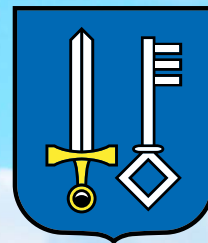


# Wiadomości Brzosteckie

Pismo Towarzystwa Miłośników Ziemi Brzosteckiej,  
Rady Miejskiej oraz Centrum Kultury i Czytelnictwa w Brzostku  
[www.wiadomoscibrzosteckie.pl](http://www.wiadomoscibrzosteckie.pl)

*Szanuj przeszłość,  
przyszłość oddaj Bogu  
Uczciwie pracuj  
na rodzinnym progu*



Nr 10 (311)  
ROK XXXIV  
październik  
2023  
cena 2,00 PLN

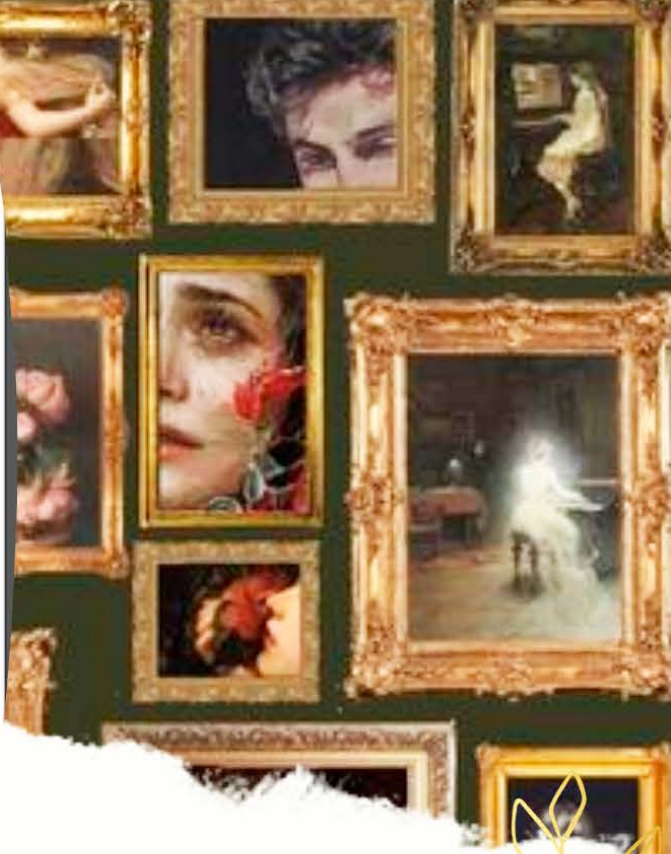


## W NUMERZE MIĘDZY INNYMI:

Gminne inwestycje ••• Za co uczniowie lubią szkołę? ••• Kwesta 2023 •••  
Msza św. w „leśnym sanktuarium” ••• Rzadki widok i codzienność •••  
Kapitan Franciszek Rejkowski ••• Śmierć nadchodzi jesienią? •••  
Puchary dla brzosteckich karateków •••  
Brzostek najlepszy w biegach przełajowych







BURMISTRZ BRZOSTKU ORAZ KIEROWNIK CKiCZ ZAPRASZAJĄ NA

# Salon Muzyki Francuskiej

POŁĄCZONY

Z

# Wystawą Malarstwa Olejnego

WSTĘP WOLNY



Koncert w wyk. Yagi Kowalik



Wystawa Malarstwa Olejnego autorstwa  
Ireny Czech i Marii Oprządek

Sala Widowiskowa w Domu Kultury w Brzostku

22 PAŹDZIERNIKA (NIEDZIELA)

Godz. 18:00



CKiCz BRZOSTEK  
Centrum Kultury i Czytelnictwa





# Burmistrz Brzostku informuje

Burmistrz  
Wojciech  
Staniszewski

1. Kolejne odcinki dróg gminnych mają już nową nawierzchnię bitumiczną:

- Bączalka „na Andreasika” 145 m.b.,
- Głobikówka „na Gulisa” 480 m.b.,
- Grudna Dolna „na Grygla” 835 m.b., „na Wójcika” 90 m.b.,
- Grudna Górna „na Staniszewską” 65 m.b., „Na zbiorniki” 375 m.b.,
- Kamienica Górna „na Godniaka” 480 m.b., „na Wąsika” 495 m.b., „na Błoniarza” 235 m.b.,
- Smarżowa „na Kuka” 360 m.b., „na Podlas” 840 m.b. (200 m bitumicznej).

Łącznie w tym roku wykonano już 42 z 55 odcinków dróg o łącznej długości 17 kilometrów.



2. Modernizacja Orlika w Brzostku wstępnie zakwalifikowana do dofinansowania.

Ministerstwo Sportu i Turystyki ogłosiło listę wniosków złożonych w ramach programu modernizacji kompleksów sportowych „Moje Boisko – Orlik 2012”, które uzyskały pozytywną ocenę. Przed nami ocena merytoryczna, po której poznamy ostateczną kwotę dofinansowania. Projekt zakłada wykonanie nowej nawierzchni (z trawy syntetycznej oraz poliuretanu), modernizację oświetlenia i ogrodzenia oraz zakup i montaż nowych piłkochwyłów i słupków. Całość szacowana jest na przeszło 1 mln zł, a wnioskowane dofinansowanie to 514 219,00 zł.



3. Wniosek Gminy Brzostek na rewitalizację zabytkowego układu urbanistycznego w Brzostku oraz remont i przebudowę dawnego budynku gospodarczego – dawnego spichlerza w Przeczycy uzyskał dofinansowanie! Gmina Brzostek w ramach Rządowego Programu Inwestycji Strategicznych Polski Ład Edycja ósma otrzymała 5.040.771,85 zł.



Drugi wniosek w ramach tego samego programu również uzyskał dofinansowanie – modernizacja infrastruktury drogowej na terenie Gminy Brzostek – etap III. Kwota 1.995.000,00 zł zasilą przyszłoroczny budżet drogowy, a wykonane zostaną m.in. przebudowy dróg nr 106120R Grudna Dolna – Głobikówka oraz 106119R Smarżowa – Głobikówka czyli od „dąbka” aż do drogi powiatowej w Głobikówce.



