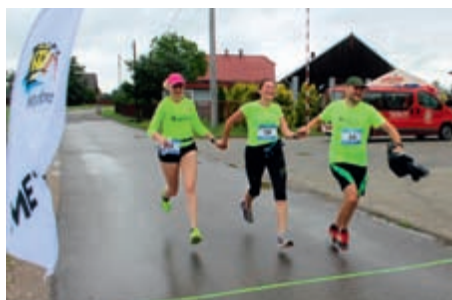
1. Grzegorz Czyż z wynikiem 35 min 09 sek.
2. Dariusz Kułynycz z wynikiem 35 min 44 sek.
3. Mirosław Sroka z wynikiem 36 min 34 sek.

Został przyznany również dodatkowy puchar dla najszybszego strażaka, który ufundował radny Sejmiku Województwa Małopolskiego dh Łukasz Smółka. Otrzymał go druh Łukasz Giemza

z OSP Tuchów (woj. Małopolskie, pow. Tarnowski), który ukończył bieg z czasem 43 min 37 sek.

Serdecznie dziękuję burmistrzowi Romanowi Ptakowi za kolejne już wsparcie organizacji biegu. Podziękowania kieruję do druhen i druhów z OSP Wola Batorska za organizację i sprawne przeprowadzenie imprezy oraz jednostkom z Woli Zabierzowskiej, Podłęża, Staniątek i Zagórze za pomoc w zabezpieczeniu biegu.

To kolejne przedsięwzięcie realizowane przez naszą jednostkę, które na stałe wpisało się w kalendarz wydarzeń Woli Batorskiej. Zadowolony i gratulacje od uczestników to dla nas kolejny impuls do działania, kolejne wydarzenie w sierpniu to Regionalny Festyn Strażacki (13-14 sierpnia), na który już teraz serdecznie zapraszam.





## TURNIEJ PIŁKARSKI

**PRZEMYSŁAW KOCUR**  
Referat Promocji i Kultury

W sobotę 25 czerwca w Podłężu i Niepołomicach rozegrano międzynarodowy towarzyski turniej piłkarski zawodników do lat 17. Wzięły w nim udział cztery drużyny:

- Puszcza Niepołomice,
- Dalin Myślenice,
- FC Kuřim,
- Szécsény Városi Sport Egyesület

Mecze półfinałowe rozegrano w Podłężu. Los sprawił, że niepołomiczanie mierzyli się z zawodnikami z Węgier, a w drugim meczu piłkarze z Myślenic rywalizowali z Czechami. Mecze zakończyły się zwycięstwami zawodników z Niepołomic oraz Kuřimia.

Po rozegraniu spotkań półfinałowych zawodnicy przejechali do Niepołomic na Stadion Miejski, by rozegrać mecze o trzecie i pierwsze miejsce w turnieju. W tzw. małym finale znakomicie zaprezentowali się piłkarze, trenujący na co dzień w Dalinie Myślenice, którzy wysoko pokonali reprezentantów Szécseny. W meczu finałowym aż tak jedno-

stronnego widowiska nie było, ale gospodarze zawodów, juniorzy młodsi Puszczy Niepołomice pokonali swoich rówieśników z Kuřimia. Na zakończenie zawodów pamiątkowe puchary wręczył zawodnikom burmistrz Roman Ptak oraz prezes Piłkarza Podłęże Wit Ślusarczyk. Po turnieju część zawodników wspólnie obejrzała mecz Polska-Szwajcaria w ramach Euro 2016. Również i tutaj, jak wiadomo, emocji nie brakowało.

Aby odetchnąć po sportowych zmaganiach, drużyny węgierska i czeska skorzystały z wejścia na krytą pływalnię.



## NAJLEPSI W TURNIEJU MIAST

**KRZYSZTOF TURECKI**  
Szkoła Futbolu Staniątki

Szkoła Futbolu Staniątki została wybrana do reprezentowania gminy Niepołomice w Międzynarodowym Turnieju Miast Partnerskich – Kurim 2016. W zmaganiach wzięły udział drużyny z miast: Kurim, Bityska i Kninice z Czech, Stupava ze Słowacji oraz Szkoła Futbolu Staniątki z Polski.

Turniej był rozgrywany w dwóch kategoriach wiekowych. W roczniku 2007 i młodsi oraz 2005 i młodsi. Szkoła Futbolu Staniątki w obydwu kategoriach wiekowych nie przegrała żadnego meczu i tylko dwa zremisowała. Dzięki tak dobremu wynikowi zajęła pewnie najwyższe miejsca w obu kategoriach wiekowych, a dodatkowo druga drużyna w roczniku 2005 wywalczyła II miejsce.

Oprócz nagród zespołowych zostały docenione umiejętności indywidualne naszych wychowanków. W roczniku 2005 najlepszym bramkarzem turnieju został wybrany Mateusz Gałęzewski, tytuł najlepszego

zawodnika przypadł Mikołajowi Solarzowi, a królami strzelców z dorobkiem 4 bramek zostali Hubert Gawlik i Mikołaj Szpinda. W roczniku 2007 najlepszym bramkarzem wybrano Nataniela Korpała, najlepszym zawodnikiem drużyny został Sebastian Buczek, a najlepszym zawodnikiem turnieju został wybrany Kamil Jakóbczyk. Gratulujemy!

Po ceremonii wręczenia nagród i zakończenia turnieju cała drużyna została zaproszona do aquaparku, gdzie młodzi zawodnicy regenerowali siły w saunie, na zjeździe i w różnych basenach.

W niedzielę udaliśmy się do Morawskiego Kresu, żeby zwiedzić największą jaskinię w Czechach – Punkveni oraz najwyższą przepaść o nazwie Macocha. Na zakończenie trzydniowego pobytu w Czechach zwiedziliśmy Brno.

Po przyjeździe do Polski rodzice zawodników zarówno w Niepołomicach, jak i w Wieliczce, przygotowali ciepłe przywitania. Dziękujemy!

## 6 MEDALI W LEŻAJSKU

**JUSTYNA KROSTA**  
Niepołomicki Klub Karate Kyokushin

21 maja odbył się turniej Leżajski Open Karate Cup organizowany przez Centrum Sztuk Walki i Sportu w Leżajsku. Startowało w nim 207 zawodników z 21 klubów z miejscowości.

Zawodnicy przyjechali z: Kolbuszowej, Mielca, Rzeszowa, Nowej Dęby, Dąbrowy Tarnowskiej, Tarnowa, Końskich, Przemysła, Krosna, Tarnobrzega, Łosic, Sandomierza, Skarżyska-Kamiennej, Buska-Zdroju, Chełma, Morawicy, Starachowic, Dębicy, Leżajska i oczywiście z Niepołomic. Zawody odbywały się na zasadach semi-contact. Sędzią głównym był Shihan Wiesław Gwizd z Tarnowa. Nasz klub reprezentowało 7 zawodników i zawodniczek: Justyna Krosta, Weronika Kurzeja, Karol Basak, Martyna Kubik, Mateusz Cenda, Bartłomiej Gładysz i Łukasz Fryca. Aż sześciu z nich stanęło na podium.

Pierwsze miejsce zajęli: Justyna Krosta w kategorii kumite 2002-2001 – 45 kg, Łukasz Fryca w kategorii kumite 2003-2004 – 45 kg (stoczył w ładnym stylu swoje wszystkie walki, wygrywając przez wazz-ari (pół punktu) oraz ippon

(cały punkt)) oraz Weronika Kurzeja w kategorii kumite 2005-2006 – 50 kg. Dla Weroniki było to pierwsze zwycięstwo, ale jakże efektowne – wszystkie walki wygrała przed czasem przez ippon (cały punkt). Drugie miejsce zdobył Karol Basak w kategorii kumite 2002-2001 – 45 kg oraz Martyna Kubik w kategorii kumite 2002-2001 – 45 kg. Trzecie miejsce wywalczył Bartłomiej Gładysz w kategorii kumite 2003-2004 – 50 kg.

Dobrze spisał się też Mateusz Cenda w kategorii 2007-2008 – 30 kg, który tym razem nic nie zdobył, ale wystarczyłaby jeszcze jedna zwycięska walka do przysłowiowego „pułda”. Pierwszą walkę wygrał przez wazz-ari (pół punktu). NKKK uplasował się na 5. miejscu drużynowo. Podziękowania dla senseia Wiesława Krosty, który przygotowywał zawodników do turnieju.

Turniej odbył się pod patronatem Starosty Leżajskiego.

