

W tym numerze:

- Głos Regionalistów
- Wakacje z Bogiem 1
- Forum czytelników 2
- Jesteśmy już w Unii 3
- Uwaga rolnicy 3

BYCHAWSKIE MUZYKOWANIE PRZY ŚWIĘTYM JANIE



fot. - Tak bawili się na scenie wykonawcy podczas tegorocznego „Muzykowania przy św. Janie”...

Muzykowanie to wydarzenie, które zdążyło się już wpisać w bychawski kalendarz kulturalny. Od trzech lat z okazji święta jednego z patronów naszej parafii możemy nie tylko skosztować przysłowiową już odpustową szczypkę. Księża zaofiarowali nam trochę niecodzienną, jak na nasze małomiasteczkowe realia, formę modlitwy i rozrywki. W tym letnim małym festiwalu piosenki religijnej połączyli te dwa elementy. Napisałem piosenkę religijną, bo piosenka religijna jest prosta, więc może ją śpiewać każdy, jest wesoła, a przecież nasza religia jest religią radości, jest najlepszą formą modlitwy, bo kto modli się śpiewem, modli się podwójnie. W tym roku muzykowanie miało jeszcze jeden cel. Było połączone ze zbiórką pieniędzy na leczenie chorego na zanik mięśni Grzesia.

dokończenie na stronie 4

Pomyślny rok dla szkoły

rozmowa z p. Henrykiem Dudziakiem - dyrektorem Zespołu Szkół im. Ks. Antoniego Kwiatkowskiego w Bychawie



fot. - Dyr. Henryk Dudziak założyciel Młodzieżowej Orkiestry Dętej Zespołu Szkół im. Ks. A. Kwiatkowskiego podczas XXI Wojewódzkiego Festiwalu Orkiestr Dętych w Bychawie wykonuje utwór z Agnieszka Frączek.

W BYCHAWIE, JAK W NIEBIE czyli WAKACJE Z BOGIEM



fot. - Zdjęcie grupowe uczestników z proboszczem ks. kanonikiem Andrzejem Kusiem (po lewej) oraz ks. Bogusławem Marzędą (po prawej) na tle kościoła parafialnego w Bychawie.

Podczas tegorocznych wakacji, w dniach od 1 do 10 lipca 2004r. już po raz kolejny w naszym mieście zorganizowano letni wypoczynek – półkolonie dla dzieci i młodzieży pod hasłem „Wakacje z Bogiem”. Głównym organizatorem i pomysłodawcą tej inicjatywy była Parafia rzymsko-katolicka p.w.Św. Jana Chrzciciela w Bychawie z proboszczem Ks. Kanonikiem Andrzejem Kusiem.

W półkoloniach wzięło udział 161 dzieci, które zostały podzielone na 9 grup. Dzieci miały zorganizowany czas od godziny 9.00 do 15.00. Posiłki dla uczestników zostały zakupione w stołówce Zespołu Szkół im. Ks. A. Kwiatkowskiego w Bychawie. Na każdy dzień zgrupowania został

przygotowany szczegółowy plan zajęć, zapewniając uczestnikom jak najwięcej atrakcji, oprócz wycieczek pieszych i autokarowej, jednodniowej wycieczki do Sandomierza, podczas której dzieci zwiedziły Katedrę Sandomierską i podziemia jednego z kościołów, organizowane były wycieczki rowerowe po najbliższej okolicy oraz imprezy sportowo-rekreacyjne na stadionie sportowym w tym turniej piłki nożnej. Codziennie uczestnicy korzystali z hali sportowej i krytej pływalni, dzięki uprzejmości dyrekcji Zespołu Szkół im. Ks. A. Kwiatkowskiego. Organizowane były różnorodne gry zespołowe i konkursy. Dwukrotnie zorganizowano ognisko na „Zielonej Dolinie” z programem arty-

stycznym przygotowanym przez uczestników, pieczonymi kielbaskami i smażoną rybą. Codzienne zajęcia rozpoczynały się Mszą św. o godzinie 9.00. Następnie odbywała się praca w grupach do godziny 13.00 - do obiadu. Po obiedzie kontynuowano realizację przygotowanych zajęć, które kończyły się wspólną modlitwą i podwieczorkiem.

Zajęcia w grupach prowadzone były przy kościele, plebani i w plenerze. Miały różne formy: plastyczną, rytmiczną i sportową. Była nie tylko zabawa, lecz także zdobywanie wiedzy. Dzieci zwiedziły np. mleczarnię i straż pożarną, dowiadując się przy tym wielu ciekawych rzeczy na

dokończenie na stronie 2

Trwające wakacje to czas odpoczynku dla nauczycieli, kierownictwa, uczniów. To również dobry czas na podsumowanie zakończonego roku szkolnego. Jak można podsumować zakończony rok szkolny dla ZS im. Ks. A. Kwiatkowskiego w Bychawie?

Ostatni rok dla naszej szkoły był finansowo niepokojący, nie mniej jednak uruchomienie baterii słonecznych do podgrzewania wody spowoduje obniżenie kosztów utrzymania krytej pływalni, co w efekcie pozwoli zaoszczędzić niezbędne środki do bieżącego funkcjonowania szkoły. Ten rok zakończył się po raz ostatni starą maturą – należy ocenić, że tegoroczni abiturienti pomyślnie złożyli egzaminy dojrzałości. Natomiast uczniowie klas drugich próbnie zmagali się po raz pierwszy w tym roku z nową maturą.

Mówiąc o szkole nie sposób nie zapytać o Młodzieżową Orkiestrę Dętą..?

Dla naszej orkiestry, w której w chwili obecnej gra 45 osób i występuje 18 czirlierek rok szkolny był bardzo pomyślny. Została przełamana ubiegłoroczna zła pasja po zmianie na stanowisku kapelmistrza. Młodzież bardzo intensywnie pracowała na próbach, co dało owoce w postaci ciekawego repertuaru opracowanego z dużym stopniem trudności na wysokim poziomie artystycznym. Z powodzeniem młodzież występowała na wielu imprezach lokalnych. Występowała również w Sopocie, a w Ogólnopolskim Festiwalu Młodzieżowych Orkiestr Dętych w Inowrocławiu zdobyła IV nagrodę i nagrodę specjalną za najładniejsze widowisko plenerowe. Orkiestra nasza została również laureatem Festiwalu Orkiestr Dętych w Bychawie. Należy też wspomnieć o nominacji naszej orkiestry do prestiżowego wyróżnienia „Ambasador Województwa Lubelskiego”. Nawiązaliśmy wiele ciekawych kontaktów – między innymi wspól-

pracę z Orkiestrą Dętą z Łącka, zostaliśmy również zaproszeni na występy zagraniczne do Szwecji i Odessy.

