



ISSN 2450-193X

W CENTRUM POLSKI

GAZETA GMINY ANDRESPOL



Numer 1/2024

LUTY 2024 r.

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

Dom Kultury przy Tuszyńskiej ponownie otwiera swoje podwoje

Gminny Ośrodek Kultury w Wiśniowej Górze po dwuletnim remoncie wraca do swojej dawnej siedziby. Choć trwają jeszcze prace porządkowe i wyposażanie pomieszczeń, zajęcia w odremontowanym budynku już się rozpoczęły. Wielki dzień otwarty w najbliższy piątek, 1 marca, w godzinach od 13.00 do 20.00.

Nowa elewacja, okna i drzwi. W środku całkowicie odremontowane sale, a dodatkowo winda. Jest pięknie i nowocześnie, jednak dzięki modernizacji zyskał nie tylko sam budynek. Zwiększył się również komfort osób korzystających z zajęć oraz gości ośrodka. Co więcej, w grafiku Jacka Malanowskiego pełniącego obowiązki dyrektora GOK, pojawiły się także całkiem nowe warsztaty i wydarzenia artystyczne. – Na razie jest jeszcze pusto, ale właśnie się sprowadzamy i szykujemy na wielki dzień otwarty, a ten już w najbliższy piątek, 1 marca, w godzinach od 13.00 do

20.00. Wtedy też będzie można uzyskać szczegółowe informacje na temat obecnej i planowanej oferty. Serdecznie zapraszam – mówi Jacek Malanowski.

Jaka jest oferta GOK?

W GOK odbywają się m.in. spotkania Zespołu Pieśni i Tańca „Wiśniowa Góra”, który koncertował przed publicznością z różnych zakątków Polski, a także zagranicą: w Danii, Turcji, Francji. W ramach Ruchu Seniora działa tu Zespół „Tęcza”, który zdobywa nagrody na przeglądach i festiwalach. Są też warsztaty aktorskie dla dwóch grup: „Duża Trzynastka” i „Mała Trzynastka” oraz zajęcia plastyczne.

Jeśli chodzi o nowości, w placówce wkrótce mają rozpocząć się zapisy m.in. na zajęcia muzyczno-ruchowe, naukę gry na gitarze elektrycznej i basowej oraz naukę tańca nowoczesnego. Planowane jest koło fotograficzne, będą też zajęcia z montażu filmów, warsztaty florystyczne, stretching i joga dla dorosłych. Zgłosili się nawet pierwsi chętni, by założyć big band.

Trochę historii...

Budynek GOK został wybudowany w 1929 roku i pierwotnie służył jako... magazyn pasz i nawozów. Swoją siedzibę miało tu też Kółko Rolnicze i Koło Gospodyń Wiejskich. W latach sześćdziesiątych w budynku tym urządzono „Klub Wiejski”, na który został przekształcony dom kultury istniejący już w gminie od lat pięćdziesiątych.

Po gruntownym remoncie w roku 1966 na parterze powstało kino „Krokus” i sklep M.H.D. na piętrze. Swoją siedzibę znalazł także Zespół Pieśni i Tańca „Wiśniowa Góra” założony w 1956 roku oraz „Biblioteka Wiejska” i klubokawiarnia. W latach 1987-1992 przeprowadzono kompleksową przebudowę budynku i nadano mu status „Gminnego Ośrodka Kultury”.

Finalizowany właśnie remont rozpoczął się kilka miesięcy temu. W tym czasie GOK korzystał m.in. z gościnności „Centrum Aktywności 60+ Dzienny Dom Seniora” w Andrespolu oraz LO w Wiśniowej Górze.

8 marca zapraszamy na koncert!



„Bo światem rządzą kobiety” – to tytuł koncertu, który odbędzie się 8 marca godz. 18.30 w sali gimnastycznej Liceum Ogólnokształcącego im. Jana Karskiego w Wiśniowej Górze, ul. Tuszyńska 32.

Wystąpią wychowankowie Gminnego Ośrodka Kultury w Wiśniowej Górze oraz TRUBADURZY.

Witamy najmłodszych mieszkańców w gminie Andrespol!



Na zdjęciu maleńki Hugo

Hugo Marek Zawadzki to pierwsze dziecko urodzone w 2024 roku, które zostało zameldowane i zamieszkało w gminie Andrespol.

Hugo przyszedł na świat 18 stycznia w szpitalu im. Centrum Zdrowia Matki Polki w Łodzi. W chwili narodzin ważył 3600 g, mierzył 58 cm i otrzymał w skali Apgar maksymalne 10 punktów. Jest pierwszym dzieckiem Martyny i Łukasza Zawadzkich z Janówki. Młodzi rodzice poznali się w pracy. Tato maluszka jest z zawodu inżynierem, mama specjalistką do spraw administracji, a z wykształcenia pedagogiem z dyplomem Uniwersytetu Łódzkiego. Połączyło ich podobne spojrzenie na świat, wartości, energia.

– Zamierzam być mamą wspierającą, ale trzymającą rękę na pulsie – mówi z uśmiechem pani Martyna. – Za to już widzę, że mąż będzie synka rozpieszczał. Na razie żartujemy, że tata jest „sekcją” przewijania, a mama karmienia.

Z pewnością małego Hugona bezwarunkową miłością otaczać będą również dziadkowie. Dla jednych jest pierwszym wnuczkim w rodzinie, dla drugiej babci pierwszym chłopcem po pięciu dziewczynkach wśród wnucząt. Drugie imię

Marek maluszek ma po zmarłym tacie swojej mamy.

– Nasz synek już jest dla wszystkich w rodzinie największym cudem i radością – mówi Łukasz Zawadzki. – Do tego jest bardzo pogodnym noworodkiem. Czego sobie dla niego życzymy? Żeby był zdrowy, szczęśliwy, a w dorosłym życiu zawsze podejmował dobre decyzje. I żeby interesował się motoryzacją – dodaje tato najmłodszego mieszkańca gminy.

W tym roku w gminie Andrespol zameldowanych zostało 5 noworodków.

W całym 2023 r. rodzice zameldowali 98 nowonarodzonych dzieci, w tym 37 dziewczynek. Najczęściej wybieranymi przez rodziców imionami były: dla chłopców Antoni, Nikodem, Jan, Ignacy. Dla dziewczynek Pola, Maja, Miła, Zuzanna, Anna.

Małemu Hugonowi oraz wszystkim dzieciom urodzonym w 2024 roku życzymy beztrudnego, pięknego życia i aby wszelkie, nawet najskrytsze marzenia zawsze doczekiwały się spełnienia.

**UŚMIECHNIJ SIĘ
ŻYCZĘ MIŁEGO DNIA!**

ZAPISZ SWOJE DZIECKO NA TRENINGI
PIŁKI NOŻNEJ LUB SIATKÓWKI

792 885 750

512 583 654

WWW.LZSJUSTYNOW.PL

**1 ZOSTAW SWÓJ
1,5% W JUSTYNOWIE
KRS 0000230841**

WSPIERAJ LOKALNY KLUB SPORTOWY
• PIŁKA NOŻNA • SIATKÓWKA • NORDIC WALKING • JOGA



Gmina inwestuje w infrastrukturę

Kolejne ważne inwestycje, rozbudowa oraz remonty w szkołach i przedszkolach, przebudowy dróg czy sieci kanalizacyjnych: samorząd gminy podsumował wpływy i wydatki za ubiegły rok. Niemal połowę budżetu przeznaczono na inwestycje.

Dochody gminy ogółem za 2023 rok wyniosły 104 mln 82 tys. 842 zł. Aż 28 mln 964 tys. zł udało się pozyskać gminie ze źródeł zewnętrznych dzięki aplikowaniu do różnych programów i zdobyciu dofinansowań czy dotacji. Z Urzędu Skarbowego i z PIT podatku od osób fizycznych i prawnych na konto urzędu wpłynęło 18 mln 255 tys. 704 zł. Dochody z tytułu podatków lokalnych, środków transportowych, podatków od czynności cywilno-prawnych, spadków darowizn – 6 mln 947 tys. zł.

W 2023 wszelkiego rodzaju gminne wydatki opiewały na 112 mln 60 tys. 197 zł. To porównywalna kwota z wydatkami w 2022 roku.

Na inwestycje, czyli m.in. budowę lub rozbudowę obiektów użyteczności publicznej, dróg sieci wodociagowych, kanalizacyjnych czy wymianę oświetlenia gmina przeznaczyła 49 mln 125 tys. zł i było to o 6 mln więcej niż rok wcześniej (wtedy 43 mln zł). Około 8 milionów zostało przekazane na współfinansowanie budowy wiaduktu kolejowego w Bedoniu. 3 mln 438 tys. zł wydane zostało na przebudowę i remonty dróg w Justynowie, Wiśniowej Górze, Janówce. Zbudowano nowe sieci kanalizacji w Justynowie, Zielonej Górze i Janówce. W Wiśniowej Górze do użytku oddana została nowa stacja uzdatniania wody.