4. Zakończono prace związane z rozbudową infrastruktury rekreacyjno-sportowej. Dzięki środkom unijnym pozyskanym przez Gminę Brzostek za pośrednictwem Lokalnej Grupy Działania Liwocz z Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020 wykonano następujące obiekty:

- Plac zabaw wraz z boiskiem do piłki siatkowej ▶



- w Siedliskach-Bogusz (przed budynkiem szkoły podstawowej);



- Boisko do piłki siatkowej w Przeczycy (w parku przy szkole podstawowej);

- Plac zabaw w Kamienicy Dolnej (przy budynku szkoły podstawowej);



- Altanę w Zawadce Brzosteckiej.



Pierwsze dwa obiekty wykona firma „KONSTRUKTOR” Usługi Projektowo-Budowlane mgr inż. Paweł Machaj z Kamienicy Dolnej za odpowiednio 178.321,71 zł i 37.403,87 zł., trzeci - firma Grupa EPX

Paweł Matera z Pustkowa za 75.165,30 zł, a czwarty firma Green-Pack Przemysław Obijalski z miejscowości Buk Góralski za kwotę 73.929,15 zł.

Pozyskane dofinansowanie unijne wynosi 63% wartości inwestycji.

5. Przedsiębiorstwo Drogowo-Mostowe S.A. z Dębicy wykona remont 1035 m.b. drogi „Na Kopalnie” w Grudnej Dolnej. Znamy wyniki przetargu, do którego przystąpiło aż czterech wykonawców. Inwestycja jest zaplanowana do realizacji w okresie od końca października br. do końca września 2024 roku. Całkowita wartość prac, zgodnie ze złożoną ofertą, wyniesie 1,54 mln zł, z czego 877 tys. zł pochodzi z dofinansowania pozyskanego przez Gminę Brzostek z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg.



6. Pierwszy etap prac przy rozbudowie drogi Przeczycza-Skuczowa idzie pełną parą. Na całym odcinku położono już pierwszą, wyrównawczą warstwę nawierzchni bitumicznej. Przygotowana jest również infrastruktura pod sieć teletechniczną oraz pod oświetlenie drogowe. Niebawem ruszą prace brukarskie. Przypominam, iż w związku z realizacją inwestycji w dalszym ciągu zalecany jest objazd.



7. Przypominam, iż od 1 września weszła w życie uchwała w sprawie ustalenia Strefy Płatnego Parkowania w obrębie brzosteckiego rynku. Szczegółowe informacje możecie znaleźć Państwo na stronie internetowej Urzędu Miejskiego [www.brzostek.pl](http://www.brzostek.pl) w zakładce „Strefa mieszkańca” – „Strefa Płatnego Parkowania”. ■

## Z prac Rady Miejskiej

Opracowała Marzena Sottys

**W dniu 5 września 2023 roku odbyła się 62. Sesja Nadzwyczajna, podczas której podjęto następujące uchwały:**

a) W sprawie przystąpienia do przygotowania Projektu pn. „Program poprawy czystości zlewni rzeki Wisłoki - Etap V - kanalizacja”,

b) W sprawie przystąpienia do przygotowania Projektu pn. „Program poprawy czystości zlewni rzeki Wisłoki - Etap V - Gmina Brzostek, Gmina Skołyszyn”,

c) W sprawie zmiany uchwały budżetowej na 2023 rok Nr LIV/444/22 Rady Miejskiej w Brzostku z dnia 22 grudnia 2022 roku,

d) W sprawie uchwalenia zmiany wieloletniej prognozy finansowej Gminy Brzostek,

e) W sprawie zaciągnięcia zobowiązania finansowego na realizację zadania pod nazwą „Remont gminnej drogi publicznej nr 106392R w km 0+000 – 1+035 w miejscowości Grudna Dolna”,

f) W sprawie zaciągnięcia zobowiązania finansowego na realizację zadania inwestycyjnego pod nazwą „Przebudowa kortu tenisowego na obiekt wielofunkcyjny: kryty kort tenisowy i lodowisko sztuczne mrożone w Brzostku”,

g) W sprawie powierzenia zadania organizacji

publicznego transportu zbiorowego,

h) W sprawie zaciągnięcia kredytu długoterminowego na finansowanie planowanego deficytu budżetu.

**W dniu 26 września 2023 r. odbyła się LXIII Sesja Rady Miejskiej w Brzostku, na której zostały podjęte następujące uchwały:**

a) W sprawie zmiany uchwały budżetowej na 2023 rok Nr LIV/444/22 Rady Miejskiej w Brzostku z dnia 22 grudnia 2022 roku,

b) W sprawie przyjęcia darowizny działek położonych w Brzostku na rzecz Gminy Brzostek, z przeznaczeniem pod regulację drogi wewnętrznej,

c) W sprawie wyrażenia zgody na zamianę nieruchomości

położonych w Woli Brzosteckiej, celem poprawy zagospodarowania sąsiednich działek,

d) W sprawie wyrażenia zgody na zamianę nieruchomości położonych w Woli Brzosteckiej, celem poprawy zagospodarowania sąsiednich działek,

e) W sprawie wyrażenia zgody na zawarcie w trybie bezprzetargowym, na okres dłuższy niż 3 lata, umowy najmu lokali użytkowych położonych w domu ludowym w Bukowej.

Pełna treść uchwał podjętych podczas sesji prezentowana jest w Biuletynie Informacji Publicznej oraz <https://brzostek.esesja.pl/posiedzenie/7c01488f-aef9-4> ■

## Lubię szkołę za to, że jest

Opracowała U. Kobak

**N**iedawno miało miejsce Święto Edukacji Narodowej. Z tej okazji zapytaliśmy uczniów brzosteckiej podstawówki, za co lubią szkołę. Wbrew pozorom nie mieli większych problemów z odpowiedzią.

