

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY  
LISTOPAD 2012 (nr 10/2012)

### GMINA KRZYMÓW WŚRÓD LIDERÓW

Przez sześć ostatnich lat, gmina Krzymów odnotowała znaczny postęp w poziomie rozwoju gospodarczego. Nie byłoby to możliwe bez otwartej postawy władz i mieszkańców gminy — twierdzi dr Artur Zimny, Dziekan Wydziału Społeczno-Technicznego Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Koninie.

str. 5

### MAJĄ NOWĄ DROGĘ

Po kilkuletniej batalii, mieszkańcy Nowych Paprockich Holendrów mają nową drogę. Sołtys i mieszkańcy cieszą się z tej inwestycji, mimo tego, że nie została ona zrealizowana w zaplanowanym rozmiarze.

str. 2

### STRAŻACY Z BRZEŻNA MAJĄ NOWY WÓZ

Strażacy z Brzeżna otrzymali z Komendy Miejskiej Państwowej Straży Pożarnej w Koninie samochód ratownictwa technicznego.

str. 6

### WZROSŁĄ PODATKI

W przyszłym roku podatki wzrosną o cztery procent. Taką decyzję podjęli rajcy gminni na dwudziestej sesji.

str. 2

### NAGRYWAJĄ SŁUCHOWISKO

W studiu gminnej rozgłośni internetowej „Ale!RADIO” powstaje słuchowisko z udziałem uczniów Zespołu Szkół w Brzeżnie oraz Szkoły Podstawowej w Głodnie.

str. 8

### HAFT OCALONY OD ZAPOMNIENIA

Warsztaty tradycyjnego rzemiosła i rękodzieła w zakresie haftowania zorganizowało stowarzyszenie Wielkopolska Wschodnia.

str. 8

## ZAWIESZONE POŁĄCZENIA

W listopadzie PKS zawiesił sześć kursów przebiegających przez gminę Krzymów. Władze konińskiego przewoźnika tłumaczą tę decyzję względami ekonomicznymi. Dla wielu mieszkańców zmiany w rozkładach jazdy oznaczają problem z dotarciem do pracy czy szkoły. Krzymowscy władarze natomiast starają się wyjść z komunikacyjnego impasu.

graf. K. Roszkiewicz



czytaj str. 3

# MAJĄ NOWĄ DROGĘ

Po kilkuletniej batalii, mieszkańcy Nowych Paprockich Holendrów mają nową drogę.

Sołtys i mieszkańcy cieszą się z tej inwestycji, mimo tego, że nie została ona zrealizowana w zaplanowanym rozmiarze. Nowa droga miała mieć długość pół kilometra, ostatecznie ułożono 360 metrów nawierzchni.



fol. P. Markowski (x2)

Radny Józef Czerwiński i sołtys Ilona Kalkowska cieszą się z powstania drogi, o którą zabiegali od dłuższego czasu

— Zdaję sobie sprawę z tego, że na 360 metrze mieści się ostatni budynek zwartej zabudowy. Ale za łaskiem też mieszkają ludzie i gdyby zrobionych zostało pięćset metrów drogi, to do tych oddalonych zabudowań byłoby już bliżej. Innym też trzeba porządn

drogi dojazdowe udostępnić — powiedziała Ilona Kalkowska, sołtys Nowych Paprockich Holendrów.

Inwestycja została sfinansowana z Funduszu Ochrony Gruntów Rolnych. Gmina na ten cel otrzymała 150 tysięcy złotych dotacji. Pieniądze zostały podzielone na budowę dróg w Zalesiu i w Nowych Paprockich Holendrach. Koszt ułożenia tej ostatniej wyniósł 80 tysięcy złotych. O jej budowę od kilku lat zabiegał radny z Paprotni Józef Czerwiński

— Ta droga w stosunku do innych jest bardzo lokalna, dlatego tak trudno było mi przekonać radnych do tej inwestycji. W końcu udało się zbudować koalicję złożoną z radnych z Brzeźna i Paprotni, dzięki czemu ten projekt został przyjęty przez radę — powiedział Józef Czerwiński

Nie bez znaczenia był też upór pani sołtys. — Odkąd piastuję tę funkcję, dobrze mi się układa współpraca z radnym Czerwińskim. Staramy się ustalać pewne potrzeby i wspólnie zabiegać o ich realizację. W przypadku drogi było tak, że mieszkańcy naciskali na mnie, ja na pana radnego a on na innych radnych. Czyli była to reakcja łańcuchowa — śmieje się Ilona Kalkowska.

Sołtys i mieszkańcy są bardzo wdzięczni wójtowi i radnym za drogę, ale...

—...naszym marzeniem jest przedłużenie jej. Tym bardziej, że niedaleko powstało boisko, które staje się rekreacyjnym i tury-

stycznym zakątkiem użyteczności publicznej. Można na nim grać w piłkę nożną, siatkówkę. Dodam, że świetnie udają się tu ogniska z pieczeniem kiełbasek. W sezonie letnim przybywają tu nie tylko mieszkańcy naszego sołectwa, ale też mieszkańcy Paprotni i innych



Nowy asfalt powstał dzięki wsparciu Funduszu Ochrony Gruntów Rolnych

miejsowości. Gdyby asfalt był położony aż do tego miejsca, to na pewno odbywałoby się tu więcej lepszych imprez — twierdzi Ilona Kalkowska 1 mar.

REKLAMA

# PLAN DLA POLSKI W BRZEŹNIE

Platforma Obywatelska rozpoczyna cykl spotkań z obywatelami pod hasłem Plan dla Polski. 28 listopada z mieszkańcami gminy Krzymów spotka się poseł Tomasz Nowak.

Spotkanie ma mieć formę rozmowy na temat planów rządu zapowiedzianych w exposé premiera Donalda Tuska oraz dokonania rządów PO w Polsce.

— Idea tych spotkań wynika z przekonania, że najważniejszą motywacją działań rządu są codzienne potrzeby zwykłych ludzi, z przekonania, że obowiązkiem Platformy Obywatelskiej jest stworzenie platformy komunikacji, czyli miejsca spotkań, wymiany informacji i opinii, a przede wszystkim wspólnego działania dla dobra regionu — powiedziała Małgorzata Cieśluk, dyrektor biura poselskiego posła Tomasza Nowaka.

Rozmowy mają dotyczyć głównie trzech zagadnień: rodziny, pracy oraz inwestycji. W sprawie bezpieczeństwa rodziny, plan zakłada wydłużenie urlopu macierzyńskiego dla matki lub ojca, refundację in vitro, ułatwienia w zakładaniu i prowadzeniu żłobków i przedszkoli. W sprawie

pracy Platforma proponuje dalszą deregulację zawodów, co ma przynieść efekt w postaci powstawania nowych miejsc pracy, reformę urzędów pracy, a w sprawie inwestycji — łatwiejsze kredyty dla małych i średnich przedsiębiorstw, modernizację kolei oraz rozwój sektora energetycznego.

Spotkanie w Brzeźnie odbędzie się w środę, 28 listopada o godzinie 17.00 w sali widowiskowej Gminnego Ośrodka Kultury w Brzeźnie.

— Najpierw poseł Tomasz Nowak przedstawi krótką prezentację Planu dla Polski, po niej zaplanowana jest dyskusja z mieszkańcami gminy Krzymów. Ponadto są przygotowane specjalne kwestionariusze, na których każdy będzie mógł wpisać swoje uwagi i problemy — poinformowała Monika Walczak, pracownik biura poselskiego posła Tomasza Nowaka.

Podobne konsultacje odbywają się w całej Polsce 1 mar.

## WZROSŁĄ PODATKI

W przyszłym roku podatki wzrosną o cztery procent. Taką decyzję podjęli rajcy gminni na dwudziestej sesji.

Decyzja o wzroście podatków z pewnością nie była dla radnych łatwa, ale z drugiej strony nie dało się jej uniknąć. Ministerstwo Finansów co rok proponuje samorządom wysokość stawek podatku. Rada miasta lub gminy może na swoim terenie uchwalić stawki podatku od nieruchomości na dowolnym poziomie, ale nie wyższym niż ustalony przez ministra. Zgodnie z jego obwieszczeniem w sprawie górnych stawek kwotowych podatków i opłat lokalnych w 2013 roku, maksymalne stawki podatku od nieruchomości wzrosną o 4 proc., a więc o wskaźnik inflacji. I taką decyzję podjęli radni gminy Krzymów.

— Najwięcej emocji wywołała jednak stawka ceny skupu żyta do celów wymiarów podatku rolnego na 2013 rok. Urząd gminy zaproponował 50 złotych za kwintal, jeden z radnych zgłosił propozycję utrzymania ceny na dotychczasowym poziomie, czyli 45 złotych. Po burzliwej dyskusji, w wyniku głosowania zapadła decyzja o 50 złotych za kwin-

tal żyta — powiedziała Danuta Mazur, przewodnicząca rady gminy.

Na sesji wprowadzone zostały też zmiany w budżecie gminy. Wynikały one z wpływu do gminnej kasy dodatkowych pieniędzy z mandatów. Muszą być one zaksięgowane po stronie dochodów i rozpisane po stronie wydatków gminy.

— Przeznaczaliśmy je na bieżące utrzymanie dróg i częściowo na ich oświetlenie — dodała Danuta Mazur.

Na koniec sesji radni otrzymali projekt przyszłorocznego budżetu. Od tego momentu rozpoczyna się procedura prac na przyjęciem uchwały budżetowej na 2013 rok. Po konsultacjach radnych odbędzie się pierwsze czytanie projektu, na komisjach radni będą mogli wprowadzić swoje poprawki. Ostatecznie, na grudniowej sesji, rada zdecyduje jaki kształt będzie miał budżet gminy w nadchodzącym roku 1 mar.

# ZAWIESZONE POŁĄCZENIA

W listopadzie PKS zawiesił sześć kursów przebiegających przez gminę Krzymów. Władze konińskiego przewoźnika tłumaczą tę decyzję względami ekonomicznymi.

— Obserwujemy coraz mniejsze zainteresowanie pasażerów tymi kursami. Jest to dokładnie weryfikowane przez elektroniczny system biletu, dzięki któremu jesteśmy w stanie dokładnie policzyć ilu pasażerów korzysta z konkretnej linii i jaka jest przychodowość danego kursu. Na tej podstawie podjęliśmy decyzję o likwidacji niektórych połączeń — powiedział Dariusz Andrzejewski, Prezes Zarządu PKS Konin S.A.