Gmina Andrespol od lat stawia na ludzi młodych i aktywnych, budując i wyposażając sukcesywnie obiekty sportowe, kulturalne i tereny rekreacyjne. 1 mln 998 tys. 489 zł przeznaczono w ubiegłym roku na



Remont Gminnego Ośrodka Kultury przy ul. Tuszyńskiej w Wiśniowej Górze kosztował w sumie 4 mln 460 tys. zł. 3 mln 490 tys. zł wydano na roboty budowlane i zagospodarowanie terenu, a 490 tys. zł na wyposażenie.

rozbudowę i przebudowę budynku zaplecza sportowego klubu Andrespolia. 4 mln 393 tys. 123 zł kosztowała budowa hali pneumatycznej na boisku GOSiR.

W Justynowie swoje oblicze zmienił Marysinek. M.in. za kwotę 840 tys. 534 zł wokół zbiorników zostały wybudowane ścieżki

dla spacerowiczów i rowerzystów. Gruntowny remont Gminnego Ośrodka Kultury w Wiśniowej Górze kosztował ponad 4 mln zł. Na remont pomieszczeń hali GOSiR w Wiśniowej Górze wydano 122 tys. 998 zł, a umowa na przebudowę basenu w Wiśniowej Górze opiewa na 15 mln 682 tys. 500 zł.

Jesteśmy wysoko w rankingu samorządów

Choć na co dzień o tym nie myślimy, gmina Andrespol to przyjazne miejsce do życia. Tak wynika z „Rankingu Samorządów” dziennika „Rzeczpospolita”.

W najnowszej, XIX już edycji zajmujemy pierwsze miejsce w powiecie łódzkim wschodnim i wysokie, 167. miejsce wśród 1511 gmin wiejskich w całym kraju. Ten coroczny ranking uznawany jest za jeden z najbardziej wiarygodnych w Polsce, ponieważ niezmiennie od 19 lat redakcja „Rzeczpospolitej” ocenia dokonania lokalnych władz, pozwala wyłonić i pokazać te samorządy, które najlepiej dbają o zrównoważony rozwój.

Podczas tworzenia zestawienia brane są pod uwagę takie kryteria: ocena dokonań władz pod względem m. in. podnoszenia standardu życia mieszkańców, wdrażania nowoczesnych rozwiązań przy jednoczesnym zachowaniu dobrej kondycji swoich budżetów, pozyskiwania zewnętrznych źródeł finansowania, wykorzystania funduszy unijnych, jakości zarządzania urzędem i troski o środowisko. A o ostatecznej pozycji w szyku decyduje suma punktów wyliczonych w oparciu o bazy danych Głównego Urzędu Statystycznego, Ministerstwa Finansów oraz ankiety wypełnianej przez samorządy. I tutaj samorząd gminy Andrespol zdobył 46,9 pkt. i zasłużył tym na 167. miejsce. To o 204 oczka wyżej w porównaniu z analogicznym rankingiem w roku 2018. Biorąc pod uwagę wyłącznie gminy wiejskie z powiatu łódzkiego wschodniego, po pierwszym miejscu Gminy Andrespol kolejne miejsce w zestawieniu z 2023 roku zajmuje Nowosolna (42,3 pkt, pozycja 382). Dalej są Brójce (36,5 pkt, pozycja 882) i Rzgów (35,5 pkt, pozycja 972).

Budowa tunelu w Bedoniu na ostatniej prostej

Po tym, jak nie udało się dokończyć bedońskiego wiaduktu kolejowego w terminie, pozostawało tylko pytanie, kiedy to wreszcie nastąpi. Dzisiaj oficjalnie mówi się, że kierowcy mają nim przejeżdżać wiwną.

Przypomnijmy: pierwszy harmonogram robót zakładał, że wiadukt kolejowy w Bedoniu ma być przejezdny w drugiej połowie 2023 roku. Kiedy ze względu na trudne warunki glebowe okazało się to niemożliwe, zaczęto mówić o nieprzekraczalnej dacie udostępnienia wiaduktu pieszym i rowerzystom, czyli odbiorze robót podstawowych do końca 2023 roku. Ta obietnica także nie została spełniona. Byliśmy na placu budowy kilka dni temu. Rzeczywiście, wszystko wskazuje na to, że już za kilka tygodni kierowcy, piesi i rowerzyści będą mogli bezpiecznie korzystać z wiaduktu.

Co zostało już wykonane?

Większość zaplanowanych prac jest już zrobione. W tunelu, który ma mieć jezdnię o szerokości 7 metrów i 24-metrowy przejazd pod torami, zostały zakończone prace żelbetowe. Na całym odcinku projektowanego wykopu widzimy już płyty denne oraz obudowane ściany tunelu. Gotowe są schody i pochylnie do peronów nr 1 i 2, a nawet zamontowano nad nimi konstrukcję zadaszenia. Zakończono budowę kanału odwodnienia tunelu wraz z włączeniem do pompowni, której korpus również jest już zamontowany.

Jednocześnie zostały zakończone wszystkie prace dodatkowe wynikające z koniecznych do wprowadzenia zmian w przyjętych na początku rozwiązań technologicznych. Te okazały się potrzebne ze względu



na trudniejsze niż się spodziewano warunki ziemne i wodne. Ujawniły się one dopiero w trakcie przekopów pod torami. Polegały m.in. na dodatkowym odgrózeniu ścian tunelu od wód gruntowych, które go zalewały oraz zbudowaniu dodatkowych zbiorników odwadniających i położeniu aż dwóch warstw płyt żelbetowych uszczelniających dno tunelu.

Poza tym gotowa jest już nawierzchnia dwóch dróg dojazdowych (DS2 oraz DS3) wraz z infrastrukturą towarzyszącą (tj.: kanalizacja deszczowa, kanalizacja sanitarna, kanalizacja teletechniczna, przebudowa wodociągu, ułożenie kabli energetycznych i lamp oświetleniowych). Kanalizację deszczową wykonaną w całości zobaczymy także w drodze dojazdowej (DS1).

Co pozostało do zrobienia?

Aby kierowcy, rowerzyści i piesi mogli korzystać z wiaduktu, a konkretnie ścieżki pieszo-rowerowej budowlańcom zostało już tylko położenie na niej nawierzchni z kostki brukowej. Jeżeli chodzi natomiast

o dwupasmową jezdnię, pozostały do wykonania warstwy konstrukcyjne drogi.

Budowa bezkolizyjnego skrzyżowania w Bedoniu jest ważna z kilku powodów. Kiedy tunel kolejowy właśnie powstający pod Łodzią zostanie otwarty, w rozkładzie jazdy na trasie do Kuluszek pojawi się więcej pociągów. Bez bezkolizyjnego przejazdu na Brzezińskiej ustawiałyby się długie kolejki samochodów czekających na otwarcie rogatek. Poza tym dzięki tej inwestycji mieszkańcy zyskają na rozwoju lokalnej komunikacji. Po zakończeniu prac przy wiadukcie kolejowym zostanie uruchomiona linia autobusowa pomiędzy Brzezunami a Andrespołem, o czym napiszemy w kolejnym wydaniu gazety.

Ważne telefony

URZĄD GMINY ANDRESPOL

95-020 Andrespol,
ul. Rokicińska 126
tel./faks: 42 213 24 40
e-mail: ug@andrespol.pl
www.andrespol.pl
Facebook: Andrespol – Urząd Gminy

POLICJA - POSTERUNEK ANDRESPOL

tel. 42 213 20 07

ZAKŁAD GOSPODARKI KOMUNALNEJ

tel. 42 213 24 57, 535 526 367

GMINNA PRZYCHODNIA ZDROWIA

tel. 42 213 23 62

APTEKI:

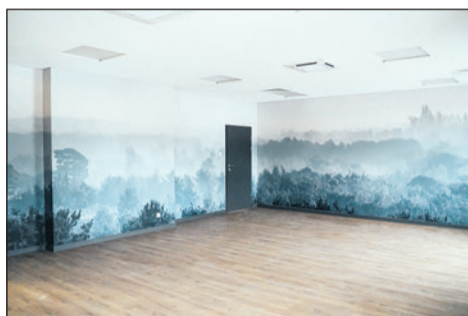
- Apteka Najlepsza dla Ciebie Andrespol, Rokicińska 125 D, tel. 42 647 00 51
Apteka prowadzi zbiórkę leków niewykorzystanych
- Apteka ROSA, Andrespol, ul. Rokicińska 124 tel. 42 213 40 97
- Apteka Dr. Max, Andrespol, ul. Rokicińska 146 tel. 573 169 239
- Apteka Dbam o Zdrowie, Andrespol, ul. Projektowana 16 tel. 736 697 896
- 4 Apteka Farm-Med, Justynów, ul. Łódzka 37, tel. 42 236 23 31
Apteka prowadzi zbiórkę leków niewykorzystanych
- Punkt apteczny Wrzosowa, Wiśniowa Góra, ul. Tuszyńska 67, tel. 513-494-244



„W centrum Polski”, gazeta gminy Andrespol. Wydawca: Gminna Biblioteka Publiczna w Andrespolu. Redaktor naczelna: Magda Maciejczyk. ADRES REDAKCJI: Gminna Biblioteka Publiczna 95-020 Andrespol, ul. Rokicińska 125; telefon – dzięki uprzejmości sekretariatu Urzędu Gminy Andrespol – 42 235 27 11; e-mail: wcentrum@andrespol.pl. Redakcja zastrzega sobie prawo skrótu materiałów nadesłanych i nie odpowiada za treść ogłoszeń płatnych. Skład, łamanie: Agencja Wydawnicza PAJ-Press. Druk: JW PROJEKT.