- Lubię szkołę za to, że jest.
- Moją szkołę lubię za to, że mogę się w niej czuć bezpiecznie.
- Panuje tu miła atmosfera.
- Mamy blisko obiekty sportowe.
- Lubię szkołę za możliwość rozwijania swoich pasji.
- Bardzo lubię moją szkołę za miłych nauczycieli, którzy zawsze pomagają nam w nauce, która na pewno przyda nam się w życiu.
- Lubię przerwy spędzane na szkolnym podwórku.
- Lubię różne zawody, uroczystości szkolne, konkursy oraz to, że nauczyciele dobrze nas uczą i przygotowują do egzaminu ósmoklasisty.
- Lubię moją szkołę za to, że się modernizuje i że się naprawdę można nauczyć na lekcjach.
- Mam zgraną klasę.
- Nauczyciele i uczniowie starają się pomagać.
- Lubię szkołę za wsparcie, za pomoc, za to, że mogę się rozwijać.
- Mogę się tu spotykać z przyjaciółmi.
- Nauczyciele są bardzo mili dla uczniów.
- Lubię moją szkołę za piękno akademii szkolnych.
- Mamy urozmaicone zajęcia.
- Nauczyciele są mili, wymagający i lubią z nami rozmawiać, a lekcje są zawsze ciekawe.
- Lubię szkołę za darmowe mleko i owoce, za długie przerwy.
- Dzięki szkole coś osiągnę.
- Lubię organizowane przez szkołę wycieczki.
- W mojej szkole mogę nauczyć się kreatywności.
- Lubię chodzić do szkoły.
- Mamy dwie sale komputerowe.
- Kocham moją szkołę taką, jaka jest.



- Są fajne zajęcia dodatkowe.
- Szkoła ma sklepik, w którym mogę sobie kupić smaczne jedzenie.
- Lubię tablice interaktywne.
- Lubię chodzić do szkoły, bo podają tam pyszne spaghetti.
- Nauczyciele nie robią niezapowiedzianych kartkówek.
- Lubię imprezy szkolne.
- Najbardziej lubię wakacje. ■





# Kwesta 2023

Burmistrz Wojciech Staniszewski

Tradycją się stało, że każdego roku w dniu Wszystkich Świętych kwestujemy na naszych cmentarzach w Brzostku, Siedliskach-Bogusz i Przeczycy na odnowę starych nagrobków zasłużonych mieszkańców lub tych, które mają wyjątkową wartość artystyczną. Za środki zebrane w ubiegłym roku dokończyliśmy w Brzostku renowację najstarszego na naszym cmentarzu nagrobka - prawdopodobnie z 1867 roku - szewca Józefa Trześniowskiego oraz odnowiliśmy nagrobek CK Notariusza Antoniego Furgalskiego. Przypomnę, że był on ojcem adiutanta Józefa Piłsudskiego Tadeusza Wyrwy-Furgalskiego oraz pułkownika Teodora Furgalskiego. Na cmentarzu w Siedliskach-Bogusz trwają jeszcze prace przy grobowcu Amalii z Ziemblic Boguszów Drogosław Truszkowskiej. Niestety, nie udało nam się w tym roku ruszyć z pracami restauracyjnymi figur św. Piotra i Pawła przy kaplicy cmentarnej w Przeczycy. Opieka konserwatorska wymaga od nas przygotowania w tym przypadku programu prac, jaki wynika z ustawy o ochronie zabytków i dopiero na tej podstawie będziemy mogli rozpocząć odnowę. Ponieważ podejmiemy się odnowienia nie tylko figury, ale i całej kapliczki, postanowiliśmy zatem do końca roku przygotować odpowiednią dokumentację. Prace nad restauracją figur ruszą w przyszłym roku, dlatego tegoroczna kwesta będzie przeznaczona na ten sam cel. Koszty odnowy obu figur ze względu na ich obecny stan będą naprawdę duże. Na cmentarzu w Siedliskach-Bogusz postanowiono, że zbiórka przeznaczona będzie na realizację pierwszego etapu odnowy pomnika Stanisława Nowina-Krasuskiego, patrioty, więźnia stanu z 1846 roku. Natomiast w Brzostku zbierać będziemy na ratowanie pomnika proboszcza brzosteckiego ks. Feliksa Patockiego, który pochowany jest we wspólnej mogile z wikariuszem ks. Janem Jaraczem. Ich pomnik jest mocno przechylony i zagraża sąsiadującym obok nagrobkom. Jeśli hojność mieszkańców pozwoli, to chcemy też rozpocząć prace przy pięknym, anonimowym i bardzo zniszczonym pomniku

niedaleko kaplicy. Ze względu na jego walory artystyczne pragniemy go odnowić i poświęcić to miejsce wszystkim, którzy spoczywają na naszym cmentarzu, a których nagrobki i groby uległy już zatarciu.

Zapraszamy zatem wszystkich Państwa, jak każdego roku, do wzięcia udziału w kwesście. Jak zwykle czekać będą na Państwa strażacy, nauczyciele, młodzież szkolna oraz mieszkańcy, którzy włączą się do naszej akcji. Ja postaram się jak zwykle być z Państwem i w Przeczycy, i w Siedliskach-Bogusz, i naturalnie, jak zwykle, od godz. 13.00 z Danielem Wójcikiem w Brzostku. ■



Na te dwie figury św. Piotra i Pawła kwestowaliśmy w ubiegłym roku i będziemy kwestować 1 listopada



Brzostek - pomnik do renowacji



Brzostek - pomnik do remontu



Pod pierwszym nagrobkiem leży Stanisław Nowina Krasuski, więźnia stanu z 1846 i na niego będziemy kwestować,



Odnowiony pomnik Trześniowskiego



a drugi to w trakcie remontu pomnik Amalii z Ziemblic Bogusz Drogosław Truszczyńskiej, który będzie gotowy na 1 listopada



Odnowiony pomnik Furgalskiego



# Jesienna Eucharystia w „leśnym sanktuarium”

R.W.

*„Jest w duszy polskiej ukryty zakątek,  
Gdzie błędzą ciche lat umarłych cienie,  
Leży tam kamień grobowych pamiątek,  
A pod kamieniem krwawi się Wspomnienie.  
A kiedy bliska zbierze się drużyna  
I drzwi zamknięte i okna zawarte,  
To Polak - kamień duszy swej odklina,  
I wydobywa tę krwawiącą kartę...”*

Or-Ot (Artur Oppman) - Pięciu poległych

**79** lat temu, w 1944 roku, parafia siedliska doświadczyła, jak wiele innych miejscowości, koszmaru wysiedlenia. Ludność została przesiedlona na drugą stronę Wisłoki i tam, w różnych miejscowościach szukała tymczasowego schronienia.