Więcej informacji: [www.kyokushin-niepolomice.pl](http://www.kyokushin-niepolomice.pl)  
Facebook: Niepołomice Klub Karate Kyokushin

## 13 MEDALI W WIELICZCE

**WERONIKA POLAK**  
Niepołomicki Klub Karate Kyokushin

4 czerwca w hali sportowej Solne Miasto w Wieliczce odbył się VI Międzynarodowy Turniej o Puchar Solny Młodzików, Kadetów i Dzieci w Karate Kyokushin. W zawodach wzięło udział około 320 zawodników i zawodniczek z 28 klubów. Nasz Klub wystawił dwudziestoosobową ekipę.

Pierwsze miejsce zdobyli: Justyna Krosta 2 razy: w kategorii kata rocznik 2002-2001 oraz w kumite w kategorii 2002-2001 -50 kg; Łukasz Fryca w kategorii kumite 45 kg rocznik 2003-2004; Krzysztof Gajoch w kategorii 10.1-10.2-10.3/ 5 ulubionych technik; Stanecka Julia w kategorii 10.1-10.2-10.3 / 5 ulubionych technik, która pokazała znakomitą technikę i uzyskała wysokie noty oraz Agnieszka Trela w kategorii kumite 40 kg rocznik 2006-2005.

Na drugim miejscu uplasowała się trójka niepołomiczan: Oliwia Dobrzeńcka w kategorii 10.1-10.2-10.3/ 5 ulubionych technik, Sandra Mańnica w kategorii kata 2002-2001 oraz Mateusz Cenda w kategorii 10.1-10.2-10.3/ 5 ulu-

bionych technik.

Na trzecim miejscu podium stanęła jedna z najmłodszych zawodniczek - Malwina Gajoszek w kategorii 10.1-10.2-10.3, gdzie wykonywała 5 ulubionych technik. Warto wspomnieć, iż zawodniczce zabrakło tylko kilku punktów do drugiego miejsca. Po za nią, III miejsce zdobyło jeszcze 3 reprezentantów Niepołomic: Kacper Krawczyk w kategorii 2005-2006 – 45 kg, który wygrał dwie walki, Oliwia Szewczyk w kategorii kumite – 60 kg 2002-2001 oraz Agnieszka Trela w kategorii Kata 2006-2005.

Podsumowując, po raz już szósty na tych zawodach zdobyliśmy I miejsce drużynowo. Zawodników do zawodów przygotowywał jak zwykle sensei Wiesław Krosta oraz Justyna Krosta, która mimo niespełna 14 lat debiutowała w roli trenera i to w dobrym stylu, ponieważ do zawodów przygotowywała 8 zawodników i zawodniczek w konkurencji 5 ulubionych technik, z czego aż 4 zajęło miejsca na podium. Podziękowania dla Macieja Krawczyka, który tradycyjnie na zawodach pełnił rolę fotografa.

# Puchar Polski dla AKT

**JOANNA MUSIAŁ**  
AKT Niepołomice-Kraków

## 36 medali dla AKT Niepołomice-Kraków podczas Pucharu Polski Dzieci. Akademia zdecydowanie najlepszym klubem wśród 1000 uczestników z 54 klubów w Polsce. Zawody rozegrano 4-5 czerwca w Lublinie.

To był bardzo udany weekend dla naszej Akademii. Karatecy AKT stanęli na podium 36 razy. Zdobyli 11 złotych, 13 srebrnych i 12 brązowych medali. Oprócz miejsc medalowych mamy na koncie 8 czwartych miejsc i sporo ćwierćfinałów.

Rekordzistą był Jan Pękala, który wystartował w czterech konkurencjach i we wszystkich zdobył złoty medal.

Poziom zawodów był bardzo wysoki. Jednak to nie talent decydował o wygranej, a ciężka praca. Medale nie są u nas najważniejsze. Nie wymagamy od dzieci, żeby wygrywały. Chcemy, żeby dawały z siebie wszystko. Pokazujemy im, że treningiem i ciężką pracą można osiągnąć cel – przyznał Paweł Janusz, szef i główny trener w Akademii Karate Tradycyjnego Niepołomice-Kraków.

Przygotowania rozpoczęły się na kilka miesięcy przed zawodami, a ostatnie tygodnie to była już

naprawdę ciężka praca dla młodych zawodników. Dzieci trenowały od poniedziałku do niedzieli, po kilka godzin dziennie. Szlifowały formę również w długie weekendy, kiedy inni odpoczywali. Były takie soboty i niedziele, kiedy przyjeżdżały na trening nawet dwa razy dziennie.

*Nasi zawodnicy byli mocno skupieni i pokazali prawdziwego ducha walki w Lublinie. Gratuluję wszystkim startującym, także tym, którym nie udało się stanąć na podium – zaznaczył Michał Janusz, który przygotowywał dzieci do Pucharu Polski. Na dużą pochwałę zasługują maluchy, które wystąpiły w tak dużych zawodach po raz pierwszy – dodaje. A takich było sporo. Część startowała już w klubowych lub regionalnych turniejach, a teraz zadebiutowała w najwyższych rangach zawodach krajowych.*

Wyniki z Lublina to dobry prognostyk przed Pucharem Świata Dzieci, który odbędzie się w Tauron Arenie Kraków 14-15 października 2016 roku. AKT Niepołomice-Kraków jest współorganizatorem tego wydarzenia.

Warto zaznaczyć, że Małopolska od wielu lat wiezie prym w Polsce. Drugim najlepszym klubem na zawodach był Krakowski Klub Karate Tradycyjnego, który przywiózł 30 medali. Kolejne kluby zdobywały najwyżej do 10 medali.

Sukces podczas Pucharu Polski Dzieci to nie tylko wynik ciężkiej pracy zawodników, ale również zasługa trenerów. Do zawodów przygotowywali ich sensei Paweł Janusz, Michał Janusz i Bogusław Nowak. Pomagali im w tym młodzi zawodnicy, przygotowujący się do pracy instruktora, m.in.

Gabriela Nowak, Wiktor Staszak i Konrad Irzyk.

Nasi młodzi instruktorzy jeszcze niedawno sami startowali w Pucharze Polski Dzieci. Cieszy więc fakt, że z roku na rok przybywa nam nie tylko samych ćwiczących, ale stale poszerza się też kadra instruktorska.

Duże podziękowania należą się również rodzicom. Wykazali wiele cierpliwości i poświęcili mnóstwo czasu, dowożąc dzieci na treningi.

Nasi zawodnicy świetnie się prezentowali nie tylko na macie, ale i poza nią. Tuż przed zawodami otrzymali pakiety zawodnicze, które zawierały nowe dresy i koszulki klubowe.

Wyjazd na Puchar Polski Dzieci tak liczną ekipą nie byłby możliwy bez wsparcia Gminy Niepołomice. Dziękujemy w imieniu zawodników i rodziców za dofinansowanie zawodów.



## Ogólnopolski Puchar Dzieci w Karate Tradycyjnym Lublin 2016 Szczegółowe wyniki:

### ZŁOTO:

Kata indywidualne  
Jan Pękala  
Hanna Janusz  
Bartłomiej Kochan  
Kinga Jaworek  
Patrik Kosek  
Julia Pogorzelska

Kata drużynowe  
Jan Pękala, Kuba Azierski, Kacper Raniszewski  
Kinga Jaworek, Aleksandra Nalepa, Maria Paluch

Enbu chł./chł.  
Jan Pękala, Kacper Raniszewski  
Jan Janusz, Hubert Mazur

Enbu dz./chł.  
Maria Paluch, Jan Pękala

### SREBRO:

kata indywidualne  
Bartosz Datka  
Jan Janusz  
Aleksandra Nalepa  
Mieszko Luberda  
Wiktor Janusz

Izabela Datka

Kata drużynowe  
Bartłomiej Kochan, Jan Janusz, Hubert Mazur  
Patrik Kosek, Piotr Joniec, Jakub Ślusarczyk  
Julia Pogorzelska, Barbara Morajda, Natalia Kachel

Enbu chł./chł.  
Mikołaj Fiertak, Mieszko Luberda  
Hubert Irzyk, Mateusz Piega

Enbu dz./chł.  
Kinga Jaworek, Bartłomiej Kochan  
Julia Pogorzelska, Wiktor Janusz

### BRĄZ:

kata indywidualne  
Karolina Kosek  
Zofia Rodak  
Hubert Mazur  
Hubert Irzyk  
Jakub Ślusarczyk  
Łucja Niziołek  
Barbara Morajda