GOK w nowej odświeżeniu

ZAPRASZA DO ODWIEDZIN



Nowoczesna elewacja, zupełnie nowe sale i klatka schodowa z jedyną taką windą na świecie – świeżo wyremontowany Gminny Ośrodek Kultury w Wiśniowej Górze właśnie otwiera swoje podwoje, i to pod nowym kierownictwem. O planach na dalszy rozwój placówki i nie tylko o tym rozmawiamy z dyrektorem Jakiem Malanowskim.

„W centrum Polski”: – Ponad 4 mln zł kosztował niedawny remont Gminnego Ośrodka Kultury. Na czym dokładnie polegał?

Jacek Malanowski: – Cały obiekt zyskał nowy wygląd. Gruntownej renowacji poddana została elewacja. Zamontowano nowoczesne, dźwiękoszczelne okna i szerokie drzwi wejściowe. Budynek ogrzewany jest za pomocą pomp ciepła.

– A w środku?

– W samym budynku wymienione zostały wszystkie instalacje: elektryczna, hydrauliczna, grzewcza. Mamy przebudowaną klatkę schodową z przeszkloną windą, która była robiona w Szwecji na specjalne zamówienie. Na piętrze są trzy sale: plastyczna, muzyczna i taneczna. Większe mają około 60 m kw. każda, a najmniejsza 15 m kw. Myślę, że uczestnikom zajęć szczególnie będzie podobała się ta ze ścianami pokrytymi fototapetą z motywem lasu we mgle. Poza tym w budynku mamy teraz sześć łazienek, w tym jedną przystosowaną dla osób z niepełnosprawnościami. Wreszcie będzie długo wyczekiwana przestronna szatnia i magazyn na stroje członków zespołów artystycznych działających w naszym GOK oraz artystów amatorów. Za prawie pół miliona złotych zakupiony został bardzo dobrej jakości nowoczesny sprzęt nagłośnieniowy z cyfrową konsolą oraz inteligentne oświetlenie ze sterownikiem, które będzie w przyszłości wykorzystywane także na scenie, np. podczas koncertów zaproszonych artystów. Dzięki temu nie będziemy musieli płacić za wynajmowanie sprzętu z firm nagłośnieniowych.

– Wspomniał pan, że istotą tego miejsca są ludzie, więc przedstawmy nowego dyrektora. Jacek Malanowski – wokalista, kompozytor, trener muzyczny znany z występów z zespołem „Trubadurzy”,

z którymi koncertował m.in. na festiwalach w Opolu, w USA czy Kanadzie – to jedynie namiastka tego, co można przeczytać o panu w internecie. Zastanawiam się, jaka ścieżka doprowadziła do tego, że w grudniu ubiegłego roku muzyk kultowego zespołu został pełniącym obowiązki dyrektora GOK w Wiśniowej Górze?

– Jestem związany z tym miejscem od niemal 20 lat. Grałem już w „Trubadurach”, gdy w 2008 roku ówczesna dyrektor pani Małgorzata Kopczyńska-Żeno poprosiła mnie o poprowadzenie tutejszego zespołu śpiewaczego „Tęcza”. Z czasem doszły kolejne zajęcia instruktorskie związane



Mam nadzieję, że bez problemu pogodzę obowiązki instruktora i dyrektora
– mówi Jacek Malanowski

z grą na instrumentach i śpiewem. Zawsze miałem dobre relacje z tutejszą młodzieżą, a dziś też z rodzicami, ponieważ teraz na moje zajęcia muzyczne przychodzą dzieci dawnych uczniów. Myślę, że władze gminy powierzyły mi to stanowisko, bo wzbudziłem zaufanie jako osoba wiarygodna, która starała się nigdy nie zawieść lokalnej społeczności.

– Gmina Andrespol intensywnie się rozwija. Proszę opowiedzieć o swoich planach na rozwój GOK.

– Po pierwsze, postanowiłem stawiać na dobrą promocję, żeby jak najlepsza opinia o naszej działalności przechodziła „z ust do ust”, bo moim zdaniem tzw. „marketing szeptany” jest najlepszą reklamą. Po drugie, zamierzam nawiązać do tego, co działa się tutaj wcześniej i na tej bazie budować ofer-

tę. Będziemy kontynuować dotychczasowy plan pracy, ale chcę także wzbogacić ofertę zajęć dla dzieci poprzez promowanie lokalnych młodych wykonawców.

– Czyli?

– Myślę o cyklu wydarzeń, jakie faktycznie będą zapamiętywane i kojarzone z GOK w Wiśniowej Górze, a konkretnie o festiwalu z muzyką autorską, czyli utworami jeszcze nigdzie niepublikowanymi. Czegoś takiego jeszcze w Polsce nie ma. Chodzi mi także po głowie pomysł wspólnego nagrywania z dziećmi piosenek i teledysków oraz warsztatów montażu dźwięku i obrazu dla starszych bywalców. Po trzecie, w nawiązaniu do historii zakładów ceramiki w Andrespolu, marzy mi się pracownia ceramiczna i nawet przypadkiem zdarzyło się, że mamy doskonale miejsce na piec. Oczywiście przy tym wszystkim bardzo zależy mi na ścisłej współpracy między GOK a instytucjami i organizacjami gminnymi. Razem można więcej, a kultura powinna łączyć.

PLAN ZAJĘĆ W GOK

Poniedziałki:

- zespół śpiewaczy „Tęcza”
- zajęcia wokalne „Lawendowe Studio” od 6. roku życia

Wtorki:

- zumba
- zajęcia plastyczne
- koło szachowe

Środy:

- zajęcia taneczne z elementami akrobatyki i gimnastyki dla grup wiekowych:

3-5 lat

6-9 lat

10-12 lat

powyżej 12 lat

- zajęcia plastyczne
- koło szachowe

Czwartki:

- zumba
- zajęcia plastyczne
- koło szachowe

Piątki:

- zajęcia taneczno-rytmiczne 3-15 lat „Ciocia Klaudia”
- Zespół Pieśni i Tańca „Wiśniowa Góra”
- zajęcia teatralne „Mała 13”, „Duża 13”
- nauka gry na gitarze, keyboardzie, fortepianie

Soboty:

- nauka gry na gitarze, keyboardzie, fortepianie

WYMIENIMY SIĘ ZABAWKAMI

„Spokój MAMY” to wielka akcja wymiany zabawek i dziecięcych ubrań oraz jednocześnie antidotum na prośby dzieci, by kupić coś nowego. A także okazja do kształtowania zachowań proekologicznych.

Co trzeba zrobić? Po uzgodnieniu z dzieckiem wybieramy zabawki i ubrania, które stały się niepotrzebne, po czym przynosimy je 2 marca w godz. 10.00-12.00 do punktu Family Spot, mieści się on w DH Żaczek w Andrespolu przy ul. Rokocińskiej 121. Tam wykładamy przyniesione rzeczy na stoliku a w zamian możemy wybrać coś dla siebie. Zabawki i ubrania, które nie znajdują nowych właścicieli po akcji, będą przekazane do placówek, w których zawsze się przydadzą, np. domów dziecka czy domu samotnej matki. Pamiętaj, żeby przynieść na akcję rzeczy w takim stanie, jaki zadowoliliby ciebie!

NOWA ZACHĘTA

RESTAURACJA

Zapraszamy na pyszne zestawy obiadowe w cenie 24,50 zł.

Do zestawów codziennie inne zupy oraz dania mięsne do wyboru, oferujemy również dania FIT oraz dania wegetariańskie, **co tydzień nowe MENU!!!**

W każdy czwartek smażyjemy pączki,

a codziennie oferujemy domowe ciasta.

Obiady do miejscowości Andrespol i okolice dowozimy od poniedziałku do piątku w godzinach około 12.00-13.00.

Zamówienie należy złożyć najpóźniej do godziny 11.00.

Dowóz jest doliczany w zależności od ilości zamówionych posiłków.

Restauracja Nowa Zachęta znajduje się w Koluszkach, działamy od 2017 r. i oferujemy Państwu:

• Tanie obiady domowe

• Organizację imprez okolicznościowych

• Catering z obsługą oraz bez obsługi

ZAMÓWIENIA PRZYJMUJEMY POD NR. TEL

• 572-675-534 • 519-867-360 • 44 714-04-54

Zapraszamy na naszą stronę internetową nowazacheta.eatbu.com

FACEBOOK/ NOWAZACHĘTA



Piękna studniówka LO im. J. Karskiego w Wiśniowej Górze

Bale maturalne uczniów tego liceum zawsze upływają w rodzinnej atmosferze i na wymienitej zabawie. Tak było też i magicznego 26 stycznia, gdy tegoroczni maturzyści bawili się w „Dworze Artusa” w Łodzi.

Najpierw były podziękowania, życzenia, chwile wspomnień, aby później tradycyjnie rozpocząć imprezę polonezem. Dalej były już tylko taneczne popisy na parkiecie w rytmach współczesnej muzyki, radosne roz-

mowy przy wytwornie zastawionych stołach, wspólne, pamiątkowe zdjęcia, filmiki oraz profesjonalna sesja fotograficzna, gdzie chłopcy w eleganckich garniturach, a dziewczęta w pięknych sukniach prezentowali się niczym młode gwiazdy filmowe. Ale to nie wszystko. Maturzyści przygotowali także miłą niespodziankę dla nauczycieli w postaci „gali oskarowej”. Nominowani do nagród belfrzy zostali beneficjentami Oskarów w różnych pomysłowych kategoriach. Był nawet czerwony dywan.