Aktywność szkoły widoczna jest podczas imprez i uroczystości lokalnych, zmieniło się również otoczenie szkoły..

Tak, z myślą o organizacji imprez kulturalnych o małym zasięgu powstał ogród ekologiczny – edukacyjny ze stałą sceną. Ten nasz szkolny amfiteatr z powodzeniem gościł uczestników tegorocznego Wojewódzkiego Festiwalu Orkiestr Dętych. W organizację festiwalu nasza szkoła włączyła się bardzo aktywnie. Gościliśmy 9 orkiestr, byliśmy również autorem programu artystycznego, podczas którego wystąpiły zespoły z Lublina, które jeszcze nie gościły na bychawskiej scenie.

Odbywały się u nas imprezy okolicznościowe o zasięgu lokalnym. W październiku został zorganizowany Powiatowy Dzień Edukacji, w marcu dni otwarte szkoły, 1 czerwca Święto Szkoły i Powiatowy Dzień Dziecka.

Czym szkoła powita uczniów wraz z nastaniem nowego roku szkolnego?

Poszukując nowej, szerszej oferty edukacyjnej oprócz istniejących profili kształcenia od 1 września br. zafunkcjonuje Szkoła Muzyczna I i II Stopnia jako Filia Szkoły Towarzystwa Muzycznego H. Wieniawskiego w Lublinie, z nadzieją, że w najbliższej przyszłości uda się ją wcielić w strukturę organizacyjną Zespołu Szkół. Nowością będzie również możliwość nauki języka hiszpańskiego w naszej szkole.

Na zakończenie ostatnie pytanie: Czego należy życzyć szkole?

Przede wszystkim jak najwięcej uczniów, młodzieży która mogłaby korzystać z naszej bogatej oferty edukacyjnej.

Rozmowę przeprowadziła M. Trzciska



Szkoła Podstawowa z wizytą w La Chapelle

fot. - Przed szkołą w La Chapelle - wspólne zdjęcie

„Szkoła Podstawowa z wizytą w La Chapelle”
W ramach programu „Euro-ecole”, któremu patronuje Prezydent Francji Jacques Chirac, uczniowie klas V i VI Szkoły Podstawowej w Bychawie przebywali w dniach 28.04.04 – 13.05.04 z pierwszą przyjacielską wizytą we francuskiej szkole podstawowej Ecole Primaire Publique, położonej w mieście La Chapelle Sur Erdre. Głównym celem programu jest rozwijanie u dzieci 9-12 letnich poczucia tożsamości europejskiej. Podczas pobytu we Francji nasi uczniowie przebywali w domach rodzinnych swoich francuskich korespondentów, uczniów IV klasy szkoły Ecole Primaire Publique, której wychowawcą

jest Philippe Rougier – organizator naszego pobytu. Podczas wspólnych spotkań w szkole, nasi uczniowie uczestniczyli w lekcjach języka angielskiego, turnieju sprawnościowym, wzięli też udział w plastycznym konkursie pod hasłem „Polska w Europie”, który został zorganizowany z okazji przystąpienia Polski do Unii Europejskiej. Miło było obserwować jak duże zaciekawienie budziła nasza wizyta wśród uczniów francuskich, którzy chcieli zdobyć jak najwięcej informacji o Polsce. W tym celu został zorganizowany wywiad z naszymi uczniami. Pytania dotyczyły geografii Polski, życia gospodarczo-politycznego, pracy zawodowej rodziców, uprawianych sportów, ulubionych

zabaw, życia codziennego i szkolnego. Pobyt we Francji umiły wycieczki do Nantes, piesze wędrowki i pikniki. Dzięki nim nasi uczniowie poznali piękne krajobrazy, zabytki oraz kulturę regionu bretońskiego. Niezwykle ekscytująca okazała się wycieczka nad Ocean Atlantycki. Pobyt we Francji uwieńczył wieczór w „Capelle”, na którym spotkały się wszystkie rodziny i uczestnicy wyjazdu z Polski. Przy dźwiękach tradycyjnej muzyki bretońskiej, rozkoszując podniebienie potrawami kuchni francuskiej, pożegnaliśmy bliźniacze miasto La Chapelle Sur Erdre.

Bożena Warda
Bożena Szwałek



fot. - Polsko-francuska lekcja jęz. angielskiego.



fot. - Prezentacja programu artystycznego w wykonaniu uczniów SP w Bychawie

FORUM CZYTELNIKÓW ROZBUDZONE NADZIEJE I SZARA RZECZYWISTOŚĆ

Od wielu lat czynione były usilne starania o rozbudowę szpitala bychawskiego, o łącznik między budynkiem przychodni, a szpitalem. Rozbudowano nasze nadzieje na polepszenie warunków lokalowych bychawskiego szpitala i podniesienie standardu usług medycznych. Wszystkie działania w tym zakresie kończyły się fiaskiem. Ale na czerwcowej sesji Rady Miejskiej w Bychawie przedstawiono „Projekt Rozwoju Lokalnego Powiatu Lubelskiego”, w którym w zadaniach inwestycyjnych dla gminy Bychawa przewidziano rozbudowę szpitala powiatowego w Bychawie i modernizację drogi Bychawa – Bychawka – Osmolice. W porównaniu do zadań inwestycyjnych innych gmin powiatu lubelskiego to nie wiele – ale jednak coś!

W budżecie gminy na 2004r. przeznaczono już 10 tys. zł. na dofinansowanie projektu rozbudowy szpitala w Bychawie. I nie jest to jedyne wsparcie finansowe przez Radę Miejską zadań powiatowych.