Nie wszyscy usłuchali rozkazu okupanta. Wiele osób schroniło się w pobliskich, gęstych lasach. Niemcy w poszukiwaniu krnąbrnych Polaków przeczesywali te lasy. Gdy trafili na sporą grupę ukrywających się ludzi – otworzyli do nich ogień. Zostało zabitych wielu, wśród nich był ojciec z dwójką swoich dzieci.

W tym właśnie miejscu, w leśnym jarze, po wojnie postawiono pomnik. Przy tej mogile odprawiał msze święte ksiądz Karol Kawula. Jednak sytuacja w kraju przerwała ten zwyczaj. Powrócono do niego w 2014 roku i, mam nadzieję, staje się to już tradycją.

1 października 2023 roku w „leśnym sanktuarium” – nazwa użyta przez księdza proboszcza Antoniego Lelię – spotkały się trzy pokolenia, aby wspólnie modlić się w intencji zamordowanych podczas II wojny światowej mieszkańców siedliskiej parafii.

Uczestniczyliśmy w modlitwie różańcowej prowadzonej przez Panię z Głobikówki oraz we mszy świętej celebrowanej przez księdza proboszcza Antoniego Lelię, któremu towarzyszył organista Andrzej Kieca. Dziękujemy bardzo.

Młodzież szkolna, działająca w MDP, wystąpiła w krótkim wzruszającym okolicznościowym programie. Przy okazji popełnię trochę prywaty – gratuluję młodym strażakom wspaniałych uczestnictw w zawodach. Druhowie naszej OSP na pewno czują już ich oddech na plecach.

Wszystkim Wam, którzy przybyliście, bardzo serdecznie dziękuję. Cieszy fakt, że coraz więcej zauważam młodych ludzi. To znaczy, że historia naszej Małej Ojczyzny nie jest im obojętna. Dziękuję za uczestnictwo w modlitwie przedstawicielom samorządu lokalnego. Dziękuję druhom OSP za pomoc w organizacji naszego wspólnego przedsięwzięcia.

Wyjątkowe podziękowania kieruję w stronę pana Jerzego Kmiecika – człowieka od zadań specjalnych.

Już dziś zapraszamy na kolejne spotkanie, które odbędzie się w 80. rocznicę wysiedlenia. ■



fol. Marek Synowiecki



fol. Dorota Angielska



fol. Jerzy Wadas



fol. Marek Synowiecki



fol. Jadwiga Samborska



# W skrócie

U. Kobak

## Rzadki widok



Taki obrazek to rzecz niespotykana w obecnych czasach – uczennica czytająca książkę przed lekcjami! Teraz, gdyby tylko nie było zakazu korzystania z telefonów w szkole, żaden uczeń podczas przerw nie odrywałby oczu od smartfona. I tak niektórzy sobie radzą – zaglądając w telefon głęboko ukryty w plecaku lub niecierpliwie oczekując, kiedy nauczyciel dyżurujący wreszcie odwróci się tyłem... Tymczasem Ola konwencjonalnie i całkowicie legalnie czyta książkę. Bez przymusu, dla własnej przyjemności, często. I wcale na tym nie traci, wręcz przeciwnie...

## Codziennosc



Na fotce to tylko kosz na śmieci przy szkole podstawowej regularnie zapełniany przez „fanklub” Orlika. Bardzo „budujący” widok. Szkolne sprzątaczkę, zanim pojawią się pierwsi uczniowie, każdego poranka muszą opróżniać kosze zapełnione puszkami i butelkami po alkoholu. Podobnie jest pod krzesłami na trybunach - wszędzie pamiątki po "imprezie". Trudno powiedzieć, czy Orlik krzewi aktywność sportową, czy bardziej daje miejsce spotkaniom alkoholowym młodzieży. Dobrze by było, gdyby kierownik OSiR-u zainwestował w monitoring, który pomógłby ukrócić pijaństwo na obiektach sportowych. Mógłby też zatrudnić osobę sprząającą pozostałości po „zajęciach” na Orliku porzucane na terenie szkoły – szkolne sprzątaczkę i tak mają pełne ręce roboty. Mile widziana byłaby również policja patrolująca okolice Orlika, zwłaszcza że – jak wieść gminna niesie – na alkoholu się tam nie kończy... ■

## PODZIĘKOWANIE

Jacek Berek  
Dyrektor SP w Nawsiu Brzosteckim

**4** września rozpoczęliśmy nowy rok szkolny. Nowy rok, nowe otwarcie, nowa rzeczywistość, zmiany, które zawsze są konieczne na drodze rozwoju. Niedawno zakończyliśmy rok szkolny 2022/23, w którym m.in. rozpoczęliśmy kompleksowe malowanie szkoły. Prace te nie byłyby możliwe bez pozyskania dodatkowych środków do budżetu szkoły. Podziękowania za to kieruję w szczególności do Anny Zięby - sołtys Nawsia Brzosteckiego, Zofii Grodzkiej - sołtys Woli Brzosteckiej, Daniela Wójcika, Anny Nowickiej, Jana Grygla, Bartłomieja Ziai, Andrzeja Nogi - firma AQUA- KAN oraz do

firmy ARKAN z Tarnowa. Są to osoby i instytucje, które wsparły nas zarówno finansowo, jak i pomogły w zakupie farb po preferencyjnych cenach. Dzisiaj, na progu nowego roku, mogę powiedzieć, że odnowione zostały wszystkie sale lekcyjne i korytarze szkolne. W tym miejscu chciałbym bardzo podziękować rodzicom i przyjaciołom za zrozumienie i wsparcie, jakie okazali naszej szkole. Nasza Społeczność byłaby dużo uboższa, gdyby nie niezawodna obecność Was - ludzi wielkiego serca, gotowych wspierać swoje dzieci na krętej ścieżce edukacyjnej. Szczególne słowa podziękowania kieruję do Anny Świerczek, Barbary Demuyneck oraz Mariusza Gaconia, Zbigniewa Nowickiego, Tadeusza Nowickiego, Andrzeja Radelczuka, Marka Świerczka, Piotra Kawalca, Dariusza Nowickiego, Piotra Nowickiego, Wiktora Szukały i w szczególności do Marka Zięby. ■



# Z wizytą w Podkarpackim Centrum Nauki „Łukasiewicz” oraz kinie „Helios”

Jadwiga Kluza, Renata Wadas

**21** września uczniowie naszej szkoły wybrali się do Podkarpackiego Centrum Nauki „Łukasiewicz” w Jasionce. Jest to obiekt nowej generacji, popularyzujący naukę, oficjalnie otwarty 15 grudnia 2022 roku.