Dariusz Andrzejewski, prezes zarządu PKS Konin S.A.

Bywały dni, kiedy na niektórych trasach jechała jedna osoba, były też takie, kiedy jechało ich kilka. Dla przedsiębiorstwa to zdecydowanie za mało.



Katarzyna Rosiak, kierownik ds. obsługi komunikacji pasażerskiej PKS Konin S.A.

## PRZYBĘDZIE SZEREGOWYCH

Druhowie i drużyny z jednostek OSP gminy Krzymów biorą udział w szkoleniu szeregowców.

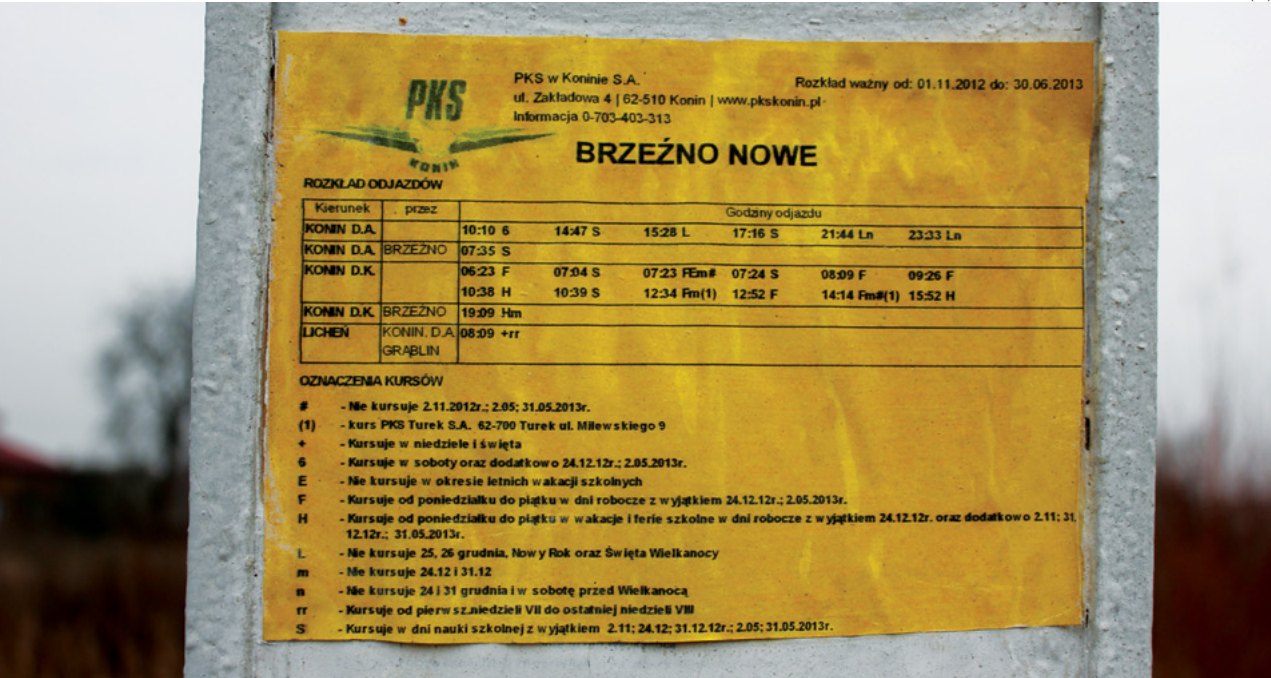
Kurs rozpoczął się szóstego października i potrwa do ósmego grudnia, kończąc się sprawdzianami teoretycznym i praktycznym.

— Ukończenie tych szkoleń uprawnia do udziału w akcjach ratowniczo-gaśniczych — wyjaśnia Andrzej Frątczak, prezes OSP Brzeźno.

Po raz pierwszy w kursie szeregowców biorą też udział kobiety z jednostki w Brzeźnie. Na szkolenie zdecydowały się trzy panie.

Ponadto, strażacy-ochotnicy zrzeszeni w Krajowym Systemie Ratowniczo-Gaśniczym mają obowiązek raz w roku wziąć udział w teście w komorze dymowej. Test bada nie tylko wytrzymałość fizyczną, ale i odporność psychiczną strażaków. W specjalnym pomieszczeniu odwzorowane są warunki pożaru w budynku. Strażacy muszą przejść przez komorę, pokonując po drodze rozmaite przeszkody. Muszą też reagować na docierające do nich dźwięki. Ostatnio taki test odbył się siódmego października. Wzięło w nim udział siedmiu druhow z Brzeźna. Wszyscy przeszli go pomyślnie.

— To znaczy, że na sprawność i skuteczność tych osób możemy liczyć w przypadku trudnych pożarów — dodaje Andrzej Frątczak 1 mar.



fol. P. Markowski (x3)

Jesienią tego roku z rozkładów jazdy zniknęło wiele połączeń

— Analizując kursy trzeba brać pod uwagę to, że muszą być one realizowane każdego dnia, bez względu na to, ile osób będzie z nich korzystało — dodaje Katarzyna Rosiak, kierownik do spraw obsługi komunikacji pasażerskiej PKS Konin S.A.

Na jakim zatem poziomie kształtuje się próg opłacalności przewoźu osób? Według prezesa Dariusza Andrzejewskiego jest nim zwrot kosztów paliwa i wynagrodzenia dla kierowcy. Na zlikwidowanych połączeniach to minimum opłacalności nie zostało osiągnięte.

Konińskie PKS tej jesieni zlikwidowało w sumie około stu kursów w regionie. W naszej gminie w miejsce zawieszonych tras, wprowadzona została zmiana, polegająca na wjeździe do Krzymowa autobusu relacji Koło-Konin. Korekta trasy nastąpiła na prośbę dwóch mieszkańek Krzymowa. Coraz częściej artykułowane propozycje, aby autobus zastąpić na przykład busami nie do końca są uznawane za dobry pomysł.

— Często jest tak, że poranny autobus z Konina do Koła wiezie piętnaście osób i w tym przypadku spokojnie wystarczyłby bus, który ma dziesiętnaście-dwadzieścia jeden miejsc. Ale

zdarza się bardzo często, że w drodze powrotnej jedzie znacznie więcej osób i wtedy bus by się nie sprawdził — tłumaczy Dariusz Andrzejewski.

Niektóre gminy rozważają uruchomienie własnej sieci transportu, która wypełniłaby lukę po zawieszonych przez PKS połączeniach, jednak w ocenie prezesa przedsiębiorstwa jest to kosztowny pomysł. Takiej pewności nie podziela wójt Tadeusz Jankowski.

— Powołałem specjalną komisję, która przeanalizuje kilka wariantów wyjścia z komunikacyjnego impasu. Jednym z nich jest wprowadzenie własnych kursów, które dowoziłyby pasażerów do Brzeźna na autobus linii 58. Ale nie odrzucamy też potencjalnych rozmów z konińskimi MKZ i PKS-em — poinformował Tadeusz Jankowski.

W skład komisji, której zadaniem będzie znalezienie najlepszego wyjścia z komunikacyjnego impasu, weszli: Danuta Mazur, Zdzisława Pawlak, Tadeusz Szczesiak, Tadeusz Ignaczak, Jerzy Grochociński i Jacek Popielarz 1 mar.



fol. K. Kępczora

W szkoleniu biorą udział także druchowie OSP Brzeźno

# UNIJNE PIENIĄDZE SZANSĄ DLA UCZNIÓW

W szkołach publicznych gminy Krzymów realizowane są dwa unijne projekty edukacyjne.



Jacek Popielarz, doradca Wójta Gminy Krzymów

Beneficjentem jednego z nich jest prywatna firma, realizująca program „Akademia talentów”. Drugi, koordynowany przez gminę prowadzony jest pod nazwą „Indywidualizacja procesu nauczania uczniów klas I-III szkół podstawowych w gminie Krzymów”.

— Jest to projekt systemowy, czyli gmina nie partycypuje finansowo w jego realizacji. Wszystkie pieniądze potrzebne do jego realizacji pochodzą z funduszy unijnych — informuje Jacek Popielarz, doradca wójta gminy Krzymów.

Na ten program samorząd pozyskał 133 tysiące złotych. Po rozstrzygniętych przetargach okazało się, że kwota potrzebna do jego wykonania jest niższa.

— Dlatego będziemy się starali, żeby pieniądze, które zostaną z zaplanowanego budżetu, przeznaczyć na inne cele związane z realizacją tego projektu — dodaje Jacek Popielarz.

Za prawie czterdzieści tysięcy kupione zostały pomoce

dydaktyczne, natomiast w związku z tym, że nauczanie będzie mniej kosztowne niż zakładano, powstała nadwyżka, która sięga około dwudziestu tysięcy złotych. Pieniądze prawdopodobnie zostaną przeznaczone na rozszerzenie ilości zajęć. A już teraz jest ich bardzo dużo. Prowadzone są lekcje dla dzieci mających trudności w matematyce, pisaniu i czytaniu, uczniowie korzystają też z zajęć logopedycznych, socjoterapeutycznych, psychoedukacyjnych oraz gimnastyki korekcyjnej.

— Warto zwrócić uwagę na to, że projekt adresowany jest nie tylko do dzieci mających trudności w nauce, ale pozwala też rozwijać się uczniom z ponadprzeciętnym zdolnościami, ponieważ również dla nich są prowadzone specjalne zajęcia — mówi Jacek Popielarz.

W programie uczestniczy prawie dwustu uczniów z terenów gminy Krzymów.  mar.

MATERIAŁ PROMOCYJNY



Stowarzyszenie „Wielkopolska Wschodnia” powstało w czerwcu 2006 roku. Jego celem jest realizacja działań na rzecz rozwoju obszarów wiejskich na terenie dziewięciu gmin: Babiak, Dąbie, Grzegorzew, Koło, Kramsk, Krzymów, Olszówka, Sompolno, Wierzbiń. Siedzibą Stowarzyszenia jest Kramsk. Stowarzyszenie stanowi tak zwaną Lokalną Grupę Działania (LGD), wspierającą inicjatywy lokalne na obszarze objętym działaniem. W ramach Stowarzyszenia „Wielkopolska Wschodnia” działają przedstawiciele samorządów wymienionych gmin, przedstawiciele sektora pozarządowego (stowarzyszeń, fundacji), podmioty gospodarcze oraz osoby fizyczne. LGD jest forum generującym pomysły na lokalny rozwój ale także organizacją poszukującą funduszy na realizację projektów, w tym tematy Unii Europejskiej.