Wydawało się, że zaangażowanie w sprawę szpitala takich osób jak Henryk Dudziak – radny sejmiku wojewódzkiego, Piotr Wojtaś – dyrektor ZOZ Bychawa, Andrzej Sobaszek – burmistrz Bychawy, czy właściwe podejście do problemu Rady Miejskiej oraz wspierające działania wójtów sąsiednich gmin, przyniosą wymierne efekty. Powstałe przed kilku laty Towarzystwo Popierające Rozwój Szpitala w Bychawie zgromadziło na ten cel ponad 50 tys. zł. organizując imprezy kulturalne i poszukując sponsorów. Ale żeby ruszyć z inwestycją należy najpierw opracować

dokumentację na to zadanie. Ponieważ szpital w Bychawie jest jednostką powiatową, to opracowanie tej dokumentacji należy do zadań powiatu. Jest to podstawowy wymóg, w oparciu o który można zabiegać o fundusze strukturalne, wojewódzkie, czy jakiegokolwiek inne lub gromadzić własne środki. Jak wynika z moich informacji – dobrze będzie jeśli dokumentacja na rozbudowę tego obiektu opracowana zostanie na początku 2005r. Dobrze będzie – bo jak do tej pory nikomu nie zlecono opracowania tej dokumentacji. Tak, więc następna nadzieja na tą, tak potrzebną wszystkim inwestycję, rozplynęła się w iluzorycznej dacie roku 2006.

Ale jeżeli to zadanie przekracza chęci i możliwości powiatu, to ocieplenie obecnego budynku szpitala – moim zdaniem – jest w zasięgu możliwości finansowych powiatu, tym bardziej, że wszystkie otwory w tym budynku zostały wymienione na nowe, a ocieplenie wcześniej czy później musi być wykonane. Lepiej by było żeby nastąpiło to wcześniej i jeszcze w tym roku. Zmieniłoby to nie tylko wygląd zewnętrzny budynku szpitala, zmniejszyło koszty ogrzewania, ale również zmieniło nieco wizerunek władz powiatowych w naszych oczach. Nie jest to przecież tak tytaniczne zadanie, którego budżet powiatu nie mógłby udźwignąć.

Swoje refleksje poddaję pod sąd społeczeństwa i uwagę wszystkich, którym jakość usług medycznych i zdrowie obywateli powinno leżeć na sercu!

Jerzy Bielak

Szansa na stypendium

Celem Funduszu Stypendialnego „Szansa dla 1000” jest wspieranie młodych ludzi z terenu Lubelszczyzny, będących w trudnej sytuacji materialnej.

Fundusz wspiera młodzież ze szkół gimnazjalnych, ponadgimnazjalnych i studencką, będącą w trudnej sytuacji materialnej. Jego adresatami są przede wszystkim osoby z małych miejscowości. Kryterium przyznania stypendium nie jest ani szczególne uzdolnienie, ani przynależność wyznaniowa, lecz wysokość dochodów. Pomoc finansowa przeznaczona jest na pokrywanie kosztów utrzymania w bursie czy akademiku, dodatkowych kosztów nauki, kosztów wyżywienia, dojazdu do szkoły, zakup podręczników, zeszytów, pomocy szkolnych.

Pomysłodawcy Funduszu pragną prowadzić swoich stypendystów do momentu ukończenia studiów, umożliwiając kształcenie w wybranych kierunkach, wspierać ich rozwój także przez oferowanie możliwości zdobywania wiedzy i przydatnych umiejętności. Stypendyści mieliby możliwość ukończenia kursów komputerowych, uczestnictwa w

kursach językowych, kursach przedmiotowych oraz innego rodzaju kursach rozwijających ich indywidualne zdolności, dla zwiększenia szans przy staraniu się o dostęp do liceów czy przy zdawaniu na studia.

Otrzymanie stypendium oznacza udział w programie wychowawczym, a w jego ramach m.in. w spotkaniach, obozach wakacyjnych, organizowanych konferencjach, forach młodzieży, propozycjach kulturalnych. Organizatorzy pragną także zapewnić stypendystom możliwość udziału w zajęciach z psychologami i pedagogami, m.in. pomoc w postaci grup terapeutycznych, planują organizację cyklicznych spotkań o charakterze wychowawczym (treningi asertywności, warsztaty komunikacji interpersonalnej, etc.)

Więcej informacji (w tym formularz wniosku): www.mlodziez.lublin.pl
Kontakt z Funduszem:
tel. 081 53-221-35
e-mail: szansa@mlodziez.lublin.pl
ul. Krakowskie Przedmieście 1
120-002 Lublin

oprac. JM

W BYCHAWIE, JAK W NIEBIE czyli WAKACJE Z BOGIEM

dokończenie ze strony 1
temat produkcji wyrobów mleczarskich oraz nietłatwej pracy strażaków.

W trakcie realizowania programu „Wakacje z Bogiem” uczestnicy odpowiednio do swojego poziomu wiekowego m.in.:

- zdobywali i usprawniali swoje umiejętności interpersonalne oraz swoje zdolności porozumiewania się, - uczyli się akceptować własne uczucia przy jednoczesnym nabywaniu umiejętności konstruktywnego ich wyrażania,
- zdobywali wiedzę na temat ogólnoludzkich hierarchii wartości, w tym wartości duchowych,
- nabywali wiedzę dotyczącą np. wpływu alkoholu, nikotyny, narkotyków na funkcjonowanie człowieka,
- zdobywali umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach itp.

Opiekę nad uczestnikami „Wakacji z Bogiem” sprawowało dwóch księży oraz wolontariusze – studenci kierunków pedagogicznych oraz psychologii i socjologii, a wśród nich Marzena Jachacz, Katarzyna Kruk, Elżbieta Sobaszek, Joanna Kula, Ewa Krzykała, Maria Kowalik, Małgorzata Urban, Magdalena Sobaszek, Małgorzata Machnik i Justyna Orszulska. Wakacje zakończyły się w



fot. - Zdjęcie grupowe na tle fontanny w parku miejskim w Bychawie.

sobotę 10 lipca ogniskiem przy Zespole Szkół im. ks.A.Kwiatkowskiego, podczas którego dzieci piekły smaczne kielbaski. W tym dniu odbyły się też liczne konkursy z nagrodami, przygotowane przez opiekunki. Na zakończenie dzieci otrzymały słodycze i upominki. Serdecznie podziękowania należą się tym wszystkim, którzy w jakikolwiek

sposób przyczynili się do organizacji wycieczki dla dzieci, tu m.in. Parafii p.w.Św. Jana Chrzciciela i Ks. Proboszczowi Andrzejowi Kusiowi, władzom miasta z Panem Burmistrzem Andrzejem Sobaszkiem na czele za wsparcie finansowe w wysokości 3,5 tys. zł z budżetu gminy oraz wypożyczenie autobusu, dyrekcji Zespołu Szkół im.ks.A.



fot. - Uczestnicy „Wakacji z Bogiem”.