Wszystkim maturzystom życzymy jak najlepszych wyników na egzaminie, spełnienia marzeń i zrealizowania wyznaczonych celów.



Na zdjęciu z tegorocznej studniówki uczniowie z klasy IVA z wychowawczynią – Renatą Lichotą. (fot. krecimy.pl).



Na zdjęciu z tegorocznej studniówki uczniowie z klasy IVB z wychowawczynią Anną Żebrowską-Tomaszowską. (fot. krecimy.pl)



Na zdjęciu z tegorocznej studniówki uczniowie z klasy IVC z wychowawczynią Ewelina Kaniecką. (fot. krecimy.pl)

W tym roku w LO w Wiśniowej Górze, które powstało zaledwie 8 lat temu, bal maturalny odbywał się po raz piąty w historii szkoły.

W maturalnych klasach „Karskiego” uczy się obecnie 63 nastolatków. Ubiegłoroczne pisemne egzaminy dojrzałości zdało 90,2 proc. maturzystów. Najlepsze wyniki dotyczą języka angielskiego – 75,35 proc.

Duże zmiany i dobre wyniki

Już od ubiegłych wakacji trwa rozbudowa i remont w Szkole Podstawowej w Bedoniu Wsi. To inwestycje prowadzone przez gminę dzięki pozyskaniu na ten cel prawie 10 mln zł dotacji. Powodów do mówienia o tej placówce jest jednak więcej... O metamorfozie szkoły i jej wyjątkowej społeczności rozmawiamy z Jolantą Kuśmirek, dyrektorem Zespołu Szkolno-Przedszkolnego im. Jana Pawła II w Bedoniu Wsi.

„W centrum Polski”: – Przede wszystkim zapytam o to, co z punktu widzenia mieszkańca Bedonia mocno mnie interesuje. Powiedzmy kilka słów o postępie prac przy budowie nowego skrzydła szkoły. Słyszałam, że dzieci mają mieć tam aż o 6 sal lekcyjnych, 3 łazienki, w tym jedną dla osób z niepełnosprawnościami, a także bibliotekę z prawdziwego zdarzenia, a kadra pedagogiczna zyska nowy pokój nauczycielski. Co zostało już wykonane?

Jolanta Kuśmirek: – Obecnie budowa jest już na etapie tzw. stanu zamkniętego. Zamontowano stolarkę fasadową oraz pokrycie dachowe. W 60. procentach zrobiona jest elewacja budynku. W środku zamontowane są instalacje hydrauliczna i elektryczna. W trakcie są prace przy systemach wentylacyjnych. Wszystkie ściany na parterze zostały pokryte tynkami i teraz tego typu prace prowadzone są na piętrze. Ciekawostką jest, że pomieszczenie biblioteczne i korytarz będzie dzieliła przezroczysta ściana. Wszędzie położono już podkłady pod płytki i akustyczne wykładziny, które na korytarzu będą w kolorze żółtym, a w klasach oliwkowym.

– To prawda, że ściany będą w tonacjach zbliżonych do podłóg?

– Tak. W łazienkach natomiast dominować będą biel i szary. Budowa tej części gmachu szkoły, zgodnie z najnowszym aneksem do umowy, ma zakończyć się w połowie sierpnia. Jednocześnie sukcesywnie trwa remont w głównym gmachu.

– Zawsze miło słyszeć, że w szkole poprawiają się warunki do nauki. Ale też bardzo ucieszyło mnie, gdy usłyszałam, że z ostatniego rankingu kuratorium łódzkiego wynika, iż spośród uczniów szkół spoza Łodzi w całym województwie, najwięcej tytułów laureatów i finalistów konkursów przedmiotowych zdobyli ósmoklasiści z Bedonia. Jaki jest pani przepis na taki sukces?

– Rzeczywiście, w ubiegłym roku na 29 uczniów, którzy ukończyli naszą szkołę i teoretycznie mogli startować w kuratorskich konkursach, uzyskaliśmy aż 4 tytuły laureata i 3 tytuły finalisty w konkursach z języka polskiego, angielskiego i historii. Jaki jest przepis na taki sukces? Myślę, że zawdzięczamy go wyjątkowym nauczycielom, ambitnym uczniom i zaangażowanym „w sprawę” rodzicom. Nasza kadra składa się z profesjonalistów i pasjonatów, którzy są otwarci na wszelkie nowości, chętnie uczą poprzez różne aktywności, rozbudzając w uczniach głód wiedzy, pasję i ciekawość świata, a teorię przekuwają na praktykę życia codziennego. Na przykład niedawno na lekcjach matematyki siódmoklasiści odważali, ile cukru jest w ich ulubionych przekąskach, a następnie przygotowali wystawę, by uświadomić innym to, nad czym na co dzień się nie zastanawiamy. A skala akurat tego problemu jest bardzo duża.

– A od innej strony. Czy każda słabsza ocena powinna być dla rodzica sygnałem alarmowym?



Jolanta Kuśmirek

– Zawsze zachęcam rodziców, aby dużo rozmawiać z dzieckiem, wspólnie szukać przyczyny i wyjścia z trudniejszej sytuacji. Na taką rozmowę trzeba znaleźć odpowiedni czas i miejsce, najpierw postarać się spędzić ze sobą miłą chwilę czasu i wtedy dopiero poruszyć ten temat. W takich okolicznościach dziecko chętniej się otwiera i opowiada, jaki ma problem, a nawet drobny konflikt z kolegą w klasie może być przyczyną niepowodzeń w nauce. Wspierająca rozmowa z życzliwym dorosłym leży u podstaw rozwiązania wielu szkolnych sytuacji. Nadmienię, że w naszej szkole każdą słabszą ocenę uczeń może poprawić.

– Może pani podpowiedzieć jakie są sprawdzone, uniwersalne metody motywowania dziecka?

– Każdy rodzic, biorąc pod uwagę zdolności i możliwości swojej pociechy, powinien próbować wypracować własne metody. Z moich doświadczeń wynika, że warto na początku szkolnej kariery dziecka angażować się w odrabianie lekcji, aby wypracować pewną dyscyplinę, rutynę i nawyk systematycznego uczenia się. Najlepiej zasiadać do zadań domowych między 16.00 a 18.00. Wtedy nasz uczeń pamięta wiele z tego, co działo się na lekcji, zatem odrobienie pracy domowej bę-

dzie wymagało mniej wysiłku, niż gdy zajmujemy się tym późnym wieczorem lub kolejnego dnia.

– Dlaczego nie warto odkładać nauki na ostatnią chwilę?

– Pojawiający się w tej sytuacji stres zwykle działa paraliżująco, utrudnia koncentrację i przyswajanie wiedzy. Pamiętajmy, że dzieci w obecnych czasach są bardziej wrażliwe niż starsze pokolenia, a nawet ci uczniowie, którzy byli w szkole 5 lat temu. Wymagają większej uwagi i wsparcia oraz informacji zwrotnej, nad czym należy popracować. Dlatego zamiast krótkiego: „Jak tam w szkole?”, starajmy się zadawać szczegółowe pytania, np. czy dziecko miło spędziło dzień, co je zasmuciło, czy coś poszło nie tak, z czego jest najbardziej zadowolone. Pamiętajmy, aby nigdy nie szczędzić dziecku czasu, wspierających pochwał oraz pomocy w rozwijaniu pasji.

– Co sądzi pani o tym, że od kwietnia szkoły podstawowe mają skończyć z zadawaniem prac domowych?

– Nie jestem zwolenniczką, aby odgórnie narzucać nauczycielom, że nie mogą zadawać pracy domowej. Dobrze dobrana praca domowa pozwala lepiej zapamiętać to, co było na lekcji. Znam przypadki, gdzie rodzice uczniów ze szkół, w których zrezygnowano z zadawania prac domowych zaobserwowali gorsze wyniki w nauce. Jednak prace domowe nie mogą nadmiernie obciążać uczniów. Nie powinny też być zbyt długie i wymagające, chyba, że są skierowane do chętnych uczniów.

Gdzie poza szkołą szukać pomocy?

- dziecięcy telefon zaufania Rzecznika Praw Dziecka: 800 12 12 12.
- telefon zaufania dla dzieci i młodzieży Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę: 116 111.
- telefon zaufania dla młodych osób, prowadzony przez Fundację ITAKA: 22 484 88 04.
- strona internetowa: PokonacKryzys.pl.



Zrób coś dla siebie – sprawdź zdrowie z CHUK-iem

Dbanie o własne zdrowie jest inwestycją, która zawsze zwraca się z korzyścią. Dla przykładu, wcześniej wykryte choroby układu krążenia można dużo łatwiej i skuteczniej leczyć, warto więc skorzystać z okazji i przebadać się w ramach programu badań profilaktycznych CHUK prowadzonych w Gminnej Przychodni Zdrowia w Andrespolu.

Program ten jest dedykowany osobom w wieku 35-65 lat, u których do tej pory nie wykryto cukrzycy, przewlekłej choroby nerek ani rodzinnej hipercholesterolemii, a w ciągu ostatnich 5 lat nie korzystały z podobnej oferty diagnostycznej finansowanej przez NFZ.