Obszar „Wielkopolska Wschodnia” zlokalizowany jest w środkowo-wschodniej części województwa wielkopolskiego w obrębie powiatów konińskiego i kolskiego. W przeważającej części jest to teren równinny z małymi odstępstwami. Zajmuje obszar 1031,24 km<sup>2</sup> zamieszany przez 68 tysięcy mieszkańców. Obszar ma typowo rolniczy charakter, bowiem aż 77% jego powierzchni stanowią użytki rolne, z czego przeważającą część zajmują grunty orne.

W lutym 2007 r. na Walnym Zebraniu Członków Stowarzyszenia jednomyślnie została przyjęta Lokalna Strategia Rozwoju (LSR) Stowarzyszenia „Wielkopolska Wschodnia”. LSR jest dokumentem zawierającym charakterystykę obszaru LGD, analizę silnych i słabych stron oraz szans i zagrożeń regionu. Ponadto umieszczone są w niej tematy wodzące LSR, cele strategiczne i szczegółowe do zrealizowania przez

Stowarzyszenie.

Lokalna Strategia Rozwoju określa 4 podstawowe cele, którymi są:

1. Poprawa jakości życia.
2. Aktywizacja mieszkańców, wzmocnienie kapitału społecznego.
3. Polepszanie zarządzania lokalnymi zasobami i ich waloryzacja.
4. Zachowanie dziedzictwa kulturowego i przyrodniczego wsi.

W ramach swojego funkcjonowania LGD „Wielkopolska Wschodnia” organizuje szkolenia dla członków Zarządu, Rady, Komisji Rewizyjnej oraz pracowników Biura dotyczące różnych dziedzin działalności m.in. „Skuteczne metody promocji i jej techniki”, „Tworzenie i rozwój mikroprzedsiębiorstw”, „Agroturystyka szansą na rozwój i upowszechnienie produktu lokalnego”, „Różnicowanie w kierunku działalności nierolniczej”. Stowarzyszenie jest również organizatorem szkoleń dla mieszkańców obszaru działania LSR. Dotychczasowa tematyka szkoleń obejmowała zasady tworzenia i rozwoju działalności gospodarczej, tworzenia biznesplanu, podstaw rachunkowości, elementów kadrowo-płacowych a także możliwości wykorzystywania odnawialnych źródeł energii w zakresie biopaliw, biomasy, biogazu, energii słonecznej i wiatrowej.

Od kwietnia 2012 roku Stowarzyszenie „Wielkopolska Wschodnia” realizuje projekt współpracy pn. „Turystyczne Uroki Regionu Inspiracji Społecznej Aktywności” o akronimie TURISA. Partnerami w realizowanym przedsięwzięciu są trzy sąsiednie Lokalne Grupy Działania: Stowarzyszenie „Solna Dolina” z siedzibą w Kłodawie, Stowarzyszenie „Solidarni w Partnerstwie” z siedzibą w Starym Mieście oraz Stowarzyszenie „Między Ludźmi i Jeziorami” z siedzibą w Kazimierzu Biskupim.

Celem ogólnym realizowanego projektu współpracy jest promocja i wzrost atrakcyjności regionów partnerskich w oparciu o lokalne zasoby turystyczne. Cel ogólny realizowany będzie poprzez osiąganie celów szczegółowych, w tym: promocję walorów turystycznych – rekreacyjnych oraz popularyzowanie turystycznych walorów obszaru, poprawę warunków życia mieszkańców obszarów Lokalnych Grup Działania poprzez zwiększenie ruchu turystycznego, poprawę jakości i dostępności do informacji turystycznych oraz ożywienie aktywności i integracja mieszkańców.

Cele projektu współpracy będą realizowane poprzez: zakup nośników informacji turystycznej - gablot multimedialnych i infokiosków, które będą prezentowały ciekawe i atrakcyjne miejsca turystyczne, opracowanie i druk materiałów promocyjnych i informacyjnych dotyczących projektu współpracy,

a także opracowanie i publikację albumów promujących obszar Partnerów. W ramach realizacji projektu została założona wspólna strona internetowa — [www.turisa.pl](http://www.turisa.pl), która prezentuje turystyczne atrakcje regionów. W ramach realizacji projektu współpracy zorganizowano również cztery imprezy promocyjne pn. „TURISA partnerstwo LGD-ów - siłą Wielkopolski”, w ramach których poszczególne Lokalne Grupy Działania będą prezentowały swoje obszary.

Zgodnie z celami zawartymi w Lokalnej Strategii Rozwoju Stowarzyszenie „Wielkopolska Wschodnia” podejmuje i wspiera inicjatywy kulturalne służące zachowaniu lokalnego dziedzictwa kulturowego. LGD jest organizatorem festiwalu – zespołów wokalnoinstrumentalnych, wiejskich orkiestr dętych a także warsztatów tradycyjnego rzemiosła i rękodzieła w zakresie szydełkowania, rzeźbiarstwa i haftu. Stowarzyszenie angażuje się również w podobnego typu inicjatywy podejmowane przez gminy członkowskie.

Głównym celem podejścia Leader wdrażanego przez LGD jest budowanie kapitału społecznego poprzez aktywizację mieszkańców oraz przyczynianie się do powstawania nowych miejsc pracy na obszarach wiejskich, a także polepszanie zarządzania lokalnymi zasobami i ich waloryzacja.

Leader jest oddolnym partnerskim podejściem w celu rozwoju obszarów wiejskich realizowanym przez Lokalne Grupy Działania polegającym na opracowaniu przez lokalną społeczność większą Lokalnych Strategii Rozwoju oraz realizacji wynikających z niej projektów łączących zasoby ludzkie, naturalne, kulturowe, historyczne oraz wiedzę i umiejętności trzech sektorów: publicznego, gospodarczego i społecznego.

Wdrażanie LSR ma na celu umożliwienie mieszkańcom terenów objętych strategią, realizację projektów z niej wynikających, które przyczynią się do poprawy jakości życia na obszarach wiejskich. W ramach wdrażania lokalnej strategii rozwoju są realizowane następujące działania:

- a) Różnicowanie w kierunku działalności nierolniczej.
- b) Tworzenie i rozwój mikroprzedsiębiorstw.
- c) Odnowa i rozwój wsi.
- d) Małe projekty.

**Stowarzyszenie „Wielkopolska Wschodnia”**  
**ul. Chopina 12**  
**62-511 Kramsk**  
**tel./faks 63 245 18 58**  
**e-mail: wielkopolska.wschodnia@wp.pl**  
**[www.wielkopolskawschodnia.pl](http://www.wielkopolskawschodnia.pl)**

# GMINA KRZYMÓW WŚRÓD LIDERÓW

Przez sześć ostatnich lat, gmina Krzymów odnotowała znaczny postęp w poziomie rozwoju gospodarczego. Nie byłoby to możliwe bez otwartej postawy władz i mieszkańców gminy — twierdzi w rozmowie z Pawłem Markowskim dr Artur Zimny, Dziekan Wydziału Społeczno-Technicznego Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Koninie.



Autorem badań jest dr Artur Zimny, dziekan Wydziału Społeczno-Technicznego PWSZ w Koninie

Jest pan autorem wielu badań, między innymi analizy, która miała pokazać rozwój gmin położonych wzdłuż autostrady A2: postęp, stagnacja czy regres? Jak długo prowadził pan prace badawcze?

— Badanie trwało kilka tygodni i polegało przede wszystkim na pobraniu danych statystycznych z Głównego Urzędu Statystycznego, z banku danych lokalnych. Objąłem nim dwadzieścia pięć wielkopolskich gmin, które leżą wzdłuż autostrady A2. Były to gminy, przez które autostrada przebiega lub od których granic do autostrady jest nie więcej niż pięć kilometrów.

Badanie obejmowało sześć lat. Dlaczego wybrał pan taką przestrzeń czasową?

— Ponieważ w lipcu 2006 roku został oddany do użytkowania odcinek autostrady Konin-Stryków. To spowodowało, że od tego właśnie roku mieliśmy autostradę przebiegającą przez niemal całą Wielkopolskę. Natomiast zakończenie badań na 2011 roku wynikało stąd, że nie ma jeszcze danych statystycznych za bieżący rok.

Jakie czynniki uwzględnił pan przy swojej pracy badawczej?

— W pierwszym etapie wytypowałem dziesięć zmiennych,

które zostały zredukowane. Zmienne, to czynniki mogące decydować o rozwoju gospodarczym gmin. Ostatecznie, po redukcji, zostały następujące elementy: ilość spółek handlowych z udziałem kapitału zagranicznego na tysiąc mieszkańców, osoby fizyczne prowadzące działalność na tysiąc mieszkańców w wieku produkcyjnym i zarejestrowani bezrobotni na tysiąc mieszkańców w wieku produkcyjnym. Są to trzy zmienne z obszaru „aktywność gospodarcza”. Kolejne trzy pochodziły z obszaru „kondycja finansowa gminy”. Były to: dochody budżetowe gminy w złotych na jednego mieszkańca, dochody gminy z udziałem w podatkach dochodowych w złotych na jednego mieszkańca i ostatnia – wydatki inwestycyjne gminy w złotych na jednego mieszkańca. Te sześć czynników zmiennych zadecydowały o pozycji poszczególnych gmin w latach 2005-2011.

Żeby badania jak najbardziej zobiektywizować, potrzebny był jakiś punkt odniesienia...

— Zgadza się. Żeby ustalić na ile sytuacja badanych gmin zmieniła się w ciągu ostatnich sześciu lat, wytypowałem wirtualną gminę, tak zwaną „przeciętną wielkopolską gminę”, czyli taką, która te sześć zmiennych miała na uśrednionym, wielkopolskim poziomie. I to, na ile sytuacja w badanych gminach się zmieniła, było odnoszone do tej „przeciętnej”.

Ostatecznie podzielił pan badane gminy na trzy kategorie.

— To prawda. Kategorie A, B i C. W pierwszej znalazły się gminy, które odnotowały postęp w rozwoju, w drugiej stagnację i w trzeciej — regres. Ponadto gminy pierwszej i ostatniej kategorii podzieliłem dodatkowo na gminy o znacznym i nieznacznym postępie oraz znacznym i nieznacznym regresie.

Jak w badaniach wypadła gmina Krzymów?