Kwiatkowskiego i Dyr. H. Dudziakowi za udostępnienie stołówki, hali sportowej i krytej pływalni, a także OSM w Bychawie za nabiał, Jednostce Ratowniczo-Gaśniczej Państwowej Straży Pożarnej w Bychawie za udostępnienie i pokaz sprzętu ratowniczo-gaśniczego, piekarni Państwa Kowalskich oraz Państwa Juryckich za pieczywo, przetwórn

mięsa Pana B. Dawidczyka za wędliny, hurtowni napojów Państwa Saganów, właścicielom „Zielonej Doliny” Państwu Zawiślakom i wszystkim innym, którzy pomogli zorganizować „Wakacje z Bogiem” i stworzyć naszym dzieciom „skrawek nieba na ziemi”.

red.

Nasz poseł na obradach w Sejmie.

W dniu 1 czerwca z okazji Międzynarodowego Dnia Dziecka po raz dziesiąty parlament polski gościł w swoich progach młodych posłów na X Sesji Sejmu Dzieci i Młodzieży.

Wśród nich zasiadał jeden z trzydziestu posłów województwa lubelskiego poseł MIROSLAW CIOLEK – uczeń Zespołu Szkół Zawodowych Nr 1 im. mjr Henryka Dobrzańskiego w Bychawie. Na obrady dziecięcego Sejmu udał się wraz ze swoim opiekunem Januszem Saganem. Napisana przez Mirka praca pt. „Polacy w Unii Europejskiej. Czy nowe znaczenie polskiego patriotyzmu?” rywalizowała ze 168 pracami, innych uczniów z Lubelszczyzny.

Podczas inauguracji z młodzieżą spotkali się parlamentarzyści „dorosłego” Sejmu. Dla młodych posłów była to okazja do zdobycia autografów różnych polityków lub zrobienia sobie z nimi pamiątkowych zdjęć. Wśród przybyłych parlamentarzystów byli m.in. Marszałek Sejmu RP Józef Oleksy, wicemarszałkowie - Tomasz Nałęcz, Donald Tusk i Janusz Wojciechowski, a także posłowie: Mirosława Kątna, Anna Nowacka, Roman Jagieliński, Zbigniew Kuźmiuk, Krzysztof Janik. Obecny był także Rzecznik Praw Dziecka - Paweł Jaros.

Przybyłych na Salę Posiedzeń posłów przywitał Marszałek Józef Oleksy, po czym, odczytano list Prezydenta RP Aleksandra Kwaśniewskiego do uczestników X Sesji Sejmu Dzieci i Młodzieży.

„Rad jestem, że inicjatywa dziecięcego parlamentaryzmu wpisała się na stałe w demokratyczny krajobraz III Rzeczypospolitej. Obserwuję obrady Sejmu dla Dzieci i Młodzieży od dawna i z satysfakcją stwierdzam, że jest to doskonała



foto. - Na zdjęciu widoczni: od prawej Wicemarszałek Donald Tusk i Mirosław Ciolek uczeń ZSZ nr 1 w Bychawie, poseł dziecięcego sejmu

obywatelska lekcja demokracji, przygotowująca młode pokolenie do aktywnego uczestnictwa w społecznym i politycznym życiu kraju” – napisał w liście do młodzieży prezydent.

Efektom pracy młodych posłów są apele: do narodu polskiego w sprawie kształtowania postawy patriotycznej obywatela polskiego oraz w sprawie postaw patriotycznych Polaków w jednoczącej się Europie, a także uchwała w sprawie sytuacji politycznej w Polsce. Sejm Dzieci i Młodzieży przyjął również rezolucję w sprawie zwiększenia pomocy dla najslabszych.

W trakcie obrad przybył Prezes Rady Ministrów Marek Belka, który wystąpił przed Wysoką Izbą i odpowiadał na pytania zadawane z ław poselskich. X Sesja Sejmu Dzieci i Młodzieży była wielką lekcją edukacji obywatelskiej. Więcej informacji na stronie internetowej Szkołnego Klubu Europejskiego „Orzeł” działającego przy ZSZ nr 1 w Bychawie <http://www.skeorzel.prv.pl>

Janusz Sagan
opiekun SKE „Orzeł”

JESTEŚMY JUŻ W UNII czyli INWESTYCJE W GMINIE BYCHAWA

Urząd Miejski w Bychawie, Wydział Gospodarki Przestrzennej i Komunalnej informuje, że prace nad budową kanalizacji sanitarnej od istniejącego kanału K-1-1 przy ul. Rataja do Zespołu Szkół Zawodowych Nr 1 przy ul. Reymonta w Bychawie wykonane zostały w czasie od 12 maja 2004 r. do 22 czerwca 2004 r.

Długość sieci kanalizacyjnej ø 110 PE wynosi 766,0 m, ø 90 PE – 611,5 m, długość przyłączy ø 50 PE – 219,5 m, ø 90 PE 5m. Całkowity koszt inwestycji wynosi 271 474,12 zł. Ze środków SAPARD gmina otrzymała zwrot wydatków w wysokości 123 958,26 zł. Głównym wykonawcą robót było Przedsiębiorstwo Budowlano-Usługowe „EKOMEL” Sp z o.o. z Janowa Lubelskiego wyłonione w drodze przetargu nieograniczonego.

• W trakcie realizacji jest obecnie I etap modernizacji stadionu sportowego w Bychawie.

Przebudowywane będą trybuny. Przewidywany koszt inwestycji wynosi 296 066,00 zł. Na ten cel gmina ma otrzymać dofinansowanie z SAPARD-u w kwocie 126 646,00 zł. Planuje się kontynuowanie tej inwestycji (modernizacja pozostałych obiektów) w roku 2005. Gmina dostała przyrzeczenie o przyznaniu dotacji ze środków MENiS w roku 2005, a także będzie się ubiegać o dofinansowanie z Funduszy Strukturalnych.