Na co można liczyć?

Postępowanie diagnostyczne rozpoczyna wypełnienie Karty Badania Profilaktycznego, w której trzeba podać takie informacje jak: chorobowe obciążenia rodzinne, palenie tytoniu, przyjmowanie leków czy aktywność fizyczną. Później lekarz lub pielęgniarka robią pomiar naszego wzrostu, wagi i obwodu w pasie, co pozwala obliczyć wskaźnik masy ciała oraz sprawdzają ciśnienie krwi. Ale przede wszystkim dzięki udziałowi w programie mamy robione bezpłatnie badania biochemiczne krwi określające poziom cholesterolu całkowitego, cholesterolu HDL i LDL, poziom trójglicerydów i glukozy. Z wynikami udajemy się do lekarza, który na ich podstawie ocenia ryzyko wystąpienia u nas chorób układu krążenia oraz formułuje zalecenia: edukację, dalszą diagnostykę lub leczenie w poradni specjalistycznej. Co ważne, aby wziąć udział w programie, niepotrzebne jest żadne skierowanie. Wystarczy zgłosić taki zamiar swojemu lekarzowi pierwszego kontaktu lub pielęgniarce. Jedyną niedogodnością to ta, że na badanie krwi trzeba przyjść na czczo.

Czemu profilaktyka jest istotna?

Jak uważają kardiolodzy, to jeden z najskuteczniejszych sposobów, by uniknąć albo wykryć zaburzenia układu krążenia na



tylko wcześniej, że nie zdążą poczynić szkód w organizmie. Szczególnie powinni o tym pamiętać osoby, których dotyczy palenie tytoniu, nadwaga i otyłość, brak aktywności fizycznej, nadmierny stres, rodzinne obciążenie chorobami serca oraz nieprawidłowy poziom cholesterolu, przewlekłe podwyższone ciśnienie tętnicze krwi. Badania dowodzą, że w tej grupie pacjentów poziom cholesterolu i ciśnienie krwi dobrze byłoby kontrolować raz w roku. Prawidłowe mieści się w granicach 120/80 mmHg-140/90 mmHg. Jeśli zaś zbyt się podnosi, rośnie z nim siła, z jaką krew napiera od wewnątrz naczynia, co może niszczyć wyścielający je naczyniówki. W uszkodzonym miejscu szybciej odkładają się cholesterol i wapń, tworząc blaszkę miażdżycową. Wtedy blokuje ona swobodny przepływ krwi, wskutek czego serce dostaje mniej tlenu i substancji odżywczych. Z czasem taka blaszka może się powiększać, a gdy zatka naczynie, dojdzie do udaru mózgu. Jeśli natomiast pęknie i utworzy skrzep, spowoduje zawał serca. Ale to nie wszystko. Podwyższone ciśnie-

nie zmusza serce do pracy na wyższych obrotach i nadmiernie je męczy, prowadząc do niewydolności nerek czy uszkodzenia siatkówki oka. Jest więc o czym mówić. Podobnie jak o tym, że po 40. roku życia przynajmniej raz na 12 miesięcy zaleca się także przeprowadzenie badań lipidowych.

Do jakich poziomów należy dążyć?

Zwykle przyjmuje się, że u osoby zdrowej prawidłowy LDL to wynik poniżej 115 mg/dl, a osoby z nadwagą, otyłością, z historią rodzinną miażdżycy powinny mieć LDL poniżej 100 mg/dl. Natomiast pacjent ze zdiagnozowaną chorobą sercowo-naczyniową. Ma mieć mniej niż 70 mg/dl.

Kiedy do kardiologa?

W andrespolskiej przychodni kardiolog przyjmuje w ramach usług komercyjnych. Pomyśl o wizycie u tego specjalisty, jeżeli przez pewien czas powtarzają się następujące objawy:

- kołatanie serca (zmieniające się tempo, rytm i częstotliwość bicia serca) nawet podczas odpoczynku,
- nadmierna potliwość,
- coraz częstsze łapanie zadyszki nawet przy niewielkim wysiłku,
- duszności,
- ból lub klucie w klatce piersiowej,
- bóle zamostkowe, które promieniują także na nadbrzusze, lewe ramię lub bark,
- podwyższone ciśnienie, przyspieszony puls,
- częste omdlenia,
- przedłużające się osłabienie po COVID-19 lub grypie.

W Gminnej Przychodni Zdrowia w Andrespolu taniej niż w wielu innych placówkach można wykonać komercyjnie dopplerowskie USG, holter EKG, holter ciśnieniowy czy echo serca.

24 godziny dla serca

Ponad połowa z 20 osób spotkanych w andrespolskiej przychodni zdrowia i zapytanych, co robią, aby utrzymać swoje serce w dobrej kondycji, twierdziło, że dbają o nie poprzez unikanie tłustych potraw i dymu papierosowego. Czy zdaniem lekarzy to wystarczy? Nie do końca, bo o zdrowiu serca warto pamiętać od rana do wieczora. Kiedy i co warto robić?

Poranek

Pora wstawać. Przeciągnij się, weź głęboki oddech. Postaraj się nie wstawać natychmiast, bo wtedy już na starcie odbierasz sobie sporo energii, narażasz organizm na niepotrzebny stres.

Pamiętaj o śniadaniu. Kardiolodzy z Harvard University (USA) zaobserwowali, że osoby, które opuszczają pierwszy posiłek w ciągu dnia, o 27 proc. częściej zapadają na chorobę wieńcową serca niż ci, którzy jedzą śniadanie. Przy okazji zjedz 6 orzechów włoskich lub łyżkę świeżo zmieszanego siemienia lnianego. Badania dowiodły, że dzięki takiej porcji dawka kwasów omega-3 pochodzenia roślinnego powoduje, że ryzyko zachorowania na choroby układu krążenia spada aż o 30 proc.

W ciągu dnia

Wolne przedpołudnie lub popołudnie? Wybierz się na rower, spacer w szybszym tempie, nordic walking albo popracuj w ogródku. Nawet 10 minut aktywności angażującej duże partie mięśni pomaga obniżyć ciśnienie krwi i poziom złego cholesterolu. Dzieje się tak, ponieważ podczas ruchu mięśnie naciskają na naczynia krwionośne i je masują, co usprawnia przepływ krwi. W efekcie ciśnienie spada, a do tego cząsteczkom tłuszczu trudniej osadzać się na ścianach naczyń krwionośnych. Co więcej, naukowo udowodnione jest, że osoby ćwiczące 3-4 razy w tygodniu przez 45-60 minut mają sprawniejsze ciało i umysł oraz żyją przeciętnie od 5 do 7 lat dłużej niż nie-ćwiczący rówieśnicy.

Wieczór

Zaplanuj swój czas tak, by położyć się do łóżka ok. 22. Naukowcy z Norwegian University of Science and Technology dowiedli, że osoby śpiące mniej niż 7 godzin na dobę, są dwukrotnie bardziej narażone na udar lub zawał serca niż te, które poświęcają na sen 8-9 godzin. Tyle czasu potrzeba bowiem, by cały organizm, w tym też mięsień sercowy, mógł się w pełni regenerować i odpocząć.



Jedno pytanie do...

Dagmary Rendzikowskiej, z Beauty Medica
Dagmara Rendzikowska, które znajduje się przy ul. Rokicińskiej w Andrespolu



„W centrum Polski”:

– Mydło, żel czy pianka? Czym myć ciało, by nie przesuszać skóry?

Dagmara Rendzikowska:

– Skórce nie służą: gorąca woda, klasyczne mydła i mocno perfumowane kosmetyki myjące. Znacznie lepiej jest używać delikatnych preparatów o lekko kwaśnym pH (ok. 4,5-6) lub kosmetyków emolienyjnych. Emolienty przechodzą badania kliniczne – mamy pewność, że nie tylko zawierają składniki lecznicze, ale też użyto ich w dobrym stężeniu. Kosmetyki te skutecznie pielęgnują ciało, zapobiegają nadmiernemu wymywaniu związków tłuszczowych stanowiących naturalną barierę ochronną naskórka oraz go regenerują. Po kąpielach pamięnijmy o pocieraniu ręcznikiem ciała, bo to podrażnia skórę. Lepiej jest zakładać płaszcz kąpielowy lub przykładając ręcznik do poszczególnych partii. I nie zapominajmy, że balsam najlepiej jest stosować na lekko wilgotną skórę.

Bezpłatne zajęcia sportowe dla najmłodszych Są wolne miejsca!

Badania przeprowadzone w ubiegłym roku przez prof. Fernanda Estévez-Lópeza z Harvard Medical School dowiodły, że aktywność fizyczna już w przypadku trzylatków istotnie wspomaga rozwój organizmu: poprawia koordynację ruchową, siłę mięśni, pobudza dojrzewanie komórek mózgu. Przede wszystkim jednak wzmacnia odporność, bo już po 20 minutach ćwiczeń organizm wytwarza związki przeciwwzapalne. I choćby dlatego warto rozważyć zapisanie dziecka na zajęcia. Pod patronatem UG Andrespol bezpłatne zajęcia dla przedszkolaków z naszej gminy organizuje Akademia Piłkarska Andrespolia, a będą to ogólnorozwojowe treningi sportowe z akcentem piłki nożnej. Zajęcia prowadzone będą przez pedagogów i licencjonowanych trenerów UEFA. Mają odbywać się w soboty lub w niedziele na obiektach GOSiR w Wiśniowej Górze przy ulicy Tuszyńskiej 113 (na boisku klubu lub na murawie pod balonem). Więcej informacji można uzyskać pod nr tel. 609 139 882.