Kata drużynowe

Izabela Datka, Łucja Niziołek, Aleksandra Osuch

Enbu chł./chł.  
Wojciech Kochan, Kuba Azierski  
Wiktor Janusz, Norbert Libiszewski

Enbu dz./chł.  
Aleksandra Nalepa, Hubert Mazur  
Oliwia Pękala, Patrik Kosek

### IV MIEJSCA:

kata indywidualne  
Wojciech Kochan  
Kuba Azierski  
Zuzanna Trzeciak  
Karolina Bachowicz  
Natalia Kachel

Kata drużynowe  
Oliwia Pękala, Anastasija Avramenko, Karolina Bachowicz

Enbu chł./chł.  
Jakub Ślusarczyk, Patrik Kosek

Enbu dz./chł.  
Zofia Rodak, Kacper Raniszewski



# Obroniли tytuły mistrzów Polski

JOANNA MUSIAŁ  
AKT Niepołomice-Kraków

**17 medali (8 złotych, 3 srebrne i 6 brązowych) dla Akademii Karate Tradycyjnego Niepołomice-Kraków podczas XXVII Mistrzostw Polski Seniorów, Młodzieżowców, Juniorów i Juniorów Młodszych w Karate Tradycyjnym ORLEN 2016. Zawody rozegrano 18 i 19 czerwca w Sopocie.**

Pierwszego dnia startowali seniorzy i młodzieżowcy, drugiego juniorzy i juniorzy młodszy.

Nasi karatecy w konkurencjach indywidualnych wywalczyli 8 medali, w drużynowych 9. Po złoty medal sięgnęli 8 razy.

Mistrzem Polski w kata indywidualnym został Paweł Janusz. To już 10. złoto w jego karierze w tej konkurencji.

Wiktor Staszak mistrzostwo Polski wywalczył w kogo kumite. Po drodze stoczył wiele pojedynków, musiał więc wykazać się nie tylko techniką, ale i kondycją. Niejednokrotnie tuż po zakończeniu jednej konkurencji, biegł na kolejną matę, żeby wystartować w następnym starciu.

Karatecy AKT bardzo dobrze wypadli też w konkurencjach drużynowych. Mistrzami Polski w kata zostali Paweł Janusz, Wiktor Staszak i Konrad Irzyk. W tym składzie startowali po raz pierwszy. Tuż przed zawodami kontuzji doznał Michał Janusz, dla którego od wielu lat była to czołowa konkurencja. Zastąpił go Konrad Irzyk.

Nasze seniorki Katrin Kargbo, Anna Mleko i Joanna Musiał również wywalczyły w kata drużynowym złoty medal. Startują razem nieprzerwanie od 9 lat. Mistrzyniami Polski były 7 razy, dwa razy zdobyły srebrny medal.

Trzecie złoto w tej konkurencji wywalczyli juniorzy: Dawid Wnęk, Kacper Dumieński i Jan Bednarz.

Ładnie zaprezentowała się też drużyna junierek w kata: Iga Dumieńska, Natalia Janusz i Katarzyna Żuchowska. Wywalczyły brązowy medal.

Dziewczyny dopiero zaczynają wspólne starty i z każdymi zawodami idzie im coraz lepiej.

W konkurencji enbu nasi karatecy zostali mistrzami Polski trzy razy. Złoto wywalczyła drużyna młodzieżowców: Wiktor Staszak i Paweł Tomasik oraz dwie ekipy juniorów: Natalia Janusz i Kacper Dumieński oraz Dawid Wnęk i Kacper Dumieński. Po brąz w tej konkurencji sięgnęli Gabriela Nowak i Konrad Irzyk.

Ponadto wicemistrzami Polski indywidualnie zostali: Dawid Wnęk w kata i fuku-go oraz Iga Dumieńska w kata. Z kolei brąz powędrował do Kacpra Dumieńskiego w kata i fuku-go, do Wiktora Staszaka w kumite oraz Pawła Tomasika, Konrada Irzyka, Wiktora Staszaka i Filipa Dębowskiego w kumite drużynowym.

Nasi karatecy wielokrotnie plasowali się tuż za podium, mamy sporo 4. miejsc.

Szczegółowe wyniki na [www.karate4you.pl](http://www.karate4you.pl).

Wydarzenie było współfinansowane ze środków Gminy Niepołomice.

Foto. Archiwum AKT Niepołomice-Kraków



## Przygoda, trening, zabawa

JOANNA MUSIAŁ  
AKT Niepołomice-Kraków

**13.** Letnia Akademia Karate Tradycyjnego przeszła do historii. W kilkudniowej przygodzie uczestniczyło blisko 200 karateków. Obóz jak co roku odbywał się w niepołomickiej podstawówce.

Organizatorem wydarzenia była Akademia Karate Tradycyjnego Niepołomice. Przez niespełna tydzień (28 czerwca – 3 lipca) dzieci nie tylko trenowały karate, ale uczestniczyły też w rozmaitych atrakcjach: kino, basen, wycieczki, walki rycerskie, przeciąganie liny, grill, dyskoteki, mecze piłki nożnej.

Letnia Akademia to przede wszystkim próba charakteru dla najmłodszych. Mieliśmy na obozie nawet 5-letnie dzieci, niektóre po raz pierwszy z dala od rodziców na tak długo. Maluchy przez te kilka

*dni uczą się samodzielności, są bardziej zaradne. W tym roku dużo mówiliśmy im o wyznaczaniu i wytrwałości w dążeniu do celów - zaznaczył Paweł Janusz, szef niepołomickiej Akademii Karate Tradycyjnego.*

Obozowicze byli podzieleni na kilkanaście grup. Nad każdą czuwał opiekun i jego pomocnicy.

Dzień rozpoczynał się porannym rozruchem. Codziennie można było zobaczyć niemal 200 karateków w białych kimonach ćwiczących w różnych częściach miasta. Program obozu wypełniły też inne atrakcje: wizyta rycerzy z Niepołomickiego Bractwa Rycerskiego, którzy podzielili się wieloma ciekawostkami i zaprezentowali walki w zbrojach, odwiedziny strażaków z OSP Niepołomice, którzy zapewnili świetną zabawę przy polewaniu karateków wodą, w jeden z upalnych dni. Bardzo emocjonujące były pojedynki w przeciąganiu liny i mecze piłki nożnej na orliku. A podczas pobytów na basenie szaleń-

stwom w wodzie nie było końca. Nie zabrakło też tradycyjnego wyjścia do kina w Małopolskim Centrum Dźwięku i Słowa oraz grilla w Osadzie Podegrodzie i śpiewów przy gitarze.

Wiele emocji dostarczyło wspólne oglądanie meczu Polska-Portugalia. Karatecy mocno kibicowali naszej drużynie.

Pod koniec obozu część osób przystąpiła do egzaminów na kolejne stopnie uczniowskie. Wszyscy przeszli je pomyślnie.

Zakończeniem Letniej Akademii były niedzielne pokazy w parku miejskim. Mimo niezbyt sprzyjającej pogody, rodzice tłumnie zgromadzili się wokół sceny. Karatecy przygotowywali się do pokazu przez cały obóz. Można było zobaczyć ładne, ciekawe prezentacje, nie tylko technik karate, ale i akrobatyki, a nawet śpiewu.

Jak to zwykle bywa, wszystko co dobre, szybko się kończy. Sensei Paweł podziękował wszystkim za współpracę i udany obóz. Każdy karateka otrzymał złoty medal oraz dyplom za odwagę i wytrwałość w dążeniu do celu.

Wydarzenie było dofinansowane ze środków Gminy Niepołomice.

## RAJD ROWEROWY NOWY TARG 2016

ALBERT SZKUTNIK  
Ognisko TKKF Wiarus

**P**romując aktywny wypoczynek oraz spędzanie czasu wolnego na jednośladach, nasza reprezentacja z ogniska TKKF Wiarus Niepołomice 19 czerwca wzięła udział w kolejnej imprezie organizowanej przez Małopolski Związek Kolarski w Nowym Targu. W tutejszym parku miejskim odbył się rajd rowerowy w ramach projektu Rodzinne Rajdy Rowerowe. Punktualnie o godzinie 11.00 250 uczestników rajdu, wyposażonych w mapki, wyruszyło na trzy oznakowane trasy o różnym stopniu trudności. Na trasie rajdu czekały ukryte fanty oraz owocowy

bufet, a na mecie dla każdego pamiątkowe medale i ciepły posiłek. Na zakończenie rajdu w Parku Miejskim odbył się również festyn sportowy z licznymi konkursami, gramami i zabawami, a także zawody rowerowe dla dzieci. W konkurencji najlicniejsza rodzina biorąca udział w rajdzie wygrała rodzina Szkutników z TKKF Wiarus Niepołomice. Pierwsze miejsce w kategorii chłopców 10-13 lat zajął Kacper Szkutnik z Niepołomic. Rajd Rowerowy odbył się dzięki dofinansowaniu ze środków miasta Nowy Targ.