• W trakcie realizacji jest obecnie odbudowa zalewu Podzamcze. Gmina zdecydowała o podjęciu się tego zadania ze względu na możliwość skorzystania ze środków SAPARD-u na dofinansowanie tej inwestycji w kwocie 129 962, 00 zł. Koszt ogólny tego zadania wyniesie 402 853,00 zł.

Wykonany zostanie m.in. pomost rekreacyjno-wędkarski. Dzięki realizacji tego przedsięwzięcia gmina będzie mogła poszczycić się czystą wodą

i pięknym miejscem stworzonym dla odpoczynku i rekreacji.

• Remonty dróg gminnych oraz zatok w drogach publicznych na terenie miasta. Zakończony został remont chodnika przy ul. Dąbrowskiego, koszt realizacji inwestycji wyniósł 32 800,00 zł. oraz remont ul. Batorego – koszt: 57 200,00 zł. Zakupione zostało kruszywo na remont dróg gminnych na kwotę: 99 000 zł. Wyremontowano drogę w Starej Wsi – koszt: 22 400 zł.

W trakcie realizacji są remonty dróg w Zaraszowie Kolonii i Osowie Kolonii. Wartość tych robót wyniesie: 200 000 zł, z czego 150 000 zł. dotacji na ten cel gmina otrzyma z tzw. środków powodziowych.

Wykonano modernizację drogi w Podzamczu za kwotę 28 400zł oraz modernizację drogi w Łęczycy, gdzie kwota wyniosła 75 000 zł.

Jak radzić sobie ze stresem?

Stres kojarzy nam się z problemami, których nie potrafimy rozwiązać. Z pracą pod dużą presją, konfliktami rodzinnymi, ze zbyt wysokimi stawianymi wymaganiami. Stres pozytywny może występować w chwilach zagrożenia, a także w sytuacjach wymagających od nas większego wysiłku psychicznego lub fizycznego. Powoduje on przyspieszenie akcji serca, podwyższenie ciśnienia krwi, przygotowuje mięśnie do działania, mobilizuje funkcje psychiczne, zwiększa uwagę, koncentrację, przyspiesza zdolność myślenia. Takie chwile zdarzają się, kiedy gramy ważny mecz lub gdy przystępujemy do jakiegokolwiek rywalizacji. Występują wtedy, gdy chcemy osiągnąć wyznaczony cel. Rozmowa z szefem, wystąpienie publiczne, egzaminy, mogą wywoływać pozytywny stres. Mamy wtedy poczucie pewności siebie, jasności umysłu, precyzyjnego myślenia. Ciało jest lekkie i pełne siły. Taki stres jest bardzo pożądany. Ułatwia wykorzystanie wszystkich możliwości psychicznych i fizycznych.

Stres, którego siła przekracza charakterystyczną dla każdego granicę wytrzymałości, jest negatywny i zaburza funkcje organizmu. Przedłużający się stres wpływa bardzo niekorzystnie zarówno na psychikę człowieka, jak i na jego ciało. Może doprowadzić do zaniku motywacji, czyli utraty chęci robienia czegokolwiek, obniżenia nastroju, zaburzeń snu i związanych z tym zaburzeń koncentracji, pamięci oraz uwagi. Przy wyjątkowo długotrwałym stresem występuje zespół depresyjno-lękowy: bezsenność, budzenie się między godziną trzecią a piątą rano, lęki, wszegoharniające smutek, osłabienie wzroku, włosów i paznokci. Taki stres doprowadzić może do dysfunkcji wielu organów wewnętrznych. Wiadomo już, że uszkadza serce, układy nerwowy i pokarmowy. Powoduje zawały, owrzodzenia żołądka i dwunastnicy oraz wiele innych chorób.

Naukowcy podają kilka skutecznych metod, które mogą wpływać na podwyższenie energii i spadek napięcia, a więc znacznie zmniejszają naszą podatność na stres. Pierwszy sposób to ćwiczenia fizyczne. Zastosowane zaraz po wystąpieniu stresu rozładują napięcie, odwracają myśli od przyczyny stresu, dotleniają organizm. Jeśli decydujemy się na regularny wysiłek fizyczny (biegi, basen, siłownia, gry zespołowe), wówczas dzięki podniesieniu energii i obniżeniu napięcia stajemy się bardziej odporni na czynniki wywołujące stres. Chód w tempie utrzymującym bicie serca na poziomie 100 uderzeń na minutę lepiej relaksuje mięśnie niż silny środek uspokajający. A wiadomo, że rozluźniając mięśnie uspokajamy umysł, a uspokajając umysł rozluźniamy mięśnie. Druga bardzo istotna rzecz to odpowiednie dotlenienie organizmu. Bez tlenu nie ma życia. Kiedy czujemy, że dopada nas stres, możemy bronić się przed jego złymi skutkami, stosując głęboki oddech. Spadek napięcia, pojawiającego się w takich sytuacjach, spowoduje wciągnięcie powietrza przez nos aż „do kolan” i wypuszczenie lekko uchylonymi ustami „do pięty”. Trzeba jednak uważać, by nie dopuścić do zawrotów głowy. Oddychanie można także zastosować jako najprostszą technikę medytacyjną. Wystarczy usiąść wygodnie z wyprostowanym kregosłupem i skupić się na liczeniu oddechów. Wdech „raz”, wydech „dwa” i tak do dziesięciu i od początku. W skupieniu liczymy oddechy. Oczy mogą być zamknięte lub nisko opuszczone, język lekko przyciśnięty do nasady górnych zębów, ręce złożone, jeżeli nastąpi jakakolwiek pomyłka, liczenie należy rozpocząć od „raz”. Inną formą skupienia umysłu jest trening autogenny. Na początku najlepiej wykonywać go leżąc, rozluźniając ręce i nogi. Należy nauczyć się podanych poniżej sugestii na pamięć i w myślach powtarzać je sobie dwukrotnie, z odstępem 10-sekundowym, co minutę: prawa ręka jest ciężka, prawa ręka jest ciepła, oddech jest lekki i swobodny, serce bije miarowo, spokojnie,

w brzuchu czuję przyjemne ciepło, czoło jest przyjemnie chłodne, z każdym dniem jestem coraz bardziej spokojny, pogodny, silny i pewny siebie.