Ekspozycja podstawowa prezentuje w prosty sposób wiedzę naukową, jako wzajemnie powiązane i przenikające się trzy „makroobszary” identyfikowane pod hasłami:

- „My Ludzie”- czyli jak funkcjonuje organizm człowieka, zmysły, anatomia, myślenie,
- „Świat Wokół Nas”- czyli przyroda i prawa rządzące światem oraz zjawiska fizyczne i chemiczne,
- „Nasza Cywilizacja”- czyli co ludzie wytworzyli w zakresie np. techniki czy kultury.

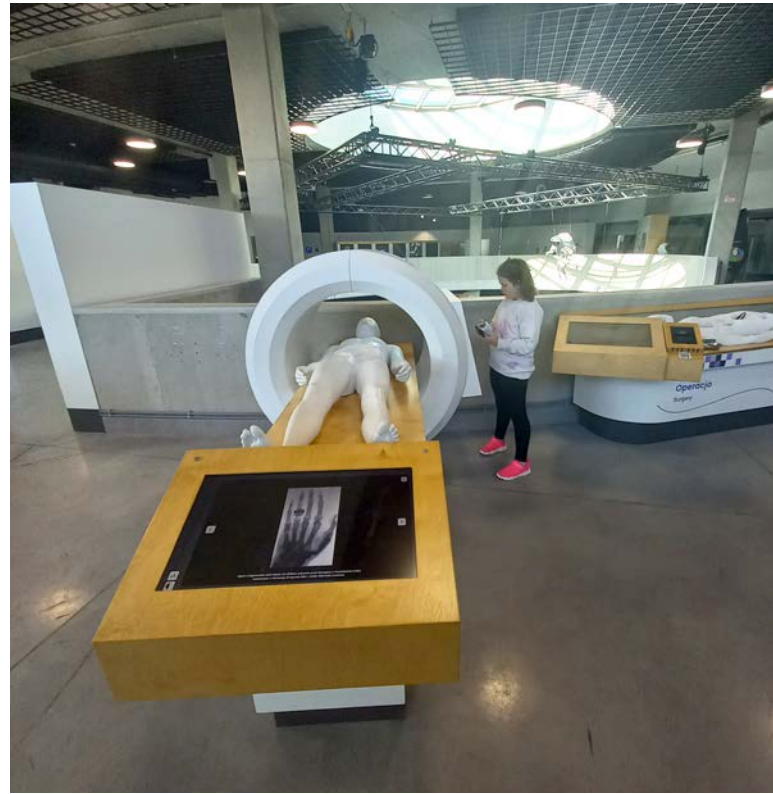
Uczniowie mogli do woli eksperymentować, testować i doświadczać, mając do dyspozycji prawie 200 interaktywnych eksponatów. Nie zabrakło również stref relaksu, czyli miejsca na odpoczynek, wyciszenie i zebranie myśli.

Następnym punktem programu był seans filmowy w kinie „Helios”.

Uczniowie obejrzeli film z cyklu Kino na temat – „Siła naszych marzeń”. Projekcja poprzedzona była prelekcją psychologa.

Film ten to wzruszająca opowieść o walce o marzenia, na przekór wszelkim przeciwnościom losu.

Wyjazd był dla uczniów niesamowitą przygodą, połączeniem rozrywki z nauką. ■





„Rodzina Bogiem silna  
staje się siłą człowieka i całego narodu”

Św. Jan Paweł II

# Termy Chochołowskie

Elżbieta Domaradzka

Zegnając lato, członkowie Koła Gospodyń Wiejskich z Nawsia Brzosteckiego wybrali się na rodzinny wyjazd integracyjny do Zakopanego. Tym razem zamówiono duży autokar, aby mogła uczestniczyć w wycieczce większa liczba osób. Po zapakowaniu bagaży i sprawdzeniu listy uczestników wyruszyliśmy w drogę. Przed godziną dziesiątą dotarliśmy na miejsce.

Zakopane przywitało nas piękną, słoneczną pogodą. Najpierw podjechaliśmy pod skocznie u podnóża Średniej Krokwi. Są one dostępne w systemie całorocznym. Kompleks przeszedł gruntowną modernizację i obecnie to jeden z najnowocześniejszych na świecie obiektów służących zawodnikom uprawiającym skoki narciarskie. W ramach kompleksu funkcjonuje pięć skoczni o różnych punktach konstrukcyjnych. Gruntowna modernizacja sprawiła, że obiekt może gościć najlepszych skoczków nie tylko z kraju, ale i z całego świata. Następnie rozpoczęliśmy zwiedzanie miasta położonego u podnóża Tatr. Spacerując uliczkami wśród licznych turystów, dotarliśmy pod stację kolejki linowej na Gubałówkę. Aby zakupić bilety, musieliśmy odstać w kolejce, prowadząc rozmowy i podziwiając otaczające nas pasma górskie. Po długim oczekiwaniu udało nam się wsiąść do wagonów i dotrzeć na szczyt. Stąd roztaczały się wspaniałe widoki, które podziwialiśmy. Tu każdy mógł znaleźć atrakcje

dla siebie. Spacerem wzdłuż grzbietu górskiego udaliśmy się na Butorowy Wierch. Przechodziliśmy nieopodal wielu stoisk, kramów, sklepików, restauracji. Ponieważ zbliżała się pora obiadu, postanowiliśmy, że na szczycie zrobimy przerwę na wspólny posiłek. Przystąpiliśmy ochoczo do konsumpcji dań regionalnych. Spacerując szczytem, dotarliśmy na Butorowy Wierch. Działa tu tutaj kolej linowo-krzeselkowa, którą zjechaliśmy do Kościeliska.