## NIEZMĘCZENI WIARUSI

ALBERT SZKUTNIK  
kierownik Sekcji Rowerowej TKKF Wiarus

**P**o sobotnim udziale naszych Wiarusów i osób towarzyszących z gminy Niepołomice w XV Małopolskim Gwiazdowym Rodzinnym Zlocie Rowerowym „Rowerem po zdrowie” w sobotę 21 maja, niezmqczeni Wiarusi postanowili w niedzielę 22 maja pojechać na wycieczkę do Puszczy Niepołomickiej. Tym razem piętnastoosobowa grupa za cel wybrała sobie Wielkie Błoto. Ten największy kompleks bagieny w województwie małopolskim znajduje się w zachodniej części Puszczy Niepołomickiej, a powstał przez słaby odpływ wód z zagłębienia powierzchni starszej trasy Wisły

i Raby. Przez specyficzne warunki, można tu spotkać unikalne zarośla łożowe, które stały się ostoją licznych gatunków zwierząt i ptactwa wodnego. Występuje tu też brzoza niska, to jest jej najdalej na południe wysunięte stanowisko w Europie Środkowej. Sekcja Rowerowa TKKF Wiarus serdecznie dziękuje wszystkim za liczny udział w wycieczce i zaprasza wszystkich cyklistów do udziału w następnych wyprawach rowerowych (czas i tematyka wypraw podawana będzie na stronie internetowej e-niepolomice).



## RODZINNE NA ROWERY

JOANNA KOCOT  
Referat Promocji i Kultury

**J**ak co roku wzięliśmy udział w Małopolskim Gwiazdowym Rodzinnym Zlocie Rowerowym „Rowerem po zdrowie”. Tym razem cykliści zjechali się 21 maja do Kłaja, z Niepołomic tradycyjnie wybrali się grupą zorganizowaną przez ognisko TKKF Wiarus. Wydarzenie odbyło się już po raz piętnasty i jak zwykle objęte patronatem Marszałka Województwa Małopolskiego. Trasa nie była długa, dlatego godzinę zbiórki pod Kopcem Grunwaldzkim ustalono na 9.00. Oczywiście większość uczestników zjechała się wcześniej, żeby chwilę porozmawiać, dopełnić formalności i zrobić sobie pamiątkowe zdjęcie. Później wyruszyliśmy. Pierwsza część trasy biegła przez miasto, druga przez puszcę, a trzecia – końcówka – przez Kłaj, aż pod szkołę. Wycieczka była rekreacyjna i niewymagająca, a na dodatek na miejscu czekał na uczestników ciepły posiłek, dlatego

też wszyscy mieli sporo siły, żeby brać udział w aktywnościach zorganizowanych przez Małopolskie Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej oraz przedstawicieli gminy Kłaj. Tradycyjnie poszło dobrze, nagrody za swoje wyczyny otrzymali: Maria Tabor, Albert Szkutnik i Kacper Szkutnik, na dodatek Kacper został wylosowany, jako uczestnik wydarzenia z naszej gminy, który otrzymał rower. Losowanie rowerów wśród przedstawicieli gmin, to również stały punkt programu Małopolskich Gwiazdowych Rodzinnych Złotów Rowerowych „Rowerem po zdrowie”, może dzięki informacji o tym jeszcze przybędzie chętnych na te wyprawy. Kolejna w maju przyszłego roku i z całą pewnością będziemy ją zapowiadać w Gazecie Niepołomickiej. A w międzyczasie świetną kondycję można utrzymywać z Ogniskiem TKKF Wiarus, biorąc udział w kolejnych eskapadach rowerowych.

## SKRZYSZÓW 2016

ALBERT SZKUTNIK  
Ognisko TKKF Wiarus

**W** sobotę, 28 maja blisko 200 miłośników dwóch kółek stanęło na starcie rajdu na Orliku w Skrzyszowie. Organizatorami tegorocznego Rodzinnego Rajdu Rowerowego był Urząd Marszałkowski Województwa Małopolskiego oraz Wójt Gminy Skrzyszów. Trasa podzielona była na trzy odcinki: MAXI (38 km), MIDI (26 km) oraz MINI (15 km) i prowadziła przez tereny gminy Skrzyszów, a także sąsiednie gminy. Wśród uczestników najczęściej było nastolatków, ale dopisali także pasjonaci kolarstwa liczący powyżej 70 lat, a także rodziny z małymi dziećmi. Najmłodszy trasę pokonali w specjalnych sio-

dełkach na rowerach rodziców. Ważnym atutem rajdu była piękna, słoneczna pogoda, która sprzyjała nie tylko zmaganiom na trasie, ale także różnorodnym zawodom kolarskim po zakończeniu rajdu. Dla uczestników przygotowano foldey z zaznaczonymi trasami rajdu, okolicznościowe medale, dyplomy, a dla zwycięzców konkursów kolarskich nagrody rzeczowe. Nie zabrakło także smacznego poczęstunku. Pierwsze miejsce w wyścigu chłopców w kategorii 10-13 lat wygrał Kacper Szkutnik z Niepołomic. W konkurencji siłaczy „Kołem do nieba” wygrał Albert Szkutnik z TKKF Wiarus Niepołomice.





# Turniej piłki siatkowej

**SYLWIA WILCZEK**

SL SALOS Staniątki

**4** czerwca w Niepołomicach, w hali przy ul. 3 Maja, odbył się turniej piłki siatkowej w kategorii OPEN o Puchar Burmistrza Miasta i Gminy Niepołomice. Turniej został zorganizowany przez Stowarzyszenie Lokalne SALOS Staniątki.

W przygotowanie turnieju była zaangażowana młodzież - wolontariusze działający czynnie przy Ośrodku Duszpasterskim w Staniątkach. W ramach turnieju przeprowadzono dwa miniturnieje: kobiet i mężczyzn. W turnieju wzięły udział 4 drużyny kobiece (TKS Młotek Zakopane, Valkiria Kraków, SL SALOS Staniątki, Nieobliczalne) i 4 męskie (Gwoździe Kraków, Lotnicy Kraków, TKS Młotek Zakopane, Auto komis Bogdan Kubik). Mecze rozgrywano systemem 'każdy z każdym', do dwóch wygranych setów do 25 pkt. każdy.

Turniej rozpoczął się przywitaniem drużyn przez Prezesa SL Salos Staniątki ks. Ireneusza Macioła. Rozgrywki prowadzone były na dwóch boiskach jednocześnie. Emocji nie brakowało - już w pierwszych meczach doszło do tie-breaków. Rozgrywki były bardzo zacięte, panowała zdrowa, sportowa rywalizacja. W kategorii kobiet klasyfikacja końcowa wypadła następująco:

1. Valkiria Kraków
2. SL SALOS Staniątki
3. Nieobliczalne



Foto: Joanna Gniadek

4. TKS Młotek Zakopane  
MVP turnieju: Maja Krzysiek (SL SALOS Staniątki)

Drużyny męskie zakończyły turniej na następujących miejscach:

1. Lotnicy Kraków
2. Auro komis B.Kubik
3. Gwoździe Kraków
4. TKS Młotek Zakopane

MVP turnieju: Paweł Świerczyński (Lotnicy Kraków)

Podczas turnieju działał kącik gastronomiczny, gdzie można było skosztować m.in. pysznych rogalików i okolicznościowych krówek turniejowych.

Turniej zakończył się wręczeniem pamiątkowych medali każdemu uczestnikowi turnieju, dyplomów i pucharów dla każdej drużyny, a także statuetek dla najlepszej zawodniczki i zawodnika. Nie zabrakło także pamiątkowych zdjęć.

Dziękujemy uczestnikom za przyjęcie zaproszenia i obecność. Dziękujemy młodzieży za zaangażowanie i przeprowadzenie turnieju. Dziękujemy burmistrzowi Niepołomic Romanowi Ptakowi za wsparcie turnieju oraz Referatowi Promocji w Niepołomicach za współpracę przy organizacji turnieju.