Zmiany na posterunku policji w Andrespolu

Dotychczasowy kierownik asp. sztab. Sylwester Misio po 32 latach służby w policji odszedł na emeryturę. Nowym szefem posterunku jest teraz st. asp. Marcin Kobryń, który wcześniej służył w Komisariacie Policji w Tuszynie.

W piątek, 2 lutego, w posterunku przy ul. Brzezińskiej, odchodzącego na zasłużoną emeryturę kierownika uroczyste żegnali współpracownicy, przedstawiciele urzędów gmin Andrespol i Nowosolna, pracownicy lokalnych instytucji współpracujących z policją, reprezentanci IPA - Międzynarodowego Stowarzyszenia Policji, policjanci i kadra kierownicza z powiatu łódzkiego wschodniego. – Życzę każdemu, aby na swojej drodze spotkał takiego przełożonego jak ty – przemawiał mł. insp. Sebastian Augustyniak, I Zastępca Komendanta Powiatowego Policji powiatu łódzkiego wschodniego. – Mam ogromny szacunek do twojej osoby za podejście do pracy, empatię dla podwładnych oraz atmosferę, jaką potrafiłeś tworzyć wokół

siebie. Dziękuję za służbę i życzę powodzenia na dalszej drodze życia – dodał.

Za profesjonalizm i zaangażowanie w działania na rzecz bezpieczeństwa w gminie Sylwestrowi Misio słowa uznania przekazał także wójt gminy Andrespol. Na zakończenie oficjalnej części uroczystości głos zabrał również sam zdający służbę, dziękując samorządowcom, rodzinie i zebranym gościom za życzliwość, codzienną wspólną pracę i zaufanie. Asp. sztab. Sylwester Misio służbę w Policji rozpoczął w październiku 1991 roku. Od początku był związany z powiatem łódzkim wschodnim i służbą prewencyjną. W 2010 został kierownikiem Posterunku Policji w Rzgowie, a w 2013 został przeniesiony do Andrespola. Jest odznaczony Brązową Odznaką „Zasłużony Policjant” oraz Srebrnym Medalem za Długoletnią Służbę.

Od 4 lutego Decyzją Komendanta Wojewódzkiego Policji w Łodzi obowiązki p.o. kierownika Posterunku w Andrespolu peł-

ni st. asp. Marcin Kobryń, który służbę w policji rozpoczął w 2005 roku w Łodzi. Od początku zawodowego życia jest związany z pionem kryminalnym i prewencji. W 2014 r. trafił do Komendy Powiatowej Policji powiatu łódzkiego wschodniego. Od 2022 r. pełnił służbę kierowniczą, początkowo w Ogniwie ds. Prewencji, a ostatnio ds.



Nowy p.o. kierownika st. asp. Marcin Kobryń

Asp. sztab. Sylwester Misio

Kryminalnych. Ponadto nowy p.o. kierownik Marcin Kobryń kontynuuje studia oficerskie w Akademii Policji w Szczytnie. Jest żonaty i ma dwie córki. Interesuje się sportem, szczególnie swoją aktywność skupia na przejażdżkach rowerowych. Lubi filmy psychologiczne i kryminalne.

Wizyta w punkcie poradnictwa obywatelskiego to nie strata czasu

Nie wiesz, jak postąpić ze spadkiem lub masz problem z napisaniem pisma do urzędu albo sądu, ale nie stać cię na skorzystanie z usług adwokata czy też radcy prawnego? W takiej sytuacji możesz śmiało udać się po wsparcie do doradcy obywatelskiego dyżurującego w andrespolskim Punkcie Nieodpłatnego Poradnictwa Obywatelskiego. Mieści się on w siedzibie Ośrodka Pomocy Społecznej przy ul. Rokicińskiej 125.

Porada obywatelska może, ale nie musi dotyczyć problemu typowo prawnego. Może odnosić się także do kwestii życia codziennego. Doradcy obywatelscy to profesjonalści,

którzy nie tylko studiowali pracę socjalną, profilaktykę społeczną, psychologię, pedagogikę, ale również ukończyli specjalny kurs prowadzony przez Związek Biur Porad Obywatelskich zakończony egzaminem z wiedzy dotyczącej m.in. spraw mieszkaniowych, dziedziczenia, własności, prawa pracy, spraw rodzinnych, postępowania cywilnego, karnego i administracyjnego.

Na jakie wsparcie można liczyć?

– Najwięcej osób przychodzi z prośbą o pomoc w sprawach spadkowych. Wiele osób potrzebuje dodatkowej wiedzy o świadczeniach i zasiłkach, prawie do emerytur i rent. Niektórzy szukają wsparcia w problemach rodzinnych – wylicza Mirosław Łuczyński, doradca obywatelski pracujący w andrespolskim punkcie.

Jak się okazuje, nadal wielu z nas nie zdaje sobie sprawy, że można wpaść w kłopoty, dziedzicząc dług po dalszych krewnych, którzy

nie mieli bliższych spadkobierców. Bywamy nieświadomi, że zrzekając się spadku po zadłużonych bliskich, trzeba zrobić to również w imieniu swoich nieletnich dzieci.

Nie wiemy, że po przyznaniu co najmniej umiarkowanego stopnia niepełnosprawności czy chorobie przewlekłej dziecka warto skontaktować się z ośrodkiem pomocy społecznej. – Doradzam w przygotowaniu podań i odwołań. Moim zadaniem jest także pomaganie w znalezieniu rozwiązania osobom, które popadły w długi, nie radzą sobie w sprawach mieszkaniowych albo mierzą się z przemocą w rodzinie – dodaje Mirosław Łuczyński. – Wtedy wspólnie analizujemy różne warianty działania; planujemy, do kogo i gdzie dalej należy się udać, aby łatwiej było wyjść z opresji.

Kiedy można przyjść po wsparcie?

Andrespolski punkt poradnictwa obywatelskiego czynny jest w poniedziałki, środy i czwartki w godz. 9.00-13.00. Co ważne, osoby chcące tutaj przyjść powinny wcześniej zarejestrować się na spotkanie pod numerem telefonu 42 205 03 25. Na miejscu trzeba będzie złożyć pisemne oświadczenie o braku możliwości poniesienia kosztów odpłatnej pomocy prawnej.

Dzieje się

Gmina Andrespol złożyła w ostatnim czasie sześć wniosków o dofinansowanie różnych projektów. Staramy się o pozyskanie 13 mln 281 102 zł. Łączny koszt przedsięwzięcia to 15 mln 230 224 zł.

Staramy się o pozyskanie środków z programów:

1. Zapobieganie klęskom i katastrofom poprzez zakup samochodów pożarniczych – I etap.

Projekt obejmuje zakup 1 ciężkiego samochodu ratowniczo-gaśniczego na podwoziu z napędem 6x6 z wyposażeniem podstawowym oraz dodatkowym dla Ochotniczej Straży Pożarnej w Andrespolu.

Wartość całkowita: 2 mln 153 000 zł
Wnioskowane dofinansowanie: 1 mln 830 050 zł

2. Zapobieganie klęskom i katastrofom poprzez zakup samochodów pożarniczych – II etap.

Projekt obejmuje zakup 3 lekkich samochodów ratowniczo-gaśniczych z wyposażeniem podstawowym oraz dodatkowym dla Ochotniczej Straży Pożarnej w Justynowie, OSP w Wiśniowej Górze i OSP w Bedoniu.

Wartość całkowita: 1 mln 749 370 zł
Wnioskowane dofinansowanie: 1 mln 486 964 zł

3. OZE dla obiektów użyteczności publicznej w gminie Andrespol.

Projekt obejmuje budowę 2 gruntowych pomp ciepła (max. moc 0,585 MW) na potrzeby Szkoły Podstawowej, Liceum Ogólnokształcącego oraz Gminnego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Wiśniowej Górze (hala sportowa).

Wartość całkowita: 5 mln 680 140 zł
Wnioskowane dofinansowanie: 4 mln 828 119 zł

4. Budowa przedszkola w Justynowie.

Projekt obejmuje budowę nowego, 3-oddziałowego przedszkola. Uwzględnia on elementy zagospodarowania terenu (bez parkingu – poza projektem) oraz zakup niezbędnego wyposażenia do prowadzenia zajęć z dziećmi, w tym podopiecznych z niepełnosprawnościami i ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi.

Wartość całkowita: 4 mln 865 845 zł
Wnioskowane dofinansowanie: 4 mln 135 968 zł

5. Budowa zbiornika retencyjnego przy ul. Kresowej w Justynowie.

Wartość całkowita: 615 439 zł
Wnioskowane dofinansowanie: 500 000 zł

6. Budowa zbiornika retencyjnego wraz z przebudową odcinka kanalizacji deszczowej przy ul. Marysińskiej w Justynowie i Kraszewie.