— Mogę powiedzieć wprost — świetnie! Dodam więcej, jest wręcz w doborowym towarzystwie, towarzystwie gminy Września, Kostrzyn i Buk. Krzymów odnotował według wyników moich badań znaczny postęp, jeśli chodzi o rozwój gospodarczy w latach 2005-2011. Chcę podkreślić, że zmiana sytuacji gospodarczej Krzymowa była porównywalna z sytuacją „przeciętnej wielkopolskiej gminy”, czyli okazało się, że Krzymów był w stanie przez sześć lat rozwinąć się szybciej niż ona.



W opracowaniu wzięto pod uwagę gminy, przez które przebiega autostrada A2

Przełożmy to na język zwykłego mieszkańca. Co w tych latach zmieniło się w naszej gminie?

— W tym czasie spadło bezrobocie, wzrosła liczba osób fizycznych prowadzących działalność gospodarczą, wzrosły wydatki inwestycyjne gminy, zwiększyły się dochody budżetowe gminy. Te wszystkie wskaźniki wzrosły w większym rozmiarze niż w „przeciętnej wielkopolskiej gminie”.

Czy można stwierdzić, że na udowodnienie przez pana rozwój gminy ma wpływ fragment przebiegającej przez nią autostrady?

— Nie pokusiłbym się na tak jednoznaczne stwierdzenie. Z pewnością przebiegająca przez gminę autostrada jej nie zaszkodziła. Takiej zależności nie da się zweryfikować za pomocą prostych narzędzi statystycznych. Przypomnę, że przedmiotem badania nie było ustalenie na ile sama autostrada wpłynęła na rozwój gminy, lecz to, na ile zmieniła się sytuacja gmin leżących przy autostradzie. Zresztą nie zapominajmy o jeszcze jednej ważnej sprawie. Lokalizacja przy autostradzie jest oczywiście ważna, ale kluczowe jest nastawienie władz samorządowych i mieszkańców wobec potencjalnych inwestorów. Życzę wszystkim mieszkańcom gminy Krzymów, aby w dalszym ciągu rozwijała się ona dynamicznie, prężnie i korzystała ze swojego położenia.  mar.

## MŁODZI RECYTATORZY SPOTKALI SIĘ W GŁODNIE

Wiersze znanych polskich poetów — między innymi Jana Brzechwy, Juliana Tuwima i Wisławy Szymborskiej recytowali uczestnicy II Powiatowego Konkursu Recytatorskiego. Odbył się on 22 listopada w Szkole Podstawowej w Głodnie.

Konkurs miał rangę powiatową, dlatego przystąpiło do niego czterdziestu uczniów m.in. z Budziszawia Kościelnego, Przyjmy, Żychlina, Goliny czy Kuchar Kościelnych. Naszą gminę reprezentowali recytatorzy z Brzeźna, Borowa, Głodna, Smólnika i Szczepidła.

Pomysłodawcą konkursów w Głodnie była przed laty nauczycielka tutejszej szkoły podstawowej, Małgorzata Pawłowska. Przez kilka lat miał on formę gminnych eliminacji, natomiast od dwóch lat ma rangę powiatową.

— W tym roku na nasze zaproszenie odpowiedziało dziesięć szkół z różnych stron powiatu. Każda z nich zgłosiła czterech swoich uczniów. Bardzo się z tego cieszymy, bo to świadczy o tym, że z roku na rok ranga konkursu jest coraz wyższa — twierdzi Małgorzata Pawłowska.

Swojego zadowolenia z dużego zainteresowania konkursem nie kryje Małgorzata Drygiel, dyrektor szkoły w Głodnie. Jak podkreśla, jest to ważne zwłaszcza w obliczu niedawnej reorganizacji gminnej oświaty, w wyniku której od września tego roku szkoła w Głodnie nie jest już placówką publiczną.

— Organizacja tak dużej imprezy jest możliwa tylko wtedy, gdy ma się przy sobie zespół dobrych organizatorów. Przed laty z pomysłem organizowania konkursów wyszła pani Małgorzata Pawłowska i to dzięki jej zaangażowaniu ta impreza ma obecnie tak rozbudowaną formę — powiedziała Małgorzata Drygiel.

Młodych recytatorów oceniali profesjonalne jury, w skład

którego weszli: Hanna Kubacka-Kujawińska, instruktor recytacji w Centrum Kultury i Sztuki w Koninie oraz Jacek Jackowicz – aktor Teatru im. Wojciecha Bogusławskiego w Kaliszu.

— Cieszy mnie to, że wiersze były różnorodne. Dzieci sięgnęły nie tylko po „oklepanego” Brzechwę czy Tuwima, ale także po ambitniejszą poezję takich autorów jak Groński, Hartwig czy Szymborska. Tu duży szacunek dla nauczycieli, którzy przygotowali uczestników konkursu. To na pewno zapoczątkuje u tych młodych ludzi w ich dorosłości — stwierdził Jacek Jackowicz.

Jurorzy przyznali nagrody w dwóch kategoriach wiekowych. W kategorii klas I-III tytuł Mistrza Recytacji wywalczyła Martyna Ratajczyk ze Szkoły Podstawowej w Przyjmy. Wicemistrzem został Mikołaj Czaja z SP w Głodnie, a Talentem Recytatorskim uznano Olę Gradecką z SP w Golinie. Wyróżnienie w tej kategorii przypadło Bartoszowi Budziakowi z SP w Budziszawiu Kościelnym.

Mistrzem Recytacji w kategorii klas IV-VI została Dominika Grobelna z SP w Przyjmy, Wicemistrzem Natalia Frątczak z SP w Głodnie, Talentem Recytatorskim Kalina Czop z Zespołu Szkół w Brzeźnie. Wyróżnienia natomiast powędrowały do Julii Bachery z SP w Kucharach Kościelnych, Alicji Pikowskiej z ZS w Brzeźnie oraz Martyny Kudlewskiej z SP w Golinie.

Fundatorami nagród w konkursie byli: Starostwo Powiatowe w Koninie, Urząd Gminy w Krzymowie, Centrum Kultury



Jurorzy udzieliли uczestnikom konkursu cennych wskazówek w zakresie recytacji

i Sztuki w Koninie, Urząd Miasta Konina, Stowarzyszenie Edukacyjne „Aktywni Rodzice” w Głodnie, Małgorzata Drygiel oraz Małgorzata Pawłowska. Współorganizatorem imprezy był Gminny Ośrodek Kultury w Brzeźnie.  KK

# STRAŻACY Z BRZEŻNA MAJĄ NOWY WÓZ

**Strażacy z Brzeźna otrzymali z Komendy Miejskiej Państwowej Straży Pożarnej w Koninie samochód ratownictwa technicznego.**

Uroczyste poświęcenie i przekazanie do służby specjalistycznego Star-MAN'a odbyło się 16 listopada na placu przed Gminnym Ośrodkiem Kultury w Brzeźnie. Uczestniczyli w nim między innymi nadbrygadier Wojciech Mendelak – Wielkopolski Komendant Wojewódzki PSP i brygadier mgr inż. Błażej Rakowski – Komendant Miejski Państwowej Straży Pożarnej w Koninie.



Przybyłych gości przywitał Andrzej Frątczak, prezes OSP Brzeźno

— Dzięki ich pomocy udało się nam pozyskać ten samochód — powiedział Andrzej Frątczak, prezes OSP w Brzeźnie.

Ale decyzja o przekazaniu pojazdu dla strażaków z Brzeźna została podjęta przede wszystkim z powodów merytorycznych.

— Jednostka jest w takim miejscu, gdzie mamy autostradę i drogę krajową 92. Przypomnę, że OSP Brzeźno, według nowych zasad, określonych przez komendanta głównego, ma przypisaną specjalizację ratownictwa drogowego, w związku z tym, jest to niezbędny sprzęt do wykonywania tych obowiązków — powiedział Błażej Rakowski.

Komendant wojewódzki dostrzega dynamiczne zmiany zachodzące w ochotniczych strażach pożarnych. Jednostki są nie tylko coraz nowocześniejsze, ale też coraz bardziej profesjo-



Poświęcenia wozu dokonał proboszcz parafii w Brzeźnie, ks. kan. Andrzej Walczak

nalnie przygotowane do służby, stając się niezwykle ważnym partnerem dla strażaków zawodowych.

— To dotyczy przede wszystkim jednostek należących do Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego. W Wielkopolsce jest ich trzysta dwadzieścia pięć. Są one wyposażone w znormalizowany sprzęt, odpowiednią liczbę wyszkolonych ludzi i zaczynają się specjalizować w określonych działaniach ratowniczych.



W uroczystościach wzięło udział kilkudziesięciu zaproszonych gości

Dlatego granica między zawodowcami a wyspecjalizowanymi ochotnikami staje się coraz cieńsza — powiedział nadbrygadier Wojciech Mendelak, Wielkopolski Komendant Wojewódzki PSP.

Pojazd, który trafił do Brzeźna ma dziesięć lat, wcześniej wykorzystywali go do służby strażacy z Konina. Na razie nie jest wyposażony w sprzęt do ratownictwa drogowego, ale...



Nowy nabytek OSP Brzeźno – wóz bojowy marki Star-MAN

— Podjęliśmy już konkretne kroki w celu zdobycia odpowiednich urządzeń. Dzięki dotacji jeszcze w tym roku kupimy nożyce hydrauliczne. Poza tym chcemy przełożyć do „nowego” samochodu część sprzętu, który do tej pory stanowił wyposażenie Berlieta, służącego nam jako wóz ratownictwa technicznego — dodaje Andrzej Frątczak.

I tak, do nowego samochodu trafią będące już w jednost-

ce nożyce hydrauliczne, agregat prądotwórczy i część węży. W Berlietcie zostanie tylko sprzęt gaśniczy.

Uroczystość przekazania samochodu poprowadziła Urszula Kucharska, dyrektor Zespołu Szkół w Brzeźnie, a dowódcą ceremonii był komendant gminny OSP Julian Tomicki. Wśród gości, poza już wymienionymi, znaleźli się starosta Małgorzata Wszak, wójt Tadeusz Jankowski, zastępca wójta Roman Gę-



Uroczystości zakończył poczęstunek w sali widowiskowej Gminnego Ośrodka Kultury



ziak, przedstawiciele rady powiatu i rady gminy, przedstawiciele gminnych organizacji pozarządowych i instytucji kultury. Nie zabrakło także druhów z zaprzyjaźnionych jednostek OSP.