# Turniej siatkówki plażowej

**SYLWIA WILCZEK**

SL SALOS Staniątki

**25** czerwca podczas VII Memoriału im. Tadeusza Szybińskiego w Staniątkach SL SALOS Staniątki po raz kolejny zorganizował Turniej Siatkówki Plażowej. To już trzecie takie zawody. Zgłosiło się do nich 12 dwuosobowych ekip, które w upale dawały z siebie wszystko, żeby osiągnąć jak najlepsze wyniki. Turniej został rozegrany systemem brazylijskim - drużyna odpadała z dalszych rozgrywek po przegraniu dwóch meczów. Końcowa klasyfikacja wyglądała następująco:

1. Jakub Chudziński, Przemek Klauza
2. Michał Flaszowski, Paweł Pajęczkowski
3. Krzysztof Knapik, Tomek Wątopek
4. Marcin Skakuj, Bogdan Kubik
5. Adam Małasiewicz, Judyta Olipra
6. Zbyszek Szwab, Andrzej Madetko
7. Magdalena Lasak, Mateusz Szwab
8. Adrian Klima, Kuba Bąk
9. Angelika Kapusta, Gabi Więsek
10. Konrad Janas, Tomasz Smoleń
11. Damian Michalczyk, Bartek Pustuła
12. Waldemar Kubik, Mariusz Klejdysz

Turniej zakończył się wręczeniem pamiątkowych dyplomów, pucharów i medali. Wybrano także MVP turnieju, zostali nimi: Magdalena Lasak i Jakub Chudziński. Gratulujemy! Dziękujemy uczestnikom za świetną sportową rywalizację i wspianą zabawę.

Bardzo dziękujemy Krzysztofowi Tureckiemu za współpracę przy organizacji tego wydarzenia, a także młodzieży, która zaangażowała się

w przeprowadzenie turnieju.

Po zakończeniu zmagania obejrziliśmy mecz 1/8 Mistrzostw Europy: Polska-Szwajcaria, atmosfera była nie do opisania. Emocje ogromne, zwłaszcza podczas rzutów karnych. Tym, co oglądali z pewnością zostanie to długo w pamięci - radość ze zwycięstwa reprezentacji Polski - bezcenna!



# NAJPOPULARNIEJSZE GRY na smartfony



## PAWEŁ TOMASZEK

klasa 3TI, Technikum Informatyczne w Zespole Szkół im. Ojca Świętego Jana Pawła II w Niepołomicach

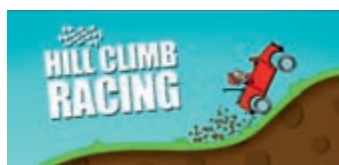
Każdy z nas jest zabiegany. Zdarzają się jednak krótkie przerwy między zajęciami lub w trakcie jazdy busem i często nie wiemy, jak je wykorzystać. Poniżej przedstawię 6 moim zdaniem najciekawszych aplikacji, które zjednały sobie tysiące wielbicieli na całym świecie, a dostępne są w sklepach mobilnych, takich jak Google Play na Androida, czy Apple Store na iPhone'a.



## Angry Birds

Jeśli się nudzisz lub aktualnie nie masz nic lepszego do roboty, a lubisz gry zręcznościowe, to idealna gra dla ciebie. Przejmij kontrolę nad stadem ptaków i odzyskaj jaja skradzione przez świnię. Przechodź różnorodne poziomy, wystrzelijując rozwścieczone ptaki z procy, korzystaj z umiejętności specjalnych poszczególnych ptaków i zdobądź jak największą liczbę punktów, niszcząc wszystko, co stanie ci na drodze, ale uważaj, bo każdy następny poziom jest coraz trudniejszy i będziesz się musiał nieźle namęczyć.

Specyfikacja gry nie jest bardzo wymagająca, więc wszystkie obecne na rynku telefony nie powinny mieć problemów z jej uruchomieniem. Do odpalenia gry wystarczy procesor 1 GHz z układem graficznym, 512 MB pamięci RAM, minimum 250 MB wolnej pamięci.



## Hill Climb Racing

W tej grze wcielasz się w kierowcę, który jeździ różnymi pojazdami. Zbieraj tokeny, aby ulepszać to, czym jeździsz bądź kupuj nowe trasy i środki lokomocji. Każda trasa wymaga odpowiedniego pojazdu, a ty sam decydu-

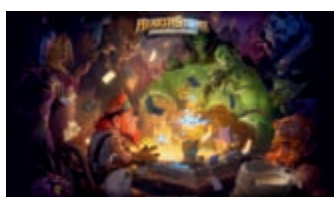
jesz o tym, jakim wybierzesz się na pustynię czy w kosmos. Musisz jednak uważać, aby nie zabrakło ci paliwa, żebyś mógł ustanawiać nowe rekordy. Gra dostępna jest na Androida i na iOS. Jest dobrze zoptymalizowana, więc nie powinno być problemu z uruchomieniem jej na telefonach ze średniej, a nawet niższej półki cenowej. Wystarczy 2-rdzeniowy procesor 1,3 GHz i 512 MB pamięci RAM. Aplikacja zajmuje jedyne 15 MB.



## Slither.io

Nowa odświeżona wersja dobrze wszystkim znanego Snake'a. Wciel się w węża i rywalizuj z innymi graczami o to, który z was będzie największy. Zjadaj kropeczki, które sprawiają, że będziesz rósł, jednak wystrzegaj się innych graczy, bo mogą mieć na ciebie chrapkę...

Aplikacja dostępna jest na Androida i iOS. Wykorzystuje grafikę 3D, więc będzie wymagała lepszych telefonów. Tu sprawdzi się dobrze telefon z co najmniej 4-rdzeniowym procesorem 1,3 GHz z 1 GB RAM. Zajmuje 20 MB pamięci.



## Dream League Soccer 2016

Jeśli jesteś fanem piłki nożnej, ta gra cię zainteresuje. Lubisz FIF-ę lub PES na komputerze? Teraz wcale nie musisz odpalać komputera, by rozegrać spotkanie. Wybierz swoją ulubioną drużynę i graj ulubionym zawodnikiem. Rozgrywaj emocjonujące mecze na najwyższym poziomie, wybieraj miejsca swoich spotkań i stań się niekwestionowanym mistrzem.

Gra jest dostępna, podobnie jak pozostałe aplikacje, na oba mobilne systemy operacyjne. Oprawa graficzna może konkurować z niektórymi tego typu grami na PC. Jest bardzo rozbudowana, przez co będzie trzeba zaopatrzyć się w wydajny sprzęt. Tu dobrze się sprawdzi urządzenie z co najmniej 2 GB RAM, żeby gra się nie przycinała oraz co najmniej 200 MB.



## Zgadnij co to 2

Jeśli nudzą cię gry wyścigowe lub nie lubisz zręcznościówek, ta gra cię zainteresuje. Rozwiązuj śmieszne zagadki i rebusy. Jeśli coś jest za trudne, skorzystaj z podpowiedzi, ale uważaj – każda podpowiedź kosztuje. Ćwicz swoją kreatywność, związki frazeologiczne, kalambury. Myśl nieszablonowo.

Gra dostępna jest na Androida i iOS, zajmuje 30 MB, ale oprawa graficzna nie jest tu wymagająca. Spokojnie wystarczy dowolny smartfon z Androidem bądź iPhone.



## Hearthstone: Heroes of Warcraft

Wciel się w dowolnego bohatera z uniwersum Warcraft. Stań do pojedynku z innymi graczami, pokonaj swoich przeciwników, przedrziej się przez 25 dywizji, by stać się Legendą. Stwórz swoją własną talię kart, a dzięki setkom dodatkowych kart, które możesz wygrać lub samemu zrobić, twoja kolekcja wciąż będzie się zmieniać! Jeśli chętnie grałeś w Warcrafta bądź WoWa, ta gra jest właśnie dla ciebie.

Gra jest dostępna w wersjach na Androida i iOSa. Ale i tu warto się zaopatrzyć w wydajny sprzęt, ponieważ ten pojedynek będzie wymagający także dla telefonu. Do płynnego przechodzenia przez kolejne poziomy, potrzebne będzie co najmniej 2 GB RAM, 4-rdzeniowy procesor z 2 GHz, oraz dużo miejsca w telefonie, bo gra zajmuje ponad 1 GB pamięci. Dostępna w 14 językach. Co ważne – wymagane jest do niej połączenie z Internetem.