Wartość całkowita: 1 mln 166 429 zł
Wnioskowane dofinansowanie: 500 000 zł
Oba projekty (pkt 5 i 6) zakładają budowę zbiorników, które mają zbierać wodę deszczową, co ma poprawić sytuację okolicznych terenów oraz sytuację drogową.

Na dzień, na godziny - możesz zgłosić się po pomoc w opiece nad osobami niesamodzielnymi

Od stycznia mieszkańcy gminy Andrespol mogą liczyć na kilkugodzinną nieodpłatną pomoc w opiece nad bliskimi z niepełnosprawnościami.

Mieszkaś na terenie gminy Andrespol i zajmujesz się nieustannie osobą z niepełnosprawnością, potrzebujesz wyjść z domu, aby samemu załatwić niezbędne sprawy, ale nie masz w pobliżu nikogo, kto cię wyręczy? W takiej sytuacji możesz zgłosić się po pomoc do Ośrodka Pomocy Społecznej w Andrespolu.

Wsparcie to jest możliwe do uzyskania, ponieważ gmina Andrespol wystąpiła

i zakwalifikowała do udziału w Programie Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej „Opieka Wychnieniowa” – edycja 2024, który pozwala faktycznym opiekunom, zamieszkującym z osobą z niepełnosprawnością wymagającą całodobowej opieki, zwrócić się do ośrodka pomocy społecznej o zapewnienie czasowego zastępstwa oraz pokrycie kosztów pełnienia takiej roli przez osoby niespokrewnione.

O tego typu pomoc mogą starać się zarówno opiekunowie dzieci do lat 16 z orzeczeniem o niepełnosprawności, jak również osoby zajmujące się dorosłymi posiadającymi orzeczenie o znacznym

stopniu niepełnosprawności albo dokumenty na równi z nim traktowane (I grupa z ZUS, KRUS). Zgodnie z ustalonymi zasadami programu opiekunowie będą mogli umawiać się na zastępstwo na konkretną godzinę i czas z osobą wyznaczoną przez GOPS i samemu wskazać kogoś, z kim ośrodek zawrze umowę zlecenie na świadczenie tego typu formy usługi. Stawka to 40 zł brutto za godz. (ok. 25 zł netto).

– Osoby korzystający z tzw. opieki wychnieniowej nie ponoszą za to żadnej odpłatności i przysługuje ona także opiekunom aktywnym zawodowo – mówi Zbi-

gniew Piekarski, kierownik Ośrodka Pomocy Społecznej w Andrespolu.

Chętni do skorzystania z programu powinni się pospieszyć, ponieważ pieniądze, jakie udało się gminie pozyskać na realizację programu, czyli 43 tys. zł pozwolą na udzielenie wsparcia 6 rodzinom przez 180 godzin w miejscu zamieszkania osoby niepełnosprawnej. (gmina aplikowała o 115 tys. zł).

Aby zgłosić się do programu, wystarczy skontaktować się z OPS przy ul. Rokicińskiej 125 w Andrespolu poniedziałek, środa, czwartek 8:00-16:00, wtorek: 8:00-17:00, piątek: 8:00-15:00.

Licealiści z Wiśniowej Góry będą strzelać na lekcjach z laserowej broni

Szkoła uruchomiła wirtualną strzelnicę. Nie zobaczymy w niej broni, a tylko repliki, zamiast amunicji do celu mierzą wiązki laserowe, natomiast wirtualna rzeczywistość wykreuje treningi w różnych miejscach i warunkach atmosferycznych, jak np. pole walki w mieście, w nocy czy w deszczu.

23 stycznia w LO im. Jana Karskiego oficjalnie otwarta została strzelnica laserowa z oprogramowaniem i bronią treningową długą i krótką. W uroczystości udział wzięli m.in. reprezentanci Ministerstwa Obrony Narodowej, 9. Łódzkiej Brygady Obrony Terytorialnej, Wojskowego Centrum Rekrutacji, Komendy Powiatowej Policji Powiatu Łódzkiego Wschodniego oraz Kuratorium Oświaty w Łodzi, a także przedstawiciele władz i Rady Gminy Andrespol, która pozyskała fundusze i współfinansowała utworzenie strzelnicy. Całość inwestycji kosztowała ponad 188 tys. zł. 80 proc. kosztów inwe-

stycji zostało pokryte z środków Ministerstwa Obrony Narodowej w ramach konkursu „Strzelnica w powiecie 2023”, 20 proc. dopłacił Urząd Gminy jako organ prowadzący szkołę.

Strzelnica została urządzona w sali na piętrze, w której wcześniej trzeba było wykonać prace adaptacyjne. Polegały one m.in. na zaciemnieniu okien roletami nieprzepuszczającymi światła słonecznego oraz przemalowaniu ścian, w tym jedna obowiązkowo musiała być biała. Dopiero wtedy do pomieszczenia trafił „Pojedynek”. To multimedialny system szkolno-treningowy, który pozwala na zdobywanie i doskonalenie umiejętności bezpiecznego posługiwania się bronią w różnych sytuacjach.

Trening w wirtualnej rzeczywistości

Można strzelać do tarczy lub w oparciu o animację komputerową na ekranie o szerokości ok. 5 m i wysokości ok. 3 metrów, wykreować różne warunki przestrzenne, pogodowe i oświetleniowe. System pozwala dobrać porę dnia, ukształtowanie i zagospodarowanie terenu, wprowadzić cele ruchome,

ukazujące się np. nocą lub przy ograniczonej widoczności. Można zastosować efekty specjalne (ogień czy dym) i strzelać do celu z różnych odległości.

Uczestnicy szkoleń posługują się replikami broni, czyli bezprzewodowymi, laserowymi symulatorami. To wiernie odtworzone typy i modele karabinów i pistoletów będących na wyposażeniu jednostek wojskowych Sił Zbrojnych RP (wojsk operacyjnych i wojsk obrony terytorialnej). Mają podobną wagę, posiadają mechanizmy imitujące odgłosy strzału, zjawiska odrzutu, więc użytkownicy mają wrażenie, jakby strzelali z prawdziwej broni. Co istotne, trenować można zespołowo lub indywidualnie, stojąc, klęcząc lub leżąc, ponieważ w pomieszczeniu są 4 stanowiska z matami strzeleckimi, czyli wojskowymi materacami połowymi. Na koniec system umożliwia wydruk wyników wraz z ich podsumowaniem i analizą.

Nie tylko dla uczniów

Strzelnica ma przede wszystkim służyć uczniom Oddziału Przygotowania Wojskowego oraz klas mundurowych, ale będą z niej korzystać także licealiści z innych profili. Ponadto, zgodnie z założeniami programu MON, pomieszczenie to może być udostępniane organizacjom pozarządowym prowadzącym działalność na rzecz obronności państwa. W praktyce wygląda to tak, że chętni zgłaszają się do szkoły, a ta – konstruując harmonogram – udostępnia miejsce.



Nowe meble i kolejne książki w andrespolskiej bibliotece

Gminna Biblioteka Publiczna zmieniła ostatnio swój wygląd. Na miejscu mocno zużytych meblościanek pojawiły się nowe, które sprawiły, że wnętrze wypożyczalni stało się nie tylko funkcjonalne, ale również ładniejsze, wydaje się też jaśniejsze.

– Za 4100 zł zakupiliśmy 10 nowych regałów. W porównaniu ze starymi, każdy ma dodatkową półkę, co oznacza, że zyskaliśmy więcej miejsca na książki – opowiada Małgorzata

Kawula, dyrektor Gminnej Biblioteki Publicznej w Andrespolu. – To ważne, ponieważ nasz księgozbiór sukcesywnie się powiększa. Tylko w ciągu 12 ostatnich miesięcy przybyło 581 pozycji, w tym 304 sfinansowane z budżetu gminy.

Obecnie w zasobach biblioteki jest około 27 tys. książek, w tym około 12. tys. w Filii Bibliotecznej w Justynowie. Księgozbiór dla dzieci i młodzieży w obu tych miejscach liczy w sumie 6,2 tys. egzemplarzy (3,5 tys. w Andrespolu, 2,7 tys. w Justynowie).

– Wbrew temu, co mogłoby się wydawać w dobie czytników, e-książek, smartfonów i tabletów, książka drukowana jest nadal popularna. Czytelnicy chętnie pożyczają beletrystykę, powieści z dobrym zakończeniem,

lekkie, dodające otuchy oraz powieści kryminalne i książki dla dzieci i młodzieży – wylicza Elżbieta Bziukiewicz, kustosz. – Ponadto nasi czytelnicy chętnie wypożyczają polską literaturę, co, nie ukrywam, bardzo mnie cieszy. Wśród autorów na topie są Olga Rudnicka, Magdalena Witkiewicz, Katarzyna Michalak, Remigiusz Mróz. Dużym zainteresowaniem cieszą się serie wydawnicze m.in. „Jabłoniowy sad” Katarzyny Mirek, „Matylda Dominiczak” Olgi Rudnickiej i „Lipowo” Katarzyny Puzyńskiej.

Nieustannie w obiegu są powieści: „Tajemnice starego domu” Dorośli chętnie wypożyczają również „Zaczekaj na miłość”, „Pozwól mi kochać”, „Tajemnice starego domu”. Młodzież najchętniej sięga po powieści fantastyczne. Najmłodszy z kolei lubią serie książek o Kici Koci, Samochodziku Franku i przygodach Fenka.