Możemy ćwiczyć autosugestię, powtarzając sformułowania dotyczące spraw, które są nam w danej chwili najbardziej potrzebne, na przykład: w czasie spotkania z X zachowuję pełny spokój i pogodę, w czasie odpowiedzi z matematyki jestem spokojny, myślę jasno i precyzyjnie, z łatwością przypominam sobie wszystko, czego się uczyłem i potrafię to jasno wypowiedzieć. Sugestie należy powtarzać kilka lub nawet kilkanaście razy. Uwaga! W sugestiach nie wolno używać słowa »NIE«!

Niezwykle istotne w budowaniu odporności na stres jest także odżywianie. Ostatnio opracowano wiele przeróżnych diet i oczywiście każdy powinien wybrać dla siebie tę najbardziej optymalną. Przede wszystkim posiłki nie powinny być zbyt ciężkie. Jeść należy regularnie, najlepiej trzy ciepłe posiłki dziennie. Ważne jest też, by były one jak najprostsze. Zaleca się także unikanie spożywania nadmiernej ilości białka. Bardzo istotne jest też wyeliminowanie z diety cukru.

Warzywa powinny być w każdym posiłku, surowe i gotowane (najlepiej na parze). Nadmiar soli też szkodzi. Przejście na jakąkolwiek dietę powinno być zawsze uzgodnione z lekarzem.

Jakże często zapominamy też o wadze odpoczynku. Człowiek niedospiany bywa wyjątkowo podatny na stres, wszelkie, szczególnie negatywne, bodźce wyolbrzymia. To samo dzieje się z osobami przepracowanymi.

Przerwę w lekcjach czy w pracy można przegadać, przekrzyczeć - zmarować. Ale można też minuty tej przerwy poświęcić na wyciszenie. Stając pod ścianą, zamykając oczy i przez tę właśnie minutę skupiając się na liczeniu oddechów: wdech raz, wydech dwa - do dziesięciu i od początku. Ta minuta może być błogosławieństwem dla naszego mózgu i całego ciała. Kiedy po dniu pracy wracamy do domu, dobrze byłoby sprawić „odprężającą kąpiel” swojej psychice, czyli trening autogenny. A przynajmniej usiąść, wyprostować kregosłup i przez 10 minut skupić się na liczeniu oddechów. Taki zabieg przewietrza nasz mózg, pozwala mu odпочać i uspokoić się. Zeby dobrze przygotować się do snu, co najmniej godzinę wcześniej powinniśmy zrezygnować z wszelkiej pracy umysłowej, a już w łóżku zrobić sobie jeszcze raz trening autogenny, lub policzyć oddechy. Spokojny umysł w chwili zasypiania pozwala na bardziej regenerujący sen.

Proponuję krótkie ćwiczenie, które można wykonać w wolnej chwili. Usiądź wygodnie i skup się na tym, co w tym momencie odczuwasz, nad tym, jakie sygnały dochodzą do ciebie z ciała i z otoczenia, jak czujesz krzesło, na którym siedzisz, podłogę, na której opierają się twoje stopy, jak bije twoje serce, jak oddychasz, co słyszysz. A na końcu zastanów się, czego potrzebujesz. Jeżeli uczucie wykonamy to ćwiczenie, ku naszemu zaskoczeniu okaże się, że potrzeby tu i teraz ograniczają się do najprostszych potrzeb fizjologicznych: chce mi się pić, muszę iść do toalety, jest mi zimno, jest mi duszno, muszę zmienić pozycję, bo mi niewygodnie. Co więc się stało z tymi wszystkimi innymi sprawami? Co się stało z tym, bez czego, jak nam się wydawało, nie możemy żyć?

Stres codziennie towarzyszy życiu współczesnego człowieka. A umiejętność radzenia sobie z nim powinna być tak samo oczywista, jak jedzenie nożem i widelcem.

Opracowała
Bogumiła Rosolowska

Literatura:
1. Monete-Malewska Maria „Dla siebie i innych”
2. Reykowski Janusz „Funkcjonowanie osobowości w warunkach stresu”
3. Weston Denise „Co dzień mądrzejsze”

UWAGA ROLNICY!!!

RENTY STRUKTURALNE DLA ROLNIKÓW

Z dniem 1 sierpnia 2004 wchodzi w życie Rozporządzenie Rady Ministrów w sprawie szczegółowych warunków i trybu udzielania pomocy finansowej na uzyskiwanie renty strukturalnych objętej planem rozwoju obszarów wiejskich (Dz. U. Nr 114, poz. 1191).

By móc ubiegać się o rentę strukturalną rolnik musi mieć ukończone 55 lat, prowadzić działalność rolniczą w gospodarstwie rolnym o powierzchni co najmniej 1 ha, przez 10 lat przed złożeniem wniosku o rentę; w tym okresie podlegać ubezpieczeniu emerytalno-rentowemu w KRUS przez okres, co najmniej 5 lat (w dniu składania wniosku, nadal musi podlegać ubezpieczeniu emerytalno-rentowemu). Rolnik, chcący otrzymać prawo do renty strukturalnej, musi być wpisanym do ewidencji producentów. Zaprzestanie prowadzenia działalności rolniczej związane jest z przekazaniem gospodarstwa rolnego, które może nastąpić w sposób trwały na rzecz następcy, odpłatnie lub nieodpłatnie na powiększenie nowego gospodarstwa

rolnego lub w formie umowy dzierżawy, na co najmniej 10 lat.

W przypadku, gdy rolnik pozostaje w związku małżeńskim, a warunki do ubiegania się o przyznanie renty strukturalnej spełniają oboje małżonkowie, rentę przyznaje się tylko jednemu z nich.