Mam nadzieję, że wybrany zestaw gier zainteresuje nie tylko początkujących graczy, a jest bardzo różnorodny, więc każdy znajdzie w nim coś dla siebie.



# SŁONECZNY PARADOKS



**JOLA ZALEWSKA**

Angelium SPA & Wellness  
Zamek Królewski w Niepołomicach

Jak co roku u progu lata wraca temat opalania. Z reguły straszy się szkodliwym działaniem słońca, mnożąc przypomnienia i przestrogi związane z opalenizną, namawiając do stosowania filtrów, blokerów, ekranów. Ostatnio jednak coraz częściej pojawia się opinia, że w ten sposób blokujemy syntezowanie witaminy D, a co za tym idzie, ściągamy na siebie inne kłopoty... prawda – jak zwykle – jest pośrodku.

Doskonale wiemy, że nasza strefa klimatyczna nie rozpieszcza, a my mając za sobą długie, szare i zimne miesiące, z utęsknieniem wyczekujemy lata, słonecznych promieni i ciepła. Już od wiosny wystawiamy twarze do słońca, tęskniąc za gorącym, plażą i opalaniem. Jednak obserwując trendy pielęgnacyjne, śmiało mogę stwierdzić, że idzie nowe i za chwilę czekoladowa opalenizna będzie ewidentnie *passé*. Młode dziewczyny cenią sobie piękną, niewysuszoną i bladą skórę o naturalnym, jasnym odcieniu. Oczywiście jest to zdecydowanie zdrowsze dla skóry, ale naturalna witamina D też jest nam potrzebna i to bardzo. Więc co z tym opalaniem?

Przypomnijmy sobie przy okazji, że jeszcze 100 czy 200 lat temu zbrawiało ciało, opalone dłonie i twarz uznawano w tzw. wyższych sferach za niedopuszczalne i w złym guście. Opalenizna w sposób niejako naturalny pasowała robotnikom i wieśniakom, ale damy z towarzystwa chroniły się przed słońcem parasolkami, kapeluszami i rękawiczkami. Poczucie wstydu i purytańska mentalność narzuciły też odpowiednie kanony mody plażowej. Gdy patrzy się na stare fotografie plażowiczów „u wód”, aż dziw bierze, jak znosili upał w takich strojach.

Oczywiście podyktowane to było względami obyczajowymi, które zmieniły się wraz ze społecznymi przemianami i rozwojem medycznej wiedzy na temat dobroczynnego wpływu słońca na nasz organizm. Jednak z czasem dowiedzieliśmy się o powstającej dziurze ozonowej, wtedy okazało się, że słońce, któremu przed wiekami przypisywano boską moc, i które istotnie ma

wspaniałe oddziaływanie, może równocześnie szkodzić i to bardzo. Znów więc nastąpił pewien zwrot i rolę kapeluszy i parasolek przeciwśłonecznych przejęły kremy z filtrami SPF.

## Rola Słońca

Niemniej potrzeba słońca jest sprawą organiczną. Dzięki niemu zachodzi w naszym organizmie wiele niezastąpionych procesów. To ono uaktywnia przemianę materii, umożliwia wytwarzanie przez organizm witaminy D, wzmacnia odporność, leczy wiele chorób skóry, np. łuszczycę. Ma też cudowny wpływ na naszą psychikę, bo poprawia nastrój, odpręża, a nawet wyprowadza z niewielkich depresji za sprawą wyzwalania endorfin, zwanych „hormonami szczęścia”. Promienie słoneczne mają także działanie przeciwbakteryjne, przeciwgrzybicze i przeciwwirusowe; podnoszą naszą sprawność, wzmagają przemianę materii.

Słońca potrzebujemy wszyscy, w szczególności zaś dzieci, które za sprawą słońca chronione są przed krzywicą i zaburzeniami wzrostu. Wraca więc temat witaminy D. Dietetycy biją na alarm, bo tak wielkie mamy jej niedobory. Należy ją suplementować lub dbać, aby organizm wytworzył ją sam. By tak się stało, musimy spełnić kilka warunków. Wystawić na działanie promieni jak największą powierzchnię ciała w godzinach 10-14, nasłoneczniając po 20 min przód i tył ciała, a następnie powstrzymać się przed kąpielą kilka godzin, by wytworzona na powierzchni skóry witamina D mogła wnikać do wnętrza. Już kilka takich seansów zaspokozi potrzeby organizmu na jakiś czas, bo tylko taką witaminę nasz organizm potrafi magazynować i korzystać z niej na długo po opalaniu.

Jak wspominałam, opalone ciało jest w trendowym odwrocie. Choć wciąż uznawane bywa za oznakę zdrowia i walor estetyczny, coraz częściej jednak lekarze i kosmetolodzy mówią o fatalnych konsekwencjach długotrwałego działania promieni słonecznych dla naszej skóry. Z opalaniem wiąże się dzisiaj dużo więcej ograniczeń i zaleceń mających na celu uchronić nas przed jego negatywnymi skutkami.

## Promieniowanie UV

Pamiętając o pozytywnym wpływie słońca, musimy jednak mieć też na uwadze zagrożenia, jakie ze sobą niesie. Należą do nich: oparzenia, zmiany skórne, takie jak przedwczesne starzenie się skóry, przebarwienia, alergie i zmiany nowotworowe na ogół uznawane za niegroźne z jednym tylko wyjątkiem. To czerniak złośliwy, którego występowanie przypisuje się działaniu promieniowania UV, nadfioletowego i spowodowanym przezeń uszkodzeniom skóry, głównie oparzeniom, nawet jeśli zdarzały się jeszcze w dzieciństwie. Działanie słońca okazuje się też szkodliwe dla naszych oczu, szczególnie dla spojówki oka – może wywołać jej zapalenie, może

też być sprawcą zapalenia rogówki – zwanego ślepotą śnieżną. Lekarze nie mają też wątpliwości, że promienie UV mogą być odpowiedzialne za zaćmę, a także za uporczywy ból oczu.

Promieniowanie UV, w zależności od długości fali mierzonej w nanometrach, ma trzy zakresy: A, B, C. Najgłębiej wnikają w nasze ciało promienie UVA (315–400 nm), a rezultaty tego ujawniają się szybko, bo skóra traci elastyczność i przedwcześnie się starzeje.

Już z tego wynika, że tylko świadome korzystanie ze słońca może nam zapewnić korzyści, pozwalając uniknąć przykrości i zagrożeń. Warto przy tym też pamiętać, że promienie słoneczne przenikają wszędzie – i przy zachmurzonym niebie, i w cieniu, i wysoko w górach, a także podczas kąpieli w morzu, jeziorze czy rzece. Docierają nawet pod wodą na głębokość 1 metra, a także są z nami podczas podróży samochodem, bo przenikają przez szyby.

## Złoty środek

Mamy do dyspozycji nie tylko więcej coraz lepszych kosmetyków z filtrami ochronnymi, ale nawet odzież najnowszej generacji wykonaną z tkanin zawierających słoneczne filtry. Mamy też system naturalnych, organicznych zabezpieczeń przed szkodliwością promieni słonecznych. Należy do nich zarówno owłosienie skóry jak i rogowacenie naskórka chroniące przed promieniami UVB, które wraz z syntezą melaniny tworzy warstwę ochronną. Ochronę stanowi też tzw. płaszcz hydrolipidowy złożony z wody i substancji tłuszczowych zawartych w pocie. Dlatego tak ważne podczas przebywania na słońcu jest przyjmowanie większej ilości płynów, zwłaszcza wody mineralnej.

Wszystko to jednak mało, jeżeli nie ma umiaru i rozsądku w korzystaniu ze słonecznych dobrodziejstw, które należy mądrze dawkować w zależności od wieku i typu karnacji. Małe dzieci, osoby starsze, ludzie dojrzały, osoby o bardzo jasnej karnacji muszą szczególnie uważać.

Zatem opalajmy się, ale z zapewnieniem kosmetycznej ochrony na bazie filtrów. Róbmy to stopniowo, dozując sobie kąpiele, bacząc na rodzaj skóry, jaką posiadamy. Niech słońce będzie jedynie źródłem naszego dobrego samopoczucia i zdrowia organizmu.