Powoli udaliśmy się do autobusu, który zaparkował w pobliżu dolnej stacji kolejki. Gdy wszyscy uczestnicy znaleźli się w autokarze, wyruszyliśmy do Sanktuarium na Krzeptówkach, które jest oddalone około cztery kilometry od centrum Zakopanego. Powstało jako wotum dziękczynne za uratowanie życia Jana Pawła II po zamachu 13 maja 1981 roku. W sanktuarium zgromadzono blisko 400 pamiątek po św. Janie Pawle II, które mogliśmy obejrzeć.

Kolejnym etapem naszej wycieczki były Termy Chochołowskie. Jest to kompleks basenów geotermalnych. Woda w basenach wydobywana jest z głębokości prawie 3600 metrów. Bogata jest w mikroskładniki takie jak siarka, wapń, magnez,





sód. Powierzchnia lustra wody wynosi trzy tysiące metrów kwadratowych. To aż trzydzieści niecek basenowych. Są to największe termy w Polsce. Po zakupieniu biletów i przebraniu się w stroje kąpielowe, każdy mógł korzystać z atrakcji obiektu. Dla dzieci w strefie basenowej znajdują się zjeżdżalnie rodzinne, dwa wewnętrzne place zabaw, łaźnia parowa, brodziki, suchy plac zabaw, plaża, boisko do siatkówki plażowej. Łączna długość zjeżdżalni wynosi 318 metrów. Znajdują się tu również różnorodne atrakcje dla dorosłych. Strefy basenów, saunarium, komory normobaryczne i wiele innych. Woda w basenach ma temperaturę 32-36 stopni

Celsjusza. Uczestnicy wyjazdu integracyjnego relaksowali się wśród bogatych w minerały wód Term Chochołowskich. Mogliśmy korzystać ze wszystkich dostępnych tam atrakcji. Wycieczka dawała możliwość spędzenia czasu według własnych upodobań i zdolności fizycznych. W wydarzeniu uczestniczyli Radny Rady Powiatu Dębickiego Mateusz Domaradzki wraz z małżonką oraz Radny Rady Miejskiej w Brzostku Bartłomiej Ziąja z narzeczoną. Był to wspaniale spędzony czas, każdy bez względu na wiek znalazł atrakcje dla siebie. Wyjazd dostarczył nam mnóstwo wrażeń i na długo pozostanie w naszej pamięci. ■

## Kapitan Franciszek Rejkowski – monografia

Maksymilian Pyzocha

**R**ód Rejkowskich, ta wielopokoleniowa rodzina osiadła w Januszkowicach od ponad dwa i pół wieku. Tu w 1784 r. urodził się Michał Rejkowski, a prawie 100 lat później, w 1877 r., 19 marca przyszedł na świat jego prawnuk Franciszek Rejkowski późniejszy oficer wojska polskiego. Uczył się w szkole powszechnej w Januszkowicach, był bardzo zdolnym i pilnym uczniem. Kierownik szkoły – Jan Adwent nakłaniał ojca, by zapewnił mu dalszą naukę. Tak się stało i jego syn Franciszek w roku szkolnym 1892/93 rozpoczął naukę w C.K. (Cesarsko-Królewskim) Gimnazjum w Jaśle. W tej szkole wyróżniał się w nauce i w kolejnych klasach na zakończenie roku szkolnego klasyfikowany był w grupie pierwszej uczniów z wynikiem bardzo dobrym. Pełny program nauki w gimnazjum obejmował osiem lat nauki – klasy od 1 do 8.

W jasielskim gimnazjum uczył się cztery i pół roku. Wówczas opuścił tę szkołę i od drugiego półrocza 1896/97 rozpoczął dalszą naukę w C.K. wyższym gimnazjum w Sanoku. Program nauki obejmował takie przedmioty, jak: nauka religii, język łaciński, język grecki, język polski, język niemiecki, geografia i historia, nauki przyrodnicze oraz przedmioty takie jak: obyczaje, porządek i staranność pisemnych robót oraz forma zewnętrzna wypracowań piśmiennych. Wyniósł on z tej szkoły umiejętność pięknego i starannego pisania.

Naukę w sanockim gimnazjum zakończył na klasie szóstej, gdyż (jak później twierdził) rodziców nie było stać na opłacenie jego nauki jeszcze przez następne dwa lata. Po opuszczeniu gimnazjum sanockiego powrócił do domu rodzinnego. Miał już 21 lat i niedługo później, w drodze poboru regularnego został wcielony z dniem pierwszego października 1899 r. do wojska i rozpoczął służbę w 57 pułku piechoty w Tarnowie; najpierw jako szeregowiec, a później podoficer frontowy w randze plutonowego. Od 1 listopada 1903 r. przeniesiony został do służby na Bałkanach (Bośnia-Hercegowina) do trzeciego pułku piechoty armii austriackiej i skierowany do pracy w Powiatowej Komendzie Uzupelnień, jako podoficer ewidencyjny w Tuzli (Bośnia).

Następnie przeniesiony do Starostwa Powiatowego w Zworniku na stanowisko powiatowego urzędnika ewidencyjnego w randze sierżanta. W zakresie jego działania były czynności związane z poborem, reklamacjami i ewidencją rekrutów i rezerwistów. Także prowadzenie operatów mobilizacyjnych, prowadzenie metryk ludności cywilnej powiatu i operatów spisu ludności. W dniu 1 listopada 1912 r. mianowany został do rangi podporucznika, a 1 maja 1916 r. awansowany na stopień porucznika i samodzielnego urzędnika ewidencyjnego.