Wóz ratownictwa technicznego poświęcił proboszcz parafii w Brzeźnie, ksiądz kanonik Andrzej Walczak. Uroczystość uświetniła orkiestra dęta ze Rzgowa, pod batutą Mirosława Paczeńskiego i mar.

# ODDALIŚMY HOŁD POLEGŁYM

**Gminne obchody Święta Niepodległości rozpoczęła uroczysta Msza święta w kościele parafialnym w Krzymowie. W homilii ks. Ireneusz Mrowicki przypomniał ogromną wartość wolności, która – zdaniem kaznodziei – jest ogromnym zadaniem i wyzwaniem, także dla współczesnych pokoleń Polaków.**

— Nasza Ojczyzna przechodziła w historii różnoraki przeobrażenia. Ale patriotyzm powinien stać na straży godności naszego narodu nieustannie. Strzec jego kultury, obyczajów, słowem: dziedzictwa naszych ojców. Współcześnie jednak patriotyzm ukazywany jest jako coś, od czego trzeba jak najdalej odejść. Powinniśmy natomiast pamiętać, że jest on jednym z najważniejszych obowiązków każdego z nas. Nie bez znaczenia jest także to, gdzie się wychowujemy, jakie czytamy książki, jakiej słuchamy muzyki i jakie mamy życiowe wartości — powiedział ks. Ireneusz Mrowicki.



Władze gminy Krzymów złożyły kwiaty i znicze na grobie w Turach

W Eucharystii sprawowanej w intencji poległych za Ojczyznę udział wzięły delegacje samorządowców, harcerzy, myśliwych, a także poczty sztandarowe jednostek OSP z terenu gminy oraz licznie przybyli mieszkańcy.

Pod koniec Mszy św. dokonano odznaczenia mieszkańca naszej gminy, płk. Jarosława Przybyła, któremu prezydent Bronisław Komorowski przyznał Srebrny Krzyż Zasługi za długoletnią służbę wojskową.

Po nabożeństwie młodzież z Zespołu Szkół w Krzymowie zaprezentowała program słowno-muzyczny, na który złożyły się między innymi patriotyczne wiersze i piosenki z czasów walk o niepodległość.

Uczestnicy uroczystości, tradycyjnie już, przeszli na krzymowski cmentarz, gdzie pod Pomnikiem Nieznanego Żołnierza złożono kwiaty i znicze. Na koniec myśliwi oddali



Płk. Jarosław Przybyła został odznaczony Srebrnym Krzyżem zasługi

salwę na cześć poległych w obronie Ojczyzny.

Ważnym punktem gminnych obchodów Święta Niepodległości był przejazd do miejscowości Tury w gminie Kościelec. Znajduje się tam zbiorowy grób trzydziestu pięciu polskich żołnierzy rozstrzelanych przez hitlerowców 27 lutego 1943 r. Tam również samorządowcy, harcerze, uczniowie i strażacy z obu gmin złożyli znicze i wiązanki kwiatów.

— Chciałbym podziękować księdzu proboszczowi Ireneuszowi Mrowickiemu, pomysłodawcy i organizatorowi tych wspólnych dla naszych gmin obchodów. Słowa podziękowań



Mszę św. w intencji poległych odprowadził ks. Ireneusz Mrowicki, proboszcz parafii Krzymów



Po Eucharystii młodzież przedstawiła program słowno-muzyczny



Myśliwi na cześć poległych oddali salwę honorową

należą się również Janowi Czai, który był inicjatorem spotkań tutaj w Turach. Najbardziej cieszy jednak obecność tak dużej liczby młodzieży, która przybyła tu wraz z opiekunami. To bardzo ważne, bo przecież w dzisiejszych czasach należy zadbać o patriotyczne wychowanie młodego pokolenia — powiedział po uroczystości Tadeusz Jankowski, Wójt Gminy Krzymów.

Warto dodać, że po raz pierwszy w obchodach Święta 11 Listopada uczestniczyła grupa rekonstrukcyjna, która prowadziła pochód zarówno w Krzymowie jak i w Turach. Tworzą



Mogila w Turach kryje szczątki trzydziestu pięciu polskich żołnierzy rozstrzelanych przez hitlerowców



Po raz pierwszy w uroczystościach udział wzięła grupa rekonstrukcyjna

ją pasjonaci zrzeszeni w lokalnych klubach motocyklowych. Grupa dysponuje oryginalnymi strojami żołnierzy z czasów drugiej wojny światowej, a także stylizowanymi na tamte czasy motocyklami. Pomysłodawcą jej utworzenia był Jan Czaja.

Danuta Mazur, Przewodnicząca Rady Gminy Krzymów, w swoim przemówieniu podkreśliła, jak ważna jest — a raczej: powinna być — pamięć o tych, którzy zginęli walcząc o niepodległość Polski.

— Jest to niezwykle lekcja patriotyzmu, którą musimy przekazywać dalej, zwłaszcza młodym pokoleniom. Mamy być autorytetami, na których młodzież i my sami będziemy się wspierać. Chciałabym wszystkim nam życzyć Polski, w której każdy z nas będzie mógł spełniać swoje marzenia — powiedziała Danuta Mazur i KK

REKLAMA

wejdź na **www.krzymow.pl!**

**Słuchaj wywiadów w formie audio**

**oglądaj galerię zdjęć z gminnych wydarzeń**

**czytaj „Wiadomości Gminy Krzymów” online**

**słuchaj Ale!RADIA**



**WIESZ COŚ O CZYM NIE WIEMY? DAJ ZNAĆ. POWIEMY INNYM.**

redakcja - tel. **601 633 843**

## HAFT OCALONY OD ZAPOMNIENIA

Warsztaty tradycyjnego rzemiosła i rękodzieła w zakresie haftowania zorganizowało stowarzyszenie Wielkopolska Wschodnia.

Zajęcia odbywały się na terenie trzech wybranych gmin należących do stowarzyszenia — Grzegorzew, Kramsk i Krzymów. W naszej gminie zostały one przeprowadzone 20 i 21 listopada w Gminnym Ośrodku Kultury w Brzeźnie.

— *Celem tego przedsięwzięcia jest kultywowanie i promocja wiejskich tradycji i obrzędów; promocja dawnych zawodów, rzemiosła oraz troska o lokalny dorobek kulturalny* — powiedział Marcin Kaliszak z biura Stowarzyszenia Wielkopolska Wschodnia w Kramsku.



Uczestniczki warsztatów poznały wiele technik haftu

Warsztaty adresowane były do wszystkich osób, które są tą tematyką zainteresowane. Jednak organizatorzy najbardziej liczyli na młodszych mieszkańców, chcąc, by zapoznali się w praktyczny sposób z wiejską spuścizną kulturową.

— *Żeby takie profesje jak hafciarka nie były już określane mianem ginących zawodów, lecz miały swoich kontynuatorów* — dodał Marcin Kaliszak.

Warsztaty zostały sfinansowane z Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich a prowadziła je Marta Libiszowska-Jóźwiak, etnodizajnerka i instruktorka rękodzieła artystycznego z Łodzi.

— *Panie z Brzeźna wyszły z konkretną propozycją warsztatów nauki haftu krzyżkowego, czyli bardzo tradycyjnej techniki oraz prosiły o soutage, czyli technikę polegającą na opłatanii i obisywaniu biżuterii taśmami jedwabnymi lub wiskozowymi, tworząc orientalne wzory. Im bogatsze, tym piękniejsze. Trzecią techniką były koronki frywolitkowe, czyli bardzo precyzyjna i delikatna technika związana z koronkarstwem* — powiedziała Marta Libiszowska-Jóźwiak.

Jedynym w Polsce miejscem, które pozwala na głębokie, naukowe i praktyczne poznanie tradycyjnych zawodów hafciarki i koronkarki jest Uniwersytet Ludowy Rzemio-



fol. K. Kędziora (x3)

W dwudniowym szkoleniu wzięło udział blisko dwadzieścia par



Dwudniowe warsztaty poprowadziła Marta Libiszowska-Jóźwiak

śła Artystycznego w Woli Sękowej. O ile nadal mamy dużo fryzjerów, krawców, szewców, o tyle zawód hafciarki jest na tym tle zawodem zanikającym.

Wartością dodaną przeprowadzonego szkolenia była integracja.

— *Duże wrażenie robi na mnie niesamowita energia, która wytwarza się podczas spotkania. Panie wymieniają się doświadczeniami, dyskutują, śmieją się, pomagają sobie w różnych problemach życiowych. Są razem. I to można robić w gronie kobiet, ale można też robić to w domu, w rodzinie z dziećmi, mężem, wnukami. Rodzina siada razem przy stole zamiast kłócić się o to, jaki program, czy film obejrzeć w telewizji* — dodaje Marta Libiszowska-Jóźwiak

Zajęcia w Brzeźnie trwały dwa dni, a uczestniczyło w nich osiemnaście par. Gwarantuje to, że zawód hafciarki w gminie Krzymów na pewno nie zostanie uznany za ginący. mar.

## NAGRYWAJĄ SŁUCHOWISKO

W studiu gminnej rozgłośni internetowej „Ale!RADIO” powstaje słuchowisko z udziałem uczniów Zespołu Szkół w Brzeźnie oraz Szkoły Podstawowej w Głodnie.

Inicjatorką projektu jest nauczycielka obu tych szkół, Małgorzata Pawłowska.

— *Każdy z nas ma jakieś swoje pasje. Moją od zawsze była recytacja i aktorstwo. Młodzież, którą się opiekuje, posiada już doświadczenia z udziału między innymi w konkursach recytatorskich. Słuchowisko to jednak zupełnie inna sfera, w której ważne są umiejętności aktorskie, a treści i towarzyszące im emocje mogą zostać oddane jedynie poprzez głos. Jest to zatem nie lada wyzwanie zarówno dla mnie, jak i moich podopiecznych* — twierdzi Małgorzata Pawłowska.

Nagrania prowadzone są w studiu Ale!RADIA. Młodzież bardzo ambitnie podeszła do tematu, dlatego nie ma większych problemów z przedstawieniem się na pracę z mikrofonem, która ma swoją określoną specyfikę. Zarówno dzieci z Brzeźna jak i z Głodna nagrywają osobne słuchowiska, ale wspólnym motywem są tutaj bajki dla najmłodszych dzieci. Po nagraniu materiał dźwiękowy jest poddawany montażowi i tzw. masteringowi, a wcześniej miksowany jest z muzyką i tłem dźwiękowym. Słuchowiska, podzielone na odcinki, będzie można usłyszeć już w grudniu na antenie Ale!RADIA.