# KLESZCZE

## czy należy się ich bać?



**KATARZYNA HRNČIAR**  
specjalista pediatrii

Sezon na kleszcze już dawno się rozpoczął. Kleszcze to pajęczaki, wyróżnia się ponad 800 gatunków. Są pasożytami głównie kręgowców (najczęściej zwierząt domowych, leśnych, gryzoni, ptaków, człowiek jest zwykle przypadkowym żywicielem – z braku lepszych źródeł pożywienia). Kleszcze zaczynają być aktywne, gdy temperatura powietrza przekroczy 5 stopni Celsjusza. Spotkać je można w zasadzie wszędzie. Większość gatunków żyje na polach lub w lasach.

W trakcie rozwoju kleszcz początkowo przybiera formę larwy, następnie nimfy, aby ostatecznie stać się osobnikiem dorosłym. Na szczególną uwagę zasługują nimfy – są to bardzo niewielkie postacie owada, jasnej barwy, przez co trudno je dostrzec.

Kleszcz wędruje po ciele, aby znaleźć dogodne miejsce, najbardziej lubi miejsca ciepłe (pachy, pachwiny, okolice za uszami). Wkłuwając się, używają substancji znieczulającej, dzięki czemu często są przeoczone przez zaatakowanego gospodarza. Kleszcze do swojego rozwoju potrzebują krwi.

Nimfy, tak jak osobniki dorosłe, przenoszą choroby, w tym wirusowe odkleszczowe zapalenie mózgu oraz chorobę z Lyme, popularnie nazywaną boreliozą.

### Odkleszczowe zapalenie mózgu

Jest to choroba wirusowa, przebiegająca w 2 fazach, przenoszona przez małe gryzonie i kleszcze. Ale można się nią zarazić również, spożywając nieprzeżegotowane mleko pochodzące od zakażonych zwierząt.

Okres wylęgania wynosi 1 do 2 tygodni. W pierwszej fazie występuje gorączka, objawy grypopodobne, nudności i wymioty. Objawy te ustępują samoistnie. Po kilku dniach poprawy pojawiają się objawy drugiej fazy – wskazujące na zajęcie centralnego układu nerwowego (zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych, zapalenie mózdzku, zapalenie mózgu).

Chory podejrzany o odkleszczowe zapalenie mózgu powinien być hospitalizowany. Diagnozę potwierdza się poprzez badanie płynu mózgowo-rdzeniowego uzyskanego z punkcji lędźwiowej. Niestety leczenie jest jedynie objawowe. U części chorych przez wiele miesięcy mogą utrzymywać się zaburzenia neurologiczne w postaci zaburzeń pamięci, trudności z koncentracją, zaburzenia psychiatryczne. U większości chorych jednak choroba ustępuje bez pozostawienia śladów.

Istnieje skuteczna metoda zapobiegania od-

kleszczowemu zapaleniu mózgu – dostępne są szczepionki przeciwko tej chorobie. Cykl szczepień zaleca się rozpocząć przed sezonem, najlepiej z początkiem zimy. Istnieje również schemat przyspieszony. Szczepionki można stosować już u dzieci od 1. roku życia.

### Borelioza

Jest to choroba bakteryjna wywołana przez Gram-ujemne bakterie z rodzaju *Borrelia*, przenoszona przez kleszcze. To dolegliwość wieloukładowa; może dotyczyć skóry, stawów, układu nerwowego i serca.

Jednym z wczesnych objawów boreliozy jest rumień wędrujący. Zwykle pojawia się po 1-3 tygodniach w miejscu ukłucia przez kleszcza. Zwykle ma typowy wygląd: początkowo jest to plama, która szybko powiększa się, pozostawiając przejaśnienie w centrum. Zmiana jest niebolesna, nieswędząca.

Jeśli zmiana powiększa się w ciągu kilku dni i osiąga średnicę powyżej 5 cm, rozpoznanie boreliozy jest pewne. Nie ma wówczas konieczności wykonywania dodatkowych badań. Pojawienie się zmiany przed upływem 2 dni od ukłucia oraz średnica poniżej 5 cm są argumentami przeciwko rozpoznaniu boreliozy.

Innym, rzadziej występującym objawem skórny boreliozy, jest chłoniak limfocytowy skóry. Ma wygląd czerwono niebieskiego guzka. Najczęściej lokalizuje się na uszach, brodawce sutkowej lub mosznie. Jest niebolesny. Zwykle pojawia się kilka tygodni po ukłuciu przez kleszcza. W sytuacji podejrzenia chłoniaka limfocytowego konieczna jest dodatkowa diagnostyka – oznaczenie przeciwciał IgM i IgG przeciwko bakteriom z rodzaju *Borrelia* oraz badanie histopatologiczne.

Zarówno rumień wędrujący, jak i chłoniak limfocytowy skóry, są wczesnymi objawami boreliozy ograniczonej.

Borelioza wczesna rozsiana rozwija się w czasie od kilku tygodni do kilku miesięcy od ukłucia przez kleszcza. Może ona dotyczyć: Stawów – zapalenie jednego dużego stawu (kolanowego, skokowego, łokciowego) Serca – zapalenie mięśnia sercowego objawiającego się zaburzeniami rytmu i przewodzenia Centralnego i obwodowego układu nerwowego – w postaci zapalenia opon mózgowo-rdzeniowych lub zapalenia nerwów cząstkowych (najczęściej obwodowe porażenie nerwu twarzowego).

Wszystkie te postacie wymagają dodatkowego potwierdzenia przez wykonanie badań immunologicznych.

Do późnych postaci boreliozy należą: Przewlekłe zanikowe zapalenie skóry – dotyczy skóry dystalnych części kończyn



Przewlekłe zapalenie stawów – najczęściej zajęte są stawy kolanowe  
Przewlekła neuroborelioza – w postaci zapalenia mózgu i rdzenia kręgowego, obwodowej neuropatii lub przewlekłej encefalopatii

### Diagnostyka boreliozy

Pierwszym badaniem jest oznaczenie przeciwciał w klasie IgM i IgG przeciwko bakteriom *Borrelia* (metodą ELISA). Badanie ma sens minimum 3-4 tygodnie po kontakcie z kleszczem, ten czas

### JAK POSTĘPOWAĆ Z KLESZCZEM?

1. Przed spacerem po lesie lub łące zastosuj środki odstraszające kleszcze oraz wybierz ubranie zasłaniające ciało.
2. Po powrocie ze spaceru oglądnij dokładnie ciało, szczególnie zwróć uwagę na fałdy skórne, pachy, pachwiny, szparę międzypośladowką.
3. Jeśli znajdziesz na skórze kleszcza, spróbuj jak najszybciej go usunąć – w aptekach dostępne są specjalne kleszczyki lub lasso. Miejsce po usuniętym kleszczu zdezynfekuj i obserwuj.
4. Nie wykręcaj, nie wyciskaj, nie wydrapuj kleszcza. Nie smaruj go również żadnymi substancjami.
5. Jeśli nie uda Ci się samodzielnie usunąć kleszcza lub usunięto tylko jego część – zgłoś się do swojego lekarza (przychodnia, opieka całodobowa). Pamiętaj, że obecność kleszcza nie jest powodem do zgłaszania się do Szpitalnego Oddziału Ratunkowego.
6. Niewielkie zaczerwienienie w miejscu ukłucia przez kleszcza może być normalnym objawem. Jeśli zaczyna się ono powiększać lub masz wątpliwości – zgłoś się do swojego lekarza rodzinnego, on zadecyduje, czy jest konieczność antybiotykoterapii.
7. Jeśli po ukłuciu przez kleszcza pojawiają się objawy ogólne (gorączka, wymioty, bóle głowy) – zgłoś się do lekarza. Pamiętaj, aby zgłosić fakt ugryzienia przez kleszcza.
8. Pamiętaj, że nie zawsze wiesz, że zostałeś/zostałaś ugryziona przez kleszcza. Brak kleszcza nie wyklucza możliwości choroby odkleszczowej. Mogła to być nimfa lub mogłeś/mogłaś nie zauważyć kleszcza na swojej skórze.
9. Nie wykonuj diagnostyki na własną rękę. W sytuacjach wątpliwych zgłoś się do swojego lekarza.



jest bowiem konieczny do wytworzenia przez organizm przeciwciał w klasie IgM. Stwierdzenie dodatnich przeciwciał nie jest wystarczające do rozpoznania choroby. Konieczne jest potwierdzenie metodą Western Blot. Jedynie stwierdzenie rumienia wędrującego pozwala na włączenie leczenia bez dodatkowej diagnostyki

immunologicznej. W przypadku neuroboreliozy obecność przeciwciał można także potwierdzić w płynie mózgowo-rdzeniowym.