Wśród zakupionych w ubiegłym roku nowości prym wiodą książki pt. „Chłopki. Opowieść o naszych babkach” oraz „Służące do wszystkiego” Joanny Kuciel-Frydryszak. Są to reportaże opowiadające o trudnym życiu, codziennym znoju, lękach i marzeniach naszych babć. Na te pozycje trzeba czekać w kolejce. Ale mamy też dobrą wiadomość. Powieści te są dostępne także w aplikacji LEGIMI, do której biblioteka udostępnia nieodpłatnie kody. Co miesiąc może je otrzymać 20 czytelników gminnych bibliotek.



Dokonując zakupu książek, kierujemy się propozycjami czytelników, których w naszej bibliotece zarejestrowanych jest aż 714, w tym 243 dzieci i nastolatków – mówią bibliotekarki

Julka Lesiak. Jeszcze o niej usłyszymy!



Fantastyczne portrety, pełne czaru i poezji, surrealistyczne i klimatyczne szkice w ołówku – tak w wielkim skrócie można przedstawić prace Julii Lesiak, utalentowanej plastycznie uczennicy LO w Wiśniowej Górze.

Spotykamy się w szkole, w piątkowe popołudnie na przerwie, tuż przed lekcją chemii. Julia jest uczennicą kl. IIIA. Miła, wrażliwa, skromna. Waży słowa, gdy pytam, skąd ten niezwykły talent. – Już w dzieciństwie lubiłam rysować i po prostu zostało to ze mną. Na początku tworzyłam swoje prace na podstawie interesujących fotografii, szkicowałam martwą naturę, portrety ze zdjęć. Z czasem zaczęłam pracować coraz więcej, samodzielnie i bardziej kreatywnie – opowiada Julia Lesiak.

Po raz pierwszy odważyła się pokazać swoje prace światu dopiero rok temu.

– Narysowałam portret w prezencie dla babci. Cała rodzina była zaskoczona. Wcześniej nikt nie miał podobnej pasji. Później zrobiłam również portret dla dziadka. To do tej pory moje ulubione rysunki – mówi Julia.

Prace licealistki zostały niedawno zaprezentowane również w gmachu szkoły przy ul. Tuszyńskiej na wystawie, którą pod opieką prof. Renaty Lichoty przygotowali humaniści Karskiego. Szkolni koledzy i nauczyciele mieli okazję obejrzeć szkice w ołówku przedstawiające postacie historyczne, portrety i martwą naturę.

– To była moja pierwsza wystawa w życiu. Pokazałam jedynie kilka ulubionych rysunków. Muszę przyznać, że trochę się obawiałam, jak moje prace zostaną odebrane. Okazało się jednak, że podobały wszystkim – wspomina Julia.

Przyznaje, że nigdy dokładnie nie liczyła, ile rysunków mogłaby zamieścić w swoim portfolio, ale na pewno byłoby ich ponad 100. Nie tworzy ich jednak w każdej wolnej chwili.

– Nie zawsze wolny czas wiąże się z inspiracją. Musi nastąpić jednocześnie połączenie obu tych obszarów. Kiedy przychodzi taka chwila i pojawia się impuls, biorę ołówek do ręki, a dalej jakby płynie, samo się tworzy – opowiada Julia.

Jeszcze przez dłuższą chwilę oglądam jej rysunki. Są to istotnie dobre „kreski”, zawierają detale, które pozwalają oddać szczegółową wizję pomysłu, a efekt prac jest niezwykle. Życzymy Julii, aby ta pasja dawała jej dużo radości i satysfakcji. Czekamy na więcej prac!



GMINA W OBIĘKTYWIE

TAKIE SPOTKANIA SĄ BARDZO WAŻNE

W piątek, 2 lutego remiza OSP w Andrespolu stała się salą balową dla gospodyń wiejskich z terenu całej gminy. Tańce były jednak tylko pretekstem do spotkania, bliższego poznania i rozmów na waż-

ne tematy. Organizatorem tego wyjątkowego balu karnawałowo-integracyjnego był Urząd Gminy Andrespol oraz Gminny Ośrodek Kultury. A gośćmi przede wszystkim panie angażujące się w działanie lokalnych kół gospodyń wiejskich.

Przybyłych bawił DJ, były tańce i wspólne śpiewy. Przy pięknie nakrytych i udekorowanych stołach nie tylko rozmawiano o życiu, ale także snuto plany, jak dalej integrować się między sobą i wspólnie działać na rzecz innych.

– Gorące posiłki, sałatki, wiejski stół. Niczego nie musiałyśmy przynosić, chociaż każde koło i tak zabrało ze sobą popisowe ciasta, bo nie była to tylko zabawa, a również wspaniała okazja, aby się spotkać, lepiej poznać, wymienić doświadczeniami, pomysłami i umacniać nasze relacje. Coraz więcej powinno być takich wydarzeń – podkreślały członkinie okolicznych KGW.

Historia kół gospodyń wiejskich w gminie Andrespol sięga 1958 roku. Na przestrzeni lat koła pielęgnowały polską tradycję i jednocześnie wywierały silny wpływ na rozwój swoich wsi. Dziś w gminie aktywnie działa 7 kół. Tym, co je łączy jest nie tylko praca na rzecz lokalnych społeczności, wspieranie pobliskich organizacji, ale również umiejętność dzielenia się radością i chęć kultywowania tradycji z pasji. Członkinie często nieodpłatnie poświęcają swój prywatny czas, by pomagać w rozwoju i tworzeniu silnej społeczności. Zazwyczaj po prostu „skrzykują się”, gdy wiedzą, że coś mają zrobić i... działają!.



TO BYŁO WYJĄTKOWE WYDARZENIE

6 stycznia w kościele Rzymskokatolickiej Parafii Matki Bożej Królowej Polski w Bedoniu Przykościelnym zespół Pieśni i Tańca Wiśniowa Góra zaprosił wiernych na wzruszające jasełka z udziałem najmłodszych mieszkańców gminy oraz koncert kolęd i pastorałek. Młodzi i starsi artyści, tworząc magiczną aurę, po raz kolejny przypomnieli nam, że polska kultura i tradycja jest piękna i nierozdzielnie związana z każdym z nas. Dziękujemy za niezapomniane chwile i podzielenie się swoim talentem.



FAIR PLAY I Z WIELKĄ FRAJDĄ W... BALONIE

Mają zaledwie po kilkanaście lat, a już z ogromną dozą dojrzałości mówią, że współpraca w każdej sytuacji i nawiązane przy okazji szlifowania swoich umiejętności piłkarskich przyjaźnie bywają ważniejsze niż sam wynik. Tak świetna atmosfera panowała i tym razem, wśród nastolatków z LZS Justynów, którzy po raz pierwszy w historii grali mecz sparingowy na zadaszonym balonem boisku w Wiśniowej Górze. Każdy osobno, wszyscy chórem i obie drużyny naraz przyznały, że w takich warunkach mogłoby przez całą dobę z identyczną frajdą trenować, sprawdzać swoje umiejętności piłkarskie i cieszyć sportem. Boisko w Wiśniowej Górze to także miejsce treningów i meczy sparingowych Widzewa Łódź. W niedawno rozegranym tu meczu wysoko, bo aż 5:1 pokonał Wartę Poznań.



BAŚNIOWE BALE DLA NAJMŁODSZYCH

Od lat panie z Kół Gospodyń Wiejskich w Bedoniu i Janówce organizują m.in. spotkania i imprezy dla dzieci. Tym razem w swoich wsiach zaprosiły najmłodszych mieszkańców na bal karnawałowy. Na gości w strojach komiksowych superbohaterów, strażaków, żołnierzy, księżniczek czekało wiele atrakcji i pyszny poczęstunek. Dzieci, rodzice i organizatorki, wszyscy razem bawili się parę godzin przy skocznej muzyce.



WOŚP ZAGRAŁA PO RAZ 32.

Starsi i młodzi, strażacy, uczniowie – to wolontariusze, którzy swoim zaangażowaniem od lat przyczyniają się do sukcesu Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. W tym roku tradycyjnie już w naszej gminie orkiestra najgłośniejszej rozbrzmiewała w OSP KRSG Justynów. Zebrane środki 5 tys. 947 zł trafią na zakup sprzętu do diagnozowania, monitorowania i rehabilitacji chorób płuc pacjentów na oddziałach pulmonologicznych dla dzieci i dorosłych. Jesteście wielcy!



CI TO POTRAFIĄ SIĘ BAWIĆ!

Ponad 80 rencistów i emerytów wzięło udział w spotkaniu karnawałowo-ostatkovym, jakie przy wsparciu Urzędu Gminy w ostatnią sobotę stycznia zorganizował dla swoich członków Zarząd Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów, koło nr 3 w Andrespolu. Impreza odbyła się w sali andrespolskiej Ochotniczej Straży Pożarnej przy pięknie zastawionych smakołykami stołach i tradycyjnie rozpoczęła się od uroczystego obiadu. Kiedy jednak wybrzmiały pierwsze szlagiery w wykonaniu Bogdana Grada z Bedonia, nie trzeba było nikogo specjalnie zachęcać do tańca. A patrząc na bawiących się seniorów, można jedynie myśleć o tym, że młodzi ludzie mogliby się od nich uczyć, co to znaczy być energicznym i cieszyć się życiem w każdym wieku.