— *Są to krótkie teksty, dlatego jest łatwiej. Ale bez pomocy*



Nagrania odbywają się w studiu Ale!RADIA w Gminnym Ośrodku Kultury w Brzeźnie

specjalistów nie dalibyśmy sobie rady z nagraniami. W akcję zaangażował się Gminny Ośrodek Kultury, który zaprosił nas do swojego studia — dodaje Małgorzata Pawłowska.

Inicjatorka projektu zaznacza, że na nagraniu słuchowiska praca dzieci z mikrofonem się nie zakończy.

— *Być może już wkrótce przystąpimy do nagrania audio-booka. Jest to coraz popularniejszy nośnik, dlatego chyba*



fol. K. Kędziora (x2)

Dzieci ze szkoły w Głodnie spotykają się co tydzień na zajęciach koła recytatorskiego

warto się nad tym pomysłem zastanowić. W tych naszych działaniach pomogła nam bardzo szkoła w Brzeźnie, dzięki której ukończyłam tzw. kurs mikrofonowy oraz nawiązałam wiele znajomości, tak więc być może uda nam się rozszerzyć naszą pracę poza obszar naszej gminy. Dzieci są bardzo chętne, co jest bardzo dobrą wróżką — powiedziała Małgorzata Pawłowska. mar.



Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

## SZLIFOWANIE TALENTÓW W RAMACH LEADER SCHOOL

Gmina Krzymów jako partner konińskiej szkoły Leader School bierze udział w unijnym projekcie „Akademia talentów”, współfinansowanym ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

By mogły zostać wyrównane szanse edukacyjne uczniów z grup o utrudnionym dostępie do edukacji oraz zmniejszone różnice w jakości usług edukacyjnych, zgodnie w wytycznymi zapisanymi w poddziale 9.1.2 w priorytecie IX POKL, dyrekcje Szkół Podstawowych w Krzymowie, Szczepidle i Brzeźnie zdecydowały się zachęcić swoich wychowanków i przeprowadzić rekrutację do projektu, którego nadzrędnym celem jest wsparcie placówek oświatowych i zwiększenie ilości godzin pozalekcyjnych. Ma to niebagatelne znaczenie w przypadku uczniów szkół wiejskich.

Od listopada dzieci uczestniczą w szeregu ciekawych zajęć, prowadzonych nowoczesnymi metodami, m.in. z języka angielskiego, informatyki, matematyki, ekspresji kulturalnej, przedsiębiorczości, przyrody. Dla uczniów, którym nauka sprawia kłopoty, realizowane są dodatkowe zajęcia dydaktyczno — wyrównawcze, logopedyczne oraz specjalistyczne korekcyjno — kompensacyjne. Ponadto, w związku z projektem podnoszone są kwalifikacje kadry pedagogicznej. Dla nauczycieli przewidziano szkolenia z nowoczesnych

metod nauczania, co z pewnością wpłynie na ogólną jakość poziomu nauczania w szkołach.

— *Uczniowie biorą udział w zajęciach o tematyce zgodnej z programem nauczania, ale z zastosowaniem metod innowacyjnych, zwiększających efektywność przyswajania wiedzy* — zapewnia koordynator projektu i dyrektor szkoły Leader School, Alina Błaszczuk.

Wymierną korzyścią dla szkół jest wzbogacenie placówek w szereg nowoczesnych pomocy dydaktycznych, sprzętu multimedialnego w tym laptopów, kamer z osprzętem, mikrofonów, dyktafonów, materiałów szkolno - plastycznych. Do szkół trafią liczne gry edukacyjne, podręczniki, kostiumy do teatryków, pendrive'y, przyrządy meteorologiczne, stacje pogody, obserwatoria glebowe, deszczomierze, lornetki, lupy, kompasy, kalkulatory i inne. Takie zakupy często wykraczają poza możliwości finansowe budżetu przeznaczonego na rozwój oświaty w małych miejscowościach.

Wierzmy, że działania podjęte w ramach projektu przyniosą owoce. I talent młodych ludzi oraz ich pra-

**Tytuł projektu:**

**„Akademia talentów”**

**Okres realizacji projektu:**  
od 01.10.2012 r. do 31.07.2013 r.

**Obszar realizacji projektu:**

- Województwo Wielkopolskie
- Powiat koniński
- Gmina Krzymów
- SP Brzeźno, SP Krzymów, SP Szczepidło

**Beneficjent:**  
Leader School Konin  
Alina Błaszczuk

**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚĆ

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Projekt **„Akademia talentów”**

Poddziałanie 9.1.2 Wyrównywanie szans edukacyjnych uczniów z grup o utrudnionym dostępie do edukacji oraz zmniejszanie różnic w jakości usług edukacyjnych.

**W ramach projektu będą realizowane następujące zadania:**

- przeszkolenie kadry pedagogicznej z nowoczesnych metod nauczania języka polskiego, języka angielskiego, efektywnej nauki, rozpoznawania i rozwijania talentów uczniów;
- organizacja zajęć pozalekcyjnych dla uczniów z j. polskiego, j. angielskiego, efektywnej nauki, informatyki, przyrody, matematyki, ekspresji kulturalnej;
- organizacja zajęć dydaktyczno-wyrównawczych dla uczniów z trudnościami w nauce j. polskiego i matematyki;
- organizacja specjalistycznych zajęć logopedycznych, korekcyjno-kompensacyjnych oraz doradztwa i opieki pedagogiczno-psychologicznej dla uczniów;
- uczniowie gimnazjum w Strzałkowie będą objęci doradztwem edukacyjno-zawodowym w formie zajęć indywidualnych, a także zostanie dla nich uruchomiony Szkolny Ośrodek Karier, w którym działania będą skierowane zwłaszcza do uczniów o specjalnych potrzebach edukacyjnych oraz uczniów zdolnych.

**UDZIAŁ W PROJEKcie JEST BEZPŁATNY**

Gmina Krzymów  
Partner I

Gimnazjum im. Janusza Korczaka  
w Strzałkowie  
Partner I

**LEADER SCHOOL**  
Leader School Konin Alina Błaszczuk  
Leader I

UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



cowitość przerodzi się w sukces. Trafne dywagacje w tej materii snuł irlandzki prozaik, George Bernard Shaw, zastanawiając się retorycznie: co jest ważniejsze dla sukcesu: talent czy pracowitość? A co ważniejsze w rowerze: przednie czy tylne koło? Życzymy, by społeczność uczniowska z terenu gminy Krzymów dysponowała kompletem „koł” — talentem popartym pracowitością.

**KONKURS FOTOGRAFICZNY**

Stowarzyszenie Na rzecz Sportu, Rekreacji, Turystyki i Ochrony Środowiska „PLATAN”

ogłasza konkurs fotograficzny dla uczniów szkół podstawowych i gimnazjalnych z terenu Gminy Krzymów.

Prace należy nadsyłać na adres:  
zielony\_platan2konkurs@op.pl  
od 15.12.2012 do 15.03.2013

Rozstrzygnięcie konkursu:  
29.03.2013  
wrećnienie nagród:  
30.03.2013

Regulamin konkursu i formularz zgłoszeniowy do pobrania na stronie:  
[www.stowarzyszenie-platan.org.pl](http://www.stowarzyszenie-platan.org.pl)

organizatorzy: Gmina Krzymów, GOK w Brzeźnie, Międzygminny Ośrodek Kultury w Brzeźnie, OSP w Brzeźnie, Restauracja „Dobry Smak”, Fajerya, Ale!RADIO, Wielkopolska, LMD

Wsporganizatorzy: Gmina Krzymów, GOK w Brzeźnie, Międzygminny Ośrodek Kultury w Brzeźnie, OSP w Brzeźnie, Restauracja „Dobry Smak”, Fajerya, Ale!RADIO, Wielkopolska, LMD

patronat medialny: Gmina Krzymów, GOK w Brzeźnie, Międzygminny Ośrodek Kultury w Brzeźnie, OSP w Brzeźnie, Restauracja „Dobry Smak”, Fajerya, Ale!RADIO, Wielkopolska, LMD

## SKŁAD OPAŁOWY „U JARKA”

Oferuje:

- węgiel** – kostka, orzech, groszek, eko-groszek (polski i rosyjski), brunatny **miał** – wysoko oraz niskokaloryczny **brykiet** – rekord (niemiecki)
- pelet** – nowość do pieców z podajnikiem ślimakowym lub tłokowym

**TRANSPORT NA TERENIE GMINY KRZYMÓW GRATIS!**  
Prowadzimy sprzedaż ratalną.

**Jarosław Czerniejewski,**  
**Brzeźno, ul. Miodowa 19**  
**tel. 63 241 42 44**  
**501 120 082**  
**ZAPRASZAMY!**

## TRZY PUNKTY NA ZAMKNIĘCIE SEZONU

Mimo zwycięstwa w ostatnim meczu, końcówka rundy jesiennej nie ułożyła się najlepiej dla Czarnych Brzeźno.

Wyjazdowe spotkanie z liderem tabeli przyniosło drużynie z Brzeźna bolesną porażkę 0:4.

— *Graliśmy wtedy trochę kombinowanym składem w obronie. Wystąpili obrońcy, którzy wyszli z ławki rezerwowych, praktycznie bez treningu. Brakowało pauzującego za czerwoną kartkę Artura Młodziniaka, brakowało Deywida Grabowskiego i Mateusza Maczulisa* — powiedział Zbigniew Biernacki, trener Czarnych Brzeźno.

Mimo wszystko mecz mógł się podobać. Przyniósł dużo dynamicznych akcji, chociaż w pierwszych kilkudziesięciu minutach meczu Czarni stracili trzy bramki i na pewno nie odczuwali psychicznego komfortu. W drugiej połowie, po wejściu na boisko Michała Olaszewskiego, gra się znacznie poprawiła. Drużynie z Brzeźna nie udało się jednak strze-

lić nawet kontaktowej bramki. Nie udało się też mecz 11 listopada. Czarni przegrali przed własną publicznością 2:4 z GKS Olszówka. Optymistyczny akcent pojawił się dopiero w ostatnim spotkaniu rundy jesiennej, na wyjeździe drużyna Zbigniewa Biernackiego pokonała Fanclub Dąbroszyn 1:3.