Leczenie boreliozy polega na podaniu odpowiedniego antybiotyku i powinno być zlecone przez lekarza po dokładnym zbadaniu pacjenta oraz wykonaniu koniecznych badań laborato-

rynych. W zależności od postaci choroby wybiera się właściwy antybiotyk oraz czas leczenia (w przypadku boreliozy antybiotykoterapia jest przedłużona w porównaniu z typowym czasem leczenia innych chorób).

Aktualnie nie ma dostępnych szczepionek przeciwko boreliozie.

# WITAMINY A SUKCES



**KRZYSZTOF SAJAK**  
instruktor Siłownia & Fitness,  
Kryta Pływalnia w Niepołomicach

Aby nasze wysiłki podczas treningów nie poszły na marne, musimy pamiętać o dostarczaniu do naszego organizmu witamin. Warto wiedzieć, które z nich są dla nas szczególnie istotne.

O tym, że witaminy są niezbędne do życia oraz codziennego funkcjonowania, wszyscy wiemy. Uzyskujemy je z naturalnej żywności albo przez wzbogacenie, czyli suplementację diety.

Witaminy są substancjami organicznymi, biorącymi udział we wszystkich podstawowych procesach w organizmie. Umożliwiają odpowiedni wzrost, aktywność życiową i dobre samopoczucie. Czerpiemy witaminy głównie z jedzenia, ponieważ człowiek sam w większości nie jest w stanie ich wytwarzać ani syntetyzować.

Przy niedoborze witamin organizm ludzki nie może funkcjonować normalnie, ponieważ zaburzeniu ulegają jego procesy metaboliczne. Choroby spowodowane brakiem witamin (awitaminozy) manifestują się różnymi objawami klinicznymi w zależności od rodzaju brakującej witaminy. W skrajnych przypadkach z braku witaminy C chorujemy na szkorbut, witaminy D – na krzywicę, B – na beri-beri, ale nie są to jedyne skutki niedoborów. Awitaminoza może być leczona tylko przez podanie konkretnej witaminy i stosowanie diety, która zapewni jej dobre wchłanianie.

Wybierając suplement diety, należy pamiętać, że zaszkodzić sobie można także poprzez przedawkowanie witamin. Zresztą mogą one także zakłócać działanie innych leków przyjmowanych przez pacjenta. Ponadto preparaty są często wzbogacane dodatkowymi substancjami (kwasami tłuszczowymi, ziołami, minerałami i mikroelementami), które również mogą wchodzić

w interakcje z przyjmowanymi lekami i osłabiać lub nasilać ich działanie.

**Które witaminy ułatwią nam treningi i w jakim pożywieniu możemy je dostarczyć naszemu organizmowi?**

**Witamina B12**, cyjanokobalamina, bierze udział w przemianie tłuszczów, węglowodanów i białek. Dla osób ćwiczących na siłowni ważne jest, że bierze udział w procesie budowy mięśni, pobudza również apetyt, co jest istotne w budowie masy mięśniowej. Źródłem witaminy B12 są produkty pochodzenia zwierzęcego.

**Witamina B7**, biotyna, bierze udział w syntezie glukozy, a więc produkcji energii niezbędnej do zajęć na siłowni. Jest również niezbędna w procesie budowy mięśni, ma bowiem wpływ na syntezę i rozkład tłuszczów, aminokwasów i węglowodanów. Osoby, które w swojej diecie mają dużo surowego białka kurzego, są narażone na jej niedobór, ponieważ kurze białko hamuje właściwości witaminy B7. Braki możemy uzupełnić, jedząc orzechy, migdały, pomidory czy szpinak.

**Witamina A**, retinol, uczestniczy w syntezie białek i przyczynia się do procesu wzrostu mięśni. Problemy z witaminą A wynikają z diet niskotłuszczowych. Źródłem witaminy A są m.in. tran, wątroba, marchew czy natka pietruszki.

Witamina E, tokoferol, wpływa na ochronę błon komórek. Ułatwia regenerację i wzrost komórek mięśni, bierze również udział w dostarczaniu składników odżywczych do komórek. Znajdziemy ją w oleju sojowym, migdałach, orzechach czy sałacie.

**Witamina B3**, niacyna, ma udział w blisko 60 procesach metabolicznych związanych z produkcją energii. W skrócie dostarcza energię niezbędną podczas treningu. Wysiłek fizyczny powoduje, że poziom niacyny gwałtownie spada. Jest to jedyna witamina z grupy B, którą organizm może samodzielnie wytworzyć, ale niestety w niedostatecznej ilości, dlatego warto ją przyjmować w jedzeniu. Dostarczymy ją do organizmu dzięki orzechom, drożdżom, a także jedząc drób, łososa czy wątróbkę.

**Witaminy D**, kalcyferol, pomagają nam w przyswajaniu wapnia i fosforu. Wapń jest kluczowy dla naszych mięśni, w przypadku braku odpo-

wiednich zapasów twardy skurcz mięśni nie będzie możliwy. Fosfor natomiast zapewnia szybkie i silne skurcze, które jak wiemy, stanowią większość ruchów podczas treningu siłowego. Źródło: tran, ryby, mleko oraz mąka pełnoziarnista.

**Witamina B1**, tiamina, ma udział w tworzeniu hemoglobiny, która transportuje tlen w organizmie przede wszystkim do pracujących mięśni. Transport tlenu ma decydujący wpływ na nasze wyniki sportowe, a wysiłek może być jeszcze bardziej intensywny i dłuższy. Tiaminę uzupełnimy, jeśli w naszej diecie będą produkty, takie jak pestki słonecznika, kielki pszenicy, suche nasiona grochu czy kasza gryczana.

Przedostatnią z omawianych witamin jest pirydoksyna, czyli **witamina B6**. Umożliwia nam ona magazynowanie energii. Ułatwia również rozkład białka na aminokwasy, które są budulcem naszych mięśni. Stara zasada mówi, że im więcej białka dostarczamy ciału, tym bardziej rośnie nasza wydajność treningowa. Polecam zatem ryby, drób, jajka, a także warzywa, takie jak kapusta, kalafior, groszek zielony, szpinak lub fasola.

Na zakończenie czas przedstawić najbardziej popularną witaminę. **Witamina C**, kwas askorbinowy kojarzy nam się przede wszystkim z odpornością naszego organizmu na infekcje. Ale jest ona niezbędna także dla naszego sukcesu sportowego. Chroni komórki przed rodnikami, ma udział w tworzeniu kolagenu, który jest podstawowym składnikiem tkanki łącznej, znajdującej się w kościach i mięśniach. Jeśli nasza tkanka łączna jest słaba, jesteśmy bardziej podatni na kontuzję. Dodatkowo pomaga we wchłanianiu żelaza, które jest niezbędne dla wiązania tlenu z hemoglobiną w naszej krwi. Jeśli transport tlenu we krwi nie będzie odpowiedni, wydajność naszych mięśni drastycznie spadnie. Witaminę C dostarczymy do naszego organizmu poprzez spożywanie papryki, brukselki, truskawek czy czerwonej kapusty.

Oczywiście można przyjmować witaminy w formie tabletek, są one jednak inaczej traktowane przez nasz organizm niż te z naturalnych produktów. Dlatego zachęcam do przeanalizowania diety pod kątem witamin, uzupełnienia niedoborów i stałego utrzymywania właściwego poziomu tych składników w codziennych posiłkach.



TO JUŻ  
KONIEC,  
NIE MA  
JUŻ NIC...

# TRZOSZEK

Tekst i rysunki  
Łukasz Zabdry



## RUSZ makówką z Trzoskiem



## REBUS





Biblioteka Publiczna w Niepołomicach  
serdecznie zaprasza na

## LETNIĄ WYMIANĘ KSIĄŻEK

w niedzielę 7 sierpnia 2016 r.  
od 15.00 do 18.00  
w Parku Miejskim w Niepołomicach



Zapraszamy do wymienienia przeczytanych  
książek, w dwóch grupach:

- I gr. książki wydane do roku 2000
- II gr. książki wydane od roku 2001

**A ponadto w programie:**

- herbaciane warsztaty z Alicją,
- mecz krykieta z Królową Kier,
- magiczne eksperymenty z Szalonym Kapelusznikiem,
- konkurencje sportowe z Białym Królikiem i jego kieszonkowym zegarkiem.
  
- atrakcje dodatkowe:  
malowanie twarzy,  
modelowanie balonów,  
pokaz wielkich baniek mydlanych,  
zamykanie w bańce.