W biurach ARiMR są dostępne wnioski, które wypełnia rolnik ubiegający się o rentę strukturalną, jak i osoba przejmująca gospodarstwo. Do wniosku rentowego wymagane są załączniki potwierdzające: – łączną powierzchnię i stan prawny posiadanej nieruchomości rolniczej oraz zmiany, jakim podlegało gospodarstwo w ostatnich 5 latach przed złożeniem wniosku (akt notarialny, wypis z księgi wieczystej, wypis z ewidencji gruntów i budynków) – okres prowadzenia działalności rolniczej w ostatnich 10 latach przed złożeniem wniosku (zaświadczenie z KRUS) – podleganie ubezpieczeniu emerytalno-rentowemu oraz nieposiadanie zadłużenia w opłacaniu składek na ubezpieczenie

społeczne rolników (zaświadczenie z KRUS)

– kwalifikacje zawodowe przejmującego gospodarstwo rolne (dyplom lub świadectwo ukończenia: studiów wyższych, szkoły z uzyskanym tytułem zawodowym) Agencja, po rozpatrzeniu dokumentów, zawiadomi rolnika, czy decyzja o przyznaniu renty zapadła pozytywnie. Wówczas rolnik będzie mógł u notariusza zrzec się/sprzedać swoje gospodarstwo osobie przejmującej. Może pozostawić sobie nie więcej niż 0,5 ha użytków rolnych, z tym, że działalność rolnicza prowadzona na tych użytkach może służyć jedynie do zaspokajania potrzeb własnych i rodziny. Wysokość renty strukturalnej waha się w przedziale 210-440% kwoty najniższej emerytury, wypłacana co miesiąc, nie dłużej jednak niż przez 10 lat.

Renty strukturalne będą przyznawane według kolejności składania wniosków w Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa.

K.F.

Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Bychawie,

informuje, że dzięki pożyczce udzielonej przez Starostwo Powiatowe w Lublinie i osobistemu zaangażowaniu Pana Starosty Pawła Pikuli, wypłacił zaległe zobowiązania z tytułu realizacji ustawy 203 za rok 2001, 2002, i 2003. Splota należności pracownikom była możliwa również dzięki podpisaniu przez nich ugody w sprawie odsetek, na którą przystali prawie wszyscy, z wyjątkiem dwóch zatrudnionych. Wszyscy pracownicy otrzymali w sumie ok. 2 mln zł. W związku z powyższym pragnę wyrazić wdzięczność swoim współpracownikom za odpowiedzialną i godną postawę, świadczącą o tym, że losy bychawskiego ZOZ-u nie są im obojętne.

Z wyrazami szacunku
Dyrektor SP „ZOZ” w Bychawie
Piotr Wojtaś

BYCHAWSKIE MUZYKOWANIE PRZY ŚWIĘTYM JANIE

dokończenie ze strony 1

Każdy mógł dołożyć swoją złotówkę kupując widokówkę lub zakładkę do książki, kielbaskę, bułkę drożdżową albo wyśmienity placek. Każdy mógł się również zaopatrzyć w los na loterii, która została zorganizowana dzięki hojnym sponsorom wspomagającym ten szczytny cel. Odbyła się także licytacja przedmiotów wykonanych przez uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy oraz przez młodzież. Każdy mógł zostać właścicielem pociesznego pluszaka, obrazków malowanych na szkle i na płytkach ceramicznych, oraz innych, jedy-nych w swoim rodzaju bibelotów, gadżetów i ozdób.

Cała rzecz z pewnością by się nie odbyła, gdyby nie zaangażowanie i wkład księży z bychawskiej Parafii p.w. św. Jana Chrzciciela oraz młodzieży z Katolickiego Stowarzyszenia Młodzieży i zespołu AMDG. Ogromne podziękowania należą się również wszystkim zespołom, które uświetniły swoimi występami nasze muzykowanie, a także sponsorom i wszystkim, którzy przyszli, dobrze się bawili i wspomogli ten szczytny cel.

Zapraszamy do obejrzenia galerii zdjęć z muzykowania na stronie internetowej parafii (www.kuria.lublin.pl/parafie/bychawa/).



foto. - Prowadzący tegoroczny festiwal: Elżbieta Sobaszek i Marcin Słowikowski podczas licytacji prac wykonanych przez młodzież i podopiecznych ŚDS.



Marcin Słowikowski foto. - ...a tak, wraz z wykonawcami, bawiła się publiczność.

DZIĘKI BEZROBOTNYM PIĘKNIEJE BYCHAWA



foto. - Fontanna w parku miejskim przy ul. Marsz.J.Piłsudskiego.

Urząd Miejski w Bychawie informuje, że od kwietnia b.r. zatrudnił w ramach prac interwencyjnych 6 bezrobotnych i 1 stażystę skierowanych przez Powiatowy Urząd Pracy w Filii

Bychawie. Osoby te wykonywały i nadal realizują prace porządkowe na terenie miasta, takie jak: koszenie trawy, chemiczne odchwaszczanie pasów drogowych czy chodników, oczysz-

czanie ze śmieci zanieczyszczonych nimi terenów, malowanie elementów małej architektury, sadzenie kwiatów, przycinanie suchych gałęzi, ustawianie przystanków, oczyszczanie źródeł i wiele innych. Wykonywali również prace porządkowe na terenie parków miejskich; w centrum, przy ul.11 listopada oraz na Podzamczu w okolicach ruin zamku.

Dzięki tym osobom nasze miasto zmieniło i poprawiło swój wygląd na tyle, że każdy z mieszkańców z łatwością to zauważa. Wreszcie możemy się wybrać na rodzinny spacer po parku, bez obaw, że natkniemy się tam na niepożądane widoki, lub przespacerować po ulicach Bychawy i pomyśleć z dumą: to moje miasteczko, ja tu mieszkam. I nie wstydzimy się już gości z zewnątrz i tych, którzy tylko tędy przejeżdżają. Myślę, że jako mieszkańcy Bychawy, wszyscy jesteśmy wdzięczni osobom, które pracowały nad poprawą wyglądu i estetyki naszego miasta. Dziękujemy Wam!

red.

Redakcja „Głosu Ziemi Bychawskiej” i „Głosu Regionalistów” zachęca do współpracy w redagowaniu naszej lokalnej gazety. Chętnie wykorzystamy przesłane, gotowe teksty (z prawem do ich adiacji), jak i wszelkie materiały – listy, relacje, wspomnienia rodzinne, fotografie, prace graficzne – dotyczące przeszłości miasta, regionu ale również teraźniejszości.

Jesteśmy przekonani, że w środowisku bychawskim jest wiele osób mających dobre pomysły i lekkie pióro do wykorzystania w lokalnej gazecie, która dzięki temu może stać się ciekawsza, bogatsza tematycznie i wielogłosowa.