— *Zegraliśmy twardo i agresywnie. Świetne spotkanie rozegrał Deywid Grabowski, zresztą widać było, że ta gra zaczyna się od obrony: przytrzymanie piłki, rozegranie, wyprowadzenie akcji i skończyło się sukcesem* — powiedział Zbigniew Biernacki.

Runda jesienna była dla Czarnych Brzeźno bardzo dynamiczna. Drużyna była na pierwszym miejscu tabeli, by w końcu znaleźć się na piątym z dorobkiem dwudziestu

dwóch punktów.

— *Zaczęliśmy niefortunnie, ale grając dobrą piłkę. Najbardziej szkoda mi pierwszych dwóch meczy, podczas których straciliśmy trzy punkty z Basztą Przedecz i dwa z Wartą Rumini. Oba były na równym poziomie, a straty ponieśliśmy w ostatnich minutach spotkań. Mam nadzieję, że na wiosnę chłopcy się zmotywują i podejmiemy walkę o miejsca premiowane do A klasy* — powiedział trener Czarnych Brzeźno.

Działacze klubu, zawodnicy, samorządowcy i sponsorzy podsumowali rundę jesienną na spotkaniu w restauracji „Biesiadna” w Brzeźnie 1 mar.

## DRAMATYCZNY KONIEC RUNDY

W listopadzie Warta Krzymów rozegrała dwa mecze kończące rundę jesienną. Oba przyniosły drużynie komplety punktów.

W czternastej kolejce podejmowaliśmy drużynę z Władysławowa. Znicz nie jest co prawda w czołówce tabeli, ale potrafi zaskakiwać, o czym świadczy choćby remis z liderem, czy też wygrana z wiceliderem. Władysławów — jak pokazuje historia dotychczasowych spotkań — nie ma jednak szczęścia do Warty (trzy ostatnie spotkania, to nasze zwycięstwa).

Początek meczu nie zapowiadał prawie sensacyjnego jego zakończenia. Pierwsza połowa przebiegała przy dobrej, wyrównanej grze, chyba nawet przy lekkiej przewadze gości. W trakcie meczu Warta zaczęła się „rozkręcać” i powoli przejmować inicjatywę na boisku. Jednak dobra obrona gości, polegająca na grze w linii i częstym „lapaniu” nas na spalonym nie pozwalała przez długi czas wyjść Warcie na prowadzenie. W drugiej części, przy wyniku 2:1, dwie bardzo groźne akcje przeprowadzili goście. W piętnastej i dwudziestej minucie gry, mogły się zmienić losy tego spotkania.

Druga połowa meczu, szczególnie po wejściu Alberta, to już właściwie nasza dominacja na boisku; dobra gra piłką, wyprzedzanie akcji, skuteczność napastników. Prowadzony sposób gry zmęczył podłamanych naszą przewagą przeciwników, pozwolił na zdobycie kolejnych bramek i doprowadził do kolejnego — spektakularnego zwycięstwa.

Wielkie uznanie dla trenera Sylwina Donarta, który — nie po raz pierwszy — okazał się doskonałym taktikiem, nazywanym (chyba słusznie) „mistrzem II połowy”.

Ostatni mecz jesiennej kolejki był chyba najbardziej dramatycznym z występów Warty Krzymów w lidze okręgowej. Początek pierwszej połowy przebiegał wyraźnie pod „dyktando” Warty; bardzo dobra gra naszych zawodników, szybkość, wyprzedzanie przeciwnika i niekonwencjonalne zagrania powodowały, że gospodarze na boisku prawie nie istnieli. Gra naszej drużyny zaowocowała wynikiem 2:0 już w 13. minucie meczu. Wydawało się, że kolejne bramki i kolejny, spektakularny sukces Warty, to tylko kwestia czasu. Nic bardziej mylnego; Górnik Kłodawa, to stary „wyjadacz” z okręgówki i potrafił znaleźć sposób na naszych zawodników. Były nim przewaga fizyczna i brutalna gra, często wykraczająca daleko poza granice faulu.

Druga połowa meczu przypominała prawdziwy horror, którego apogeum była bardzo poważna kontuzja Kamila, po której nasz bramkarz trafił do szpitala. Półgodzinna przerwa w meczu, po której gospodarze złapali „drugi oddech”, niemalże zadecydowała o wyniku spotkania. Piłkarzom z Krzymowa

mowa wyraźnie „siedział” w głowie wypadek Kamila, co skwapliwie próbowali wykorzystać Kłodawianie. Zdobyta przez nich po półgodzinnym odpoczynku bramka (po zmianie naszego bramkarza) dodała im skrzydeł i zaczęło się robić nieciekawie. Gospodarze próbowali wrzutów górnych piłek na pole karne z dalszej odległości, co przy przewadze wzrostu ich zawodników, powodowało częste zagrożenie dla naszej bramki.

Było to trudne i pełne dramatycznych zwrotów spotkanie, w którym Warta — po raz kolejny — zdała egzamin i wróciła do domu z trzema punktami. Heroiczna walka aż do końca spotkania to jeden z atutów naszej drużyny, który tym razem chyba zadecydował o jego wyniku. Rundę jesienną kończymy na trzecim miejscu tabeli klasy okręgowej.

Szczegółne podziękowania dla trzynastego zawodnika, czyli najwierniejszych kibiców Warty za wspieranie doping, szczególnie w momentach, kiedy zawodnicy Warty tego najbardziej potrzebują 1 Piotr Górski

PS. Kamil wraca do zdrowia.

MATERIAŁ PROMOCYJNY

**termin rozgrywek:  
14-16 grudnia 2012**

**I TURNIEJ  
TENISA  
STOŁOWEGO  
GMINY KRZYMÓW**

regulamin i formularz  
zgłoszeniowy do turnieju na:  
[www.stowarzyszenie-platan.org.pl](http://www.stowarzyszenie-platan.org.pl)

**III GMINNY  
MARSZ POKOLEŃ**

**STOWARZYSZENIE NA RZECZ SPORTU,  
REKREACJI, TURYSTYKI I OCHRONY  
ŚRODOWISKA „PLATAN” W BRZEŹNIE**

**Firma METREX produkująca  
żaluzje i rolety funduje  
30% KUPONY RABATOWE**

**ma zaszczyt zaprosić**  
wszystkich miłośników pieszych wędrowek z kijkami  
i „nie tylko” do wzięcia udziału w kolejnym,  
Gminnym Marszu Pokoleń podczas, którego  
przewidziany jest:  
- konkurs przyrodniczy dla dzieci i młodzieży,  
- posiłek regeneracyjny (grochówka wojskowa),  
- upominek dla najmłodszego i najstarszego uczestnika marszu,  
- słodki poczęstunek dla dzieci  
- kawa i herbata  
- emblematy i gadzety odblaskowe dla wszystkich uczestników

Spotkanie uczestników zaplanowaliśmy na  
**01.12.2012 r. tj. sobota  
godz. 10:00**  
przy siedzibie stowarzyszenia  
(budynek GOK, Brzeźno, ul. Główna 70A)

patronat honorowy  
nad imprezą sprawuje:  
**Wójt Gminy Krzymów**

organizator:  
Stowarzyszenie Na Rzecz Sportu, Rekreacji,  
Turystyki i Ochrony Środowiska „PLATAN”

Szczegółowe informacje  
pod nr. tel. 503 322 705 p. Leszek Staszak.  
Regulamin dostępny na [www.stowarzyszenie-platan.org.pl](http://www.stowarzyszenie-platan.org.pl)

## HOKEJ BEZ ŁYŻEW

Dziewczęta i chłopcy ze szkół podstawowych oraz gimnazjów rywalizowali na mistrzostwach gminy Krzymów w unihokeju.

Wzięły w nich udział szkoły publiczne, czyli placówki ze Szczepidła, Paprotni, Brzeźna i Krzymowa. Holdując zasadzie „panie mają pierwszeństwo”, jako pierwsze w sali sportowej Zespołu Szkół w Brzeźnie spotkały się dziewczyny.

— *Te zawody każdego roku cieszą się dużym zainteresowaniem. Unihokej przestaje być w naszej gminie sportem niszowym, cieszy się coraz większym zainteresowaniem dzieci i młodzieży, ponieważ mogą w nim wyzwoić dużo energii. Wszak*

*unihokej wymaga ostrej, pressingowej gry, podczas której trwa walka o każdy metr boiska* — mówi Zbigniew Biernacki, nauczyciel wychowania fizycznego w ZS w Brzeźnie.

Zawody w kategorii dziewcząt szkół podstawowych zakończyły się zwycięstwem reprezentantek Brzeźna. Awansowały one do mistrzostw powiatowych, które odbędą się 31 stycznia w Budziszewie Kościelnym. Pozostałe miejsca zajęły unihokeistki z Paprotni, Krzymowa i Szczepidła. Gimnazja naszej gminy

będzie reprezentować drużyna z Krzymowa.

Chłopcy zagraли 24 listopada. Wśród męskich drużyn szkół podstawowych tryumfowała reprezentacja Brzeźna, drugie miejsce zajęła drużyna z Krzymowa, trzecie z Paprotni i czwarte ze Szczepidła.

W kategorii gimnazjów najlepsi byli zawodnicy z Krzymowa 1 mar.

## CO SŁYCHAĆ W BOROWIE I SMÓLNIKU?

**Pasowanie na przedszkolaka**

Trzydzieścioro dzieci ze szkół w Borowie i Smólniku zostało pasowanych na przedszkolaków. Przypomnijmy, że od września tego roku placówki te są szkołami niepublicznymi, a prowadzi je Stowarzyszenie „Uśmiechnięta Szkoła”.



Pamiątkowe zdjęcie przedszkolaków oraz ich wychowawczyń

Dzień pasowania na przedszkolaka był niewątpliwie ważnym wydarzeniem w życiu dzieci, ponieważ po raz pierwszy wystąpili oni przed publicznością, którą stanowili rodzice oraz zaproszeni goście. Maluchy zaprezentowały program artystyczny, w którym śpiewały piosenki, tańczyły oraz recytowały wiersze.

Głównym punktem uroczystości było złożenie ślubowania. Następnie każde dziecko zostało pasowane na przedszkolaka ogromnym ołówkiem przez dyrektora szkoły. Następnie na świeżo upieczonych przedszkolaków czekał słodki poczęstunek przygotowany przez rodziców. Dzieci dostały również pamiątkowe dyplomy, słodycze oraz upominki, ufundowane przez Stowarzyszenie „Uśmiechnięta Szkoła” oraz wychowawczynie oddziału przedszkolnego.