Z końcem października 1916 r. zakończył służbę na Bałkanach i z dniem pierwszego listopada przeniesiony został do służby w Polsce i otrzymał przydział do Wojskowego Jeneralnego Gubernatorstwa w Lublinie. Tu do jego obowiązków należało prowadzenie ewidencji stanu etapowych batalionów i oddziałów kolejowych na obszarze okupacji austriackiej, ewidencji personelu przy sądach i więzieniach wojskowych, pobór austriackich poddanych na obszarze okupacji austriackiej oraz referat superewidencyjny dla wszystkich oddziałów podległych Jeneral. Gubernatorstwu w Lublinie.



Jego nienaganna służba znalazła szczególne uznanie przełożonych, ponieważ był porucznik Franciszek Rejkowski 20 stycznia 1918 roku odznaczony został „Złotym Krzyżem Zasługi z Koroną na Wstędze Medalu Waleczności”, za znakomitą służbę przy byłym Jeneral. Gubernatorstwie w Lublinie. Służbę w armii austriackiej zakończył z dniem 1 listopada 1918 roku w związku z odzyskaniem przez Polskę niepodległości.

Z dniem 2 listopada rozpoczął nowy etap swego życia; wstąpił na ochotnika do Odrodzonego Wojska Polskiego. Otrzymał przydział do służby w Gubernialnej Komendzie Zaciągu do Wojska Polskiego przemianowanej później na Powiatową Komendę Uzupelnień, na stanowisko urzędnika w randze porucznika. 10 stycznia 1919 r. złożył przysięgę wojskową. Tak jak wszyscy oficerowie przechodzący z armii austriackiej do wojska polskiego, porucznik Fr. Rejkowski przechodził tzw. proces weryfikacyjny. W tym czasie otrzymał przydział do służby w Powiatowej Komendzie Uzupelnień w Tarnowie z funkcją oficera ewidencyjnego przy starostwie powiatowym w Jaśle. Pracował tu do końca lutego 1921 r. Z tą datą przydzielony został do służby w Dowództwie



Okręgu Korpusu w Krakowie i objął tam stanowisko referenta do spraw personalnych żołnierskich. Po kilku miesiącach przeniesiony został do Powiatowej Komendy Uzupełnień w Miechowie na stanowisko I referenta i zastępcę Komendanta PKU. Tu pracował przez prawie cztery lata. Jak inni oficerowie, tak i on podlegał okresowym ocenom pracy i służby. Jego przełożeni oceniali, że jest wybitnie pracowity, energiczny, uczciwy i sumienny, zasługuje na pełne zaufanie pod każdym względem, bardzo inteligentny, że posiada zdolności kierownicze, jego wieloletnia praktyka przynosi znaczne korzyści służbie.

W tym czasie przeszedł również trzymiesięczne przeszkolenie w Centralnej Szkole Piechoty w Grudziądzu.

1 marca 1924 r. otrzymał upragniony awans na stopień kapitana ze starszeństwem. Następnie przeniesiony został do służby w PKU Karków – Miasto na stanowisko kierownika w dziale personalnym. Stąd, pod koniec 1926 r. w ramach nowego przydziału został przeniesiony do PKU Sosnowiec i objął stanowisko kierownika referatu I w tej komendzie. Tak jak w poprzednich Komendach należały do niego sprawy poborowych i personalne żołnierskie. Tu podjął decyzję o przejściu w stan spoczynku i po 27 latach nieprzerwanej służby wojskowej, w tym 19 latach służby w wojsku austriackim i 9 latach służby w wojsku polskim, z dniem 30 kwietnia 1927 r. przeniesiony został w stan spoczynku i powrócił do domu rodzinnego w Januszkowicach, gdzie zamieszkał z żyjącą jeszcze matką Honoratą i siostrą Katarzyną. Własnej rodziny nie założył.

Kapitan (bo tak się wszyscy do niego zwracali) zajął się prowadzeniem kilkumorgowego rodzinnego gospodarstwa rolnego. Lubił wieś, nawiązywał bliższe znajomości z sąsiadami, a także stosunki towarzyskie. Zapraszany był na spotkania towarzyskie do okolicznych dworów. Był, jak na tamte czasy wykształcony, znał języki obce (niemiecki, serbsko-kroacki) podobno też angielski, był obyty w świecie, inteligentny i uchodził za dobrego towarzysza rozmów i spotkań. Lubili go sąsiedzi i darzyli go wielkim szacunkiem. Cechowała go wrażliwość na biedę. Pomagał finansowo rodzeństwu; także innym osobom, czasem drobnym datkiem pieniężnym, odrobiną zboża lub czymś z innych produktów rolnych. Mimo upływu lat pozostało w nim coś z żołnierza. Ponieważ w domu nie było łazienki, więc w rzece Gogołówka kąpał się i mył, a później na rozłożonym kocu zażywał kąpieli słonecznej. Budził tym ciekawość dzieci. Dzieciom urządzał czasem w formie żartu pewne niespodzianki, np. w szczeliny palików ogrodzenia wkładał drobne monety, a one przechodząc drogą wyciągały te drobnaki i mogły za to kupić cukierki u pobliskiego Żyda. W okresie świąt Bożego Narodzenia grupy dzieci (kolędników) obowiązkowo odwiedzały dom kapitana, śpiewając kolędy,



recytując wierszyki, a on się autentycznie radował i kolędników solennie obdarowywał.

We wspomnieniach tych, którzy go pamiętali, kapitan jawi się jako osoba wierząca i pobożna. Widzeli go z różańcem w ręku, gdy pasł krowę lub obchodził majątność rodową Rejkowskich. Ten czas spokojnego życia przerwał wybuch II wojny światowej i okupacji niemieckiej. Kapitan odwiedzała policja (żandarmeria) niemiecka, rekwirując mu pamiątkowe szable oficerskie i obserwując jego zachowanie. Być może ze względu na wiek (63 lata) i biegłą znajomość języka niemieckiego pozostawiono go we względnie spokojnym. W tej niepewności pozostawał do końca okupacji. W sierpniu 1944 r. nastąpiło wysiedlenie całej ludności Januszkowic. Przed udaniem się na wysiedlenie razem z siostrą zakopali w znanym sobie miejscu cenniejsze rzeczy i pamiątki wojskowe kapitana. Znaleźli się po zachodniej stronie Wisłoki podobnie jak wielu innych wysiedlonych i tam przetrwali przez kilka miesięcy, aż do czasu cofnięcia się frontu dalej na zachód. Wczesną wiosną wrócili do zniszczonego i ograbionego domu. Utracone zostały jego osobiste rzeczy i pamiątki wojskowe; ktoś to odkopał i zabrał. Po wielu latach - przypadkiem - odnalazła się jego fotografia w mundurze oficerskim – polskim - jedyna po nim pamiątka. Kapitan żył od tego czasu skromnie z tego, co uzyskiwali z gospodarstwa rolnego, ponieważ pozbawiony został wojskowego świadczenia emerytalnego, jakie pobierał do 1939 r.