Wydawca: GMINA BYCHAWA
Adres redakcji: 23-100 Bychawa, ul. Partyzantów 1, tel. (0-81) 56-60-004 wew. 24, pokój nr 25. Redaktor naczelny: Małgorzata Trzcńska, Ilona Fijołek-Mituła. e-mail: gzb@wp.pl
Dyżury redakcji pełnione są codziennie od 8.00 do 15.00.
Współpraca fotograficzna: R. Rusinek

Nakład: 1000 egz. Redakcja nie zwraca tekstów nie zamówionych oraz zastrzega sobie prawo do ich skracania i adiustowania. Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczanych ogłoszeń.
Skład i druk: AWR MAGIC, Lublin, ul.Spadochroniarzy 7, tel. 081/ 441-13-91, e-mail: magic@lu.home.pl

Urząd Stanu Cywilnego

informuje, że w okresie od czerwca 2004 r. do lipca 2004 r. zarejestrowano:

AKTY URODZEŃ

Kryk Karolina - Kietczewice Górne
Koper Zuzanna - Jabłonna Druga
Michałek Aleksandra - Kajetanówka
Hurbańczuk Magdalena Małgorzata - Jabłonna I
Furmanek Szymon Kacper - Częstoborowice
Sprawka Damian - Bychawa
Rój Wojciech Karol - Dragany
Rubaj Piotr - Wólka Ponikiewska
Szymański Kamil - Bychawa
Sawerski Patryk Przemysław - Piotrowice
Wójcik Justyna - Romanów
Bartoszek Dawid - Splawy
Mazurkiewicz Kamil - Wierciszów
Kazmierski Szymon Jan - Bystrzyca Stara
Rak Andżelika - Gałęzów Kolonia Druga
Stachyra Damian - Olszowiec
Sobieszkański Marek - Splawy
Wajrak Bartosz - Bychawa
Flis Krystian Mirosław - Bychawa
Rusinek Paweł Mateusz - Wola Duża
Wrona Wiktoria Sylwia - Kajetanówka
Koper Natalia - Bychawka Trzecia
Jasielski Mateusz - Gałęzów
Kuśmierz Joanna - Gałęzów Kolonia Druga
Małecka Emilia - Koszarzew Stróża
Kot Kinga - Bychawa
Wójcik Weronika - Emilianów
Kaproni Izabela - Strzyżewice
Felek Sebastian - Ponikwy

Z okazji urodzenia dziecka składam rodzicom serdeczne gratulacje.

AKTY MAŁŻEŃSTW

Krawczyk Janusz i Kasperek Anna
Wilkołazki Tomasz i Zyga Katarzyna
Ferenc Andrzej i Jurak Agnieszka
Płonowski Tomasz i Pazik Justyna
Mizerski Zbigniew i Bielak Barbara
Pawlak Damian Paweł i Duda Magdalena Ewa
Budzyński Piotr i Sękowska Małgorzata
Basaj Krzysztof Józef i Pawlikowska Bożena

Flis Janusz i Mańkowska Iwona Teresa
Kowalczyk Adam i Wac Agnieszka
Żak Grzegorz i Gadzała Katarzyna

Serdeczne życzenia na nowej drodze życia.

AKTY ZGONÓW

Malec Katarzyna żyła lat 88 z Chmiela
Jędrzych Jan żył lat 74 z Józefowa - Pocięchy
Baran Aleksander żył lat 63 z Nikodemowa
Michalak Andrzej żył lat 33 z Woli Dużej
Niedźwiadek Józef żył lat 65 ze Skrzynic II
Szybala Bogumił żył lat 63 z Lublina
Dulik Genowefa żyła lat 78 z Osmolic I
Krasowska Regina żyła lat 75 z Lublina
Joć Władysław żył lat 76 z Wierciszowa
Cimek Romana żyła lat 73 z Antoniówki
Skwarzyńska Anna żyła lat 74 z Lublina
Szatkowska Halina Irena żyła lat 81 z Lublina
Poniewozik Stanisław żył lat 82 z Gielczwi II
Bizak Henryk żył lat 67 z Baraków
Dudzik Jan żył lat 89 z Woli Gałęzowskiej
Studzinski Władysław żył lat 85 z Starej Wsi Trzeciej
Puchala Władysława żyła lat 87 z Wysokiego
Wasilewicz Bogumił Mieczysław żył lat 75 z Bychawy
Winniczuk Zuzanna żyła lat 78 z Kietczewic Maryjskich
Pożniak Bolesław Jerzy żył lat 68 z Maciejowa Starego
Mórgowska Anna żyła lat 89 z Lublina
Kubicka Janina żyła lat 78 z Lublina
Bartoszek Marian żył lat 76 z Gielczwi Kolonii
Kowalska Daniela Kazimiera żyła lat 74 ze Splawy
Woś Jan żył lat 77 z Borkowizny
Frączek Józef Czesław żył lat 80 z Bychawy

Rodzinom zmarłych składam wyrazy głębokiego współczucia.

Kierownik Urzędu Stanu Cywilnego Regina Skoczylas



OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW

przy
Zespole Szkół Zawodowych
w Bychawie

PROMOCJA !!!

W RAMACH PRZEGLĄDU OKRESOWEGO

OTRZYMUJESZ TALON NA PALIWO

- TALON --- 25 --- ZŁ
- ✓ samochód zasilany gazem
- ✓ autobus powyżej 15 osób
- ✓ samochód ciężarowy

- TALON ---15 --- ZŁ
- ✓ ciągnik rolniczy
- ✓ motocykl

- TALON --- 20 --- ZŁ
- ✓ pozostałe samochody
- ✓ przyczepa ciężarowa powyżej 3,5 tony

- TALON --- 8 --- ZŁ
- ✓ przyczepy rolnicze

Szanowny kliencie – Rodzicu każda usługa wykonana na naszej stacji to finansowa pomoc szkole, a więc polepszenie warunków kształcenia pozwalającego lepiej przygotować Twoje dziecko do przyszłej pracy w wyuczonym zawodzie.

Twój przyjazd do nas to wsparcie Oświaty Bychawskiej.

SERDECZNIE ZAPRASZAMY !!!



NAGROBKI GRANITOWE

(granit krajowy i importowany)

tanio poleca producent:
**Zakład Kamieniarski
Strzyżewice Recha**
tel. (081) 566 66 60

Sprzedaj na raty

blaty
schody
parapety

NAPRAWA TELEWIZORÓW

KOLOROWYCH
CZARNO-BIAŁYCH

naprawy na poczekaniu

tel. 0602 642 166



W BYCHAWIE na przeciwko dworca PKS
Środa 8.00-16.00; Czwartek 8.00-16.00