**Poznawali historię**

Drugim ważnym wydarzeniem w życiu szkół w Borowie i Smólniku, był uroczysty apel z okazji Święta Niepodległości. Odbył się on 12 listopada. Uczniowie oddali hołd poległym za wolność Ojczyzny. Uroczystości



Uczniowie szkół w Borowie i Smólniku przygotowali program z okazji Święta Niepodległości

miały charakter swoistej lekcji historii, z której dzieci dowiedziały się o przebiegu walk narodowowyzwoleńskich i trudnej drodze Polaków do niepodległości 1 KK

REKLAMA

śłuchaj na  
**www.krzymow.pl**

**Ale! RADIO**

Internetowe Radio Gminy Krzymów

**NASZE SPRAWY**  
rozmowy z mieszkańcami i samorządowcami  
**od poniedziałku do piątku, godz.  
10:00, 12:00, 14:00, 16:00, 18:00, 20:00 i 21:00**

**TO BYŁ TYDZIEŃ**  
podsumowanie wydarzeń w gminie i regionie  
**sobota, godz. 14:00 i 19:00  
niedziela, godz. 13:00**

**PEŁNA KULTURA**  
**środa, godz. 19:00**

**MÓWIMY O TOBIE  
GRAMY DLA CIEBIE!**

BEZPŁATNY MIESIĘCZNIK GMINY KRZYMÓW

ISSN 2084-9273

**WIADOMOŚCI  
Gminy Krzymów**

**WYDAWCA:** Gminny Ośrodek Kultury w Brzeźnie, ul. Główna 70A, 62-513 Krzymów, tel. 601 633 843  
Miesięcznik wpisany jest do rejestru Dzienników i Czasopism Sądu Okręgowego w Koninie.  
**NAKŁAD:** 1600 egz.  
**REDAKTOR NACZELNY:** Krzysztof Kędziora. Redaguje zespół. **SKŁAD I GRAFIKA:** Katarzyna Roszkiewicz  
Redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń oraz nie zwraca materiałów nie zamówionych oraz zastrzega sobie prawo do ich adiacji i skracania.

# LEKARZ RADZI

## OSTEOPOROZA: CICHY ZŁODZIEJ KOŚCI

Osteoporoza to przewlekła choroba szkieletu, którą charakteryzuje postępujący ubytek masy kostnej oraz zaburzenia samej architektury kości. W konsekwencji następuje ich istotne osłabienie. Osteoporoza prowadzi do obniżenia odporności na uszkodzenia i zwiększa łamliwość kości, nawet przy niewielkich urazach.

### PRZYCZYNY

Chorują przede wszystkim kobiety, u których dochodzi do zmniejszenia produkcji estrogenów z powodu choroby lub menopauzy (osteoporoza post menopauzalna). Zachorowalność wśród kobiet i mężczyzn rośnie wraz z wiekiem, szczególnie po sześćdziesiątym piątym roku życia (osteoporoza inwolucyjna w wieku starczym). Pozostałymi przyczynami występowania choroby mogą być: szczupła budowa ciała, uwarunkowania genetyczne (gdy osteoporoza występuje w rodzinie, powinniśmy zachować szczególną ostrożność) i nieprawidłowy styl życia: brak aktywności fizycznej, nadużywanie alkoholu, palenie tytoniu, dieta uboga w wapń, fosfor, białko, witaminę D, ograniczony dostęp do światła słonecznego. Niekorzystnie na kości działają też niektóre leki, na przykład kortykosteroidy i choroby współistniejące: choroby narządu ruchu: reumatoidalne zapalenie stawów, choroba zwyrodnieniowa stawów, martwica kości, długotrwałe unieruchomienie. Choroby przewodu pokarmowego, szczególnie te z zaburzeniami wchłaniania, choroby nowotworowe, choroby nerek i zaburzenia endokrynologiczne (nadczynność lub niedoczynność tarczycy, cukrzyca).

### OBJAWY

W pierwszej fazie osteoporoza przebiega bezobjawowo. Stanem naszych kości zaczynamy interesować się dopiero, gdy dochodzi do pierwszych złamań. Na szczęście istnieją sygnały, które mogą wskazywać na istnienie choroby. Są to bóle kostne, bóle kręgosłupa piersiowego, lędźwiowego, bóle kości długich pod wpływem obciążenia, postępujące przygarbienie, obniżenie wzrostu (złamania kompresyjne kręgow). Najczęściej jednak pierwszym objawem a jednocześnie powikłaniem osteoporozy jest złamanie, do którego dochodzi podczas niewielkiego upadku lub potknięcia. Najczęściej są to złamania trzonów kręgów, części bliższej kości udowej (biodro) oraz końca dalszego kości promieniowej (nadgarstek). Rozpoznanie osteoporozy nawet w jej wczesnym stadium umożliwia badanie gęstości kości - densytometria. Standardem w diagnostyce choroby jest wykonanie badań w dwóch miejscach: w odcinku lędźwiowym kręgosłupa i w szyjce kości udowej. Możliwe jest też rozpoznanie choroby bez badania densytometrycznego na przykład u osób z przebytem już złamaniem.



### NIE DAJ SIĘ ZŁAMAĆ

Tylko wieloletnia, długa terapia pozwala na uzyskanie właściwych efektów. Najczęściej stosowaną grupą leków są bisfosfoniany, które hamują proces niszczenia kości. Mogą być stosowane przez kobiety i mężczyzn nie tylko w zaawansowanej chorobie ale i u osób, u których choroba nie rozwinęła się jeszcze, a które narażone są na złamania. Leki te powinny być podawane łącznie z wapniem i witaminą D.

Profilaktyka powinna zaczynać się już w dzieciństwie, co pozwoliło by zbudować mocne kości odporne na złamania. Bardzo potrzebny jest regularny ruch. Bieganie, spacer, pływanie, jazda na rowerze wzmacniają nie tylko mięśnie, ale i kości. Poprawiają też koordynację ruchu, przez co zmniejsza się ryzyko upadków. Ponadto korzystanie ze słońca, dieta bogata w wapń, który jest budulcem kości. Należy unikać nadużywania alkoholu i palenia papierosów.

lek. med. Magdalena Kucharska  
specjalista chorób wewnętrznych

MATERIAŁ PROMOCYJNY

## ZADBAJ O SWOJE PIĘKNO

Piękny wygląd to dla wielu kobiet sprawa najważniejsza. Z tego względu często, by spełnić swoje marzenia o pięknym wyglądzie, **szukają rad, pomysłów i sprawdzonych kosmetyków.**

W okresie jesienno-zimowym pielęgnacja skóry powinna być szczególnie dopilnowana. Dla uodpornienia skóry twarzy, dłoni czy ciała przed wpływem niekorzystnych warunków, niezbędne jest dostarczanie organizmowi większej ilości substancji odżywczych. W tym czasie szczególnie warto zwrócić uwagę na to, by kosmetyki, których używamy na co dzień, były dobrane do aktualnych potrzeb.

Na przykład dłoniom sprzyjają produkty bogate w ekstrakty z oliwek, podczas gdy na twarz warto nakładać kremy o gęstej konsystencji, tworzące swego rodzaju barierę ochronną.

Aby dobrać kosmetyki dopasowane do indywidualnych potrzeb, nierzadko potrzebna jest rozległa wiedza i dużo czasu, dlatego na rynku pojawiają się nowe możliwości, usprawniające ten proces, na przykład specjalne zestawy kosmetyków. Daje to pewność, że znajdujemy się w nich tylko potrzeb-

ne produkty. Dobrze dobrane zestawy zmniejszają ryzyko alergii i, dzięki uzupełniającym się surowcom, zapobiegają starzeniu się skóry.

Zimą skóra bardziej marszczy się, jeży, przebarwia, zmienia kolor, a łącznie zajmuje ok. 2 metrów kwadratowych na naszym ciele. Jest więc o co zadbać! Właściwa pielęgnacja skóry w zimie jest niełatwym zadaniem, ponieważ wiąże się z wymianą kosmetyków oraz rezygnacją z niektórych przyzwyczajeń. Kremy powinny zawierać witaminami A, C, E, flawonoidy (substancje otrzymywane z roślin), filtry UVA i UVB.

Wykonując makijaż na zimę, konieczne jest zastosowanie dla ochrony cery make-up, który otuli jedyną odświeżoną część naszego ciała zimą. Podkład zabezpiecza skórę przed drażniącym działaniem mrozu, wiatru i słońca. Maskuje też zaczerwienienia i popękane naczynka, które nasilają się zimą. Lekkie podkłady w formie płynnej nie sprawdzają się w bardzo niskich temperaturach, dlatego gdy na dworze jest silny mróz, lepiej stosować kremowe, gęste podkłady. Rewelacyjne są podkłady w kompaktach - ich konsystencja jest bardziej odporna na zmianę temperatury niż podkłady płynne. Aby podkład dobrze przylegał do skóry, można też użyć bazy pod podkład - sprawdzi się nawet w czasie dużych mrozów.

Ostrożnie na mrozie trzeba używać syplik pudrów, ponieważ zbyt duża ich ilość może dać efekt popękanej skóry, maski.

Aby makijaż na mróz był

trwały, należy użyć wodoodpornego tuszu do rzęs, który nie będzie się rozmazywał, kiedy z mrozu wejdziemy do ciepłego pomieszczenia. Jeśli do zaznaczania policzków, używamy różu w kremie, zimą lepiej zmienić go na róż w kamieniu. Róż w kremie zawiera wazelinę, dlatego może się nieładnie rozmasować na policzku. Podobnie może stać się z błyszczkiem na ustach, dlatego bardziej trwała, przy gwałtownych zmianach temperatury, będzie szminka.

Anna Anders

Wizażystka, dyplomowana manicurzystka,  
doradca zdrowego stylu życia

## KONKURS DLA CZYTELNIKÓW

Dla czytelników „Wiadomości Gminy Krzymów” mamy upominki kosmetyczne ufundowane przez firmę LR Health and Beauty System Sp. z o.o. Otrzyma je pięć osób, które jako pierwsze zadzwonią do redakcji pod numer **601 633 843** i prawidłowo odpowiedzą na poniższe pytania:

1. Co należy zrobić, żeby podkład dobrze się trzymał i dobrze zabezpieczał skórę zimą?
2. Co zrobić, żeby makijaż był trwały na przykład w czasie jazdy na nartach?