Kapitan interesował się dalej sprawami publicznymi Januszkowic i cieszył się poważaniem wśród ludzi. Skupił wokół siebie kilku znaczniejszych osób i wspólnie rozpoczęli starania w celu budowy nowej szkoły. Dzięki tym staraniom i wspólnym wysiłkiem mieszkańców wybudowano nową, murowaną szkołę o czterech klasach lekcyjnych i mieszkaniem dla kierownika szkoły.

1 września 1951 roku odbyła się uroczystość oddania do użytku nowej szkoły, połączona z rozpoczęciem nowego roku szkolnego. Na uroczystość tę przybyli przedstawiciele władz powiatowych z Jasła, członkowie komitetu budowy szkoły i wielu mieszkańców wsi. Były też okolicznościowe przemówienia, a w kronice szkoły zapisano, że „przemówił też kapitan Franciszek Rejkowski, pierwszy inicjator budowy nowej szkoły. Czuł się (tak mówił) niezmiernie szczęśliwy, widząc cel swoich dążeń. W sposób swobodny, pełen humoru opowiedział młodzieży jak odbywała się nauka pisania i czytania w Januszkowicach do roku 1880”. Kapitan cieszył się, że ta nowa szkoła, tak potrzebna we wsi, powstała. Kilka lat później kapitan wyszedł z różańcem w ręku, by obejść przyległe pole, dojrzewające powoli zboża i rosnące okopowe i wrócił do domu i położył się na łóżku, aby odpocząć. Po chwili siostra Katarzyna weszła do pokoju kapitana, by prosić go na posiłek. Myśląc, że śpi, poruszyła go ręką, ale on już nie żył. Ta nagła śmierć nastąpiła 20 czerwca 1954 r. Całą rodzinę krewnych i sąsiadów i tych, którzy go znali, ta nagła jego śmierć boleśnie dotknęła. Zmarł w wieku 77 lat i pochowany został na cmentarzu parafialnym w Brzostku. W 2018 r. zstępni jego rodzeństwa ufundowali w miejscu jego pochówku granitowy nagrobek. Na tablicy nagrobnej znajduje się krótka informacja o jego osobie oraz podobizna w mundurze oficerskim kapitana wojska polskiego.



Bardzo ciekawą postacią był Wojciech Rejkowski – ojciec kapitana. Urodził się 18 kwietnia 1844 roku. Gdy dorósł, przeniósł się z ojca gospodarstwo rolne i założył rodzinę. W czasie panowania epidemii cholery, w ciągu dwóch miesięcy 1873 r. zmarło w Januszkowicach 33 osoby w różnym wieku. Na tą zakaźną chorobę zmarła również - w wieku 24 lat - żona Wojciecha, Maria z Mroczkowskich i ich jednoroczny syn. Wojciech Rejkowski ożenił się ponownie z Honoratą z d. Płaziak. To oni byli rodzicami syna Franciszka, późniejszego oficera w służbie austriackiej i oficera odrodzonego wojska polskiego.

Wojciecha Rejkowskiego już od młodości interesowały sprawy polityki lokalnej i publicznej. Dał się później poznać jako aktywny działacz społeczno-polityczny, co doprowadziło go do objęcia urzędu wójty gromady Januszkowice. Następnie powołany zostaje do ważnych funkcji we władzach powiatu pilzneńskiego.

Potwierdzają to dokumenty z lat 1897 – 1898, kiedy to zasiadał w zarządzie powiatu Pilzno, jako zastępca przewodniczącego zarządu powiatu. Obok niego funkcję zastępcy przewodniczącego zarządu piastują: Zawalski Józef – właściciel realności oraz Mikołaj Rey – hrabia, właściciel dworu. W składzie członków zarządu powiatu zasiadają także: Klucznik Jan – wójt, Bujnowski Tytus – notariusz i Zapalski Antoni – właściciel dworu. Aby zasiadać w tym zacnym gronie władz powiatu, Wojciech R. zyskiwał niewątpliwie poparcie stronnictwa ludowego, którego był członkiem

i aktywnym działaczem. Jak donosi ówczesna prasa, był on działaczem Polskiego Stronnictwa Ludowego i pod sztandarem tego stronnictwa wytrwale działał. Prenumerował i czytał pracę o tematyce ludowej, taką jak: Kalendarz wieczny – Wieniec i Pszczółka, wydawany przez księdza Stanisława Stojalowskiego. Prenumerował czasopismo – Przyjaciół Ludu, wydawane przez Jana Stapińskiego.

Ten działacz i polityk z Januszkowic wywodzący się z klasy chłopskiej, zmarł 5 czerwca 1908 r., mając 64 lata. W nr. 27 czasopisma „Przyjaciół Ludu” z dnia 5 lipca 1908 roku został zamieszczony anons o jego śmierci, o następującej treści: „+ Wojciech Rejkowski dzielny ludowiec i długoletni prenumeratorka „Przyjaciół Ludu” zmarł po krótkiej słabości w Januszkowicach koło Brzostku (pow. Pilzno). Zmarły stał zawsze wytrwale i nieugięty pod Sztandarem Stronnictwa Ludowego i cieszył się w kołach ludowych wielkim zaufaniem. Cześć pamięci zacnego druha! Pokój Jego popiołom!”

Zmarły Wojciech Rejkowski został pochowany na cmentarzu parafialnym w Brzostku.

Dla żyjących dziś potomków Wojciecha Rejkowskiego jego sylwetka stanowiła wiele niewiadomych. Dzięki kwerendzie poczynionej przez autora powyższej opowieści (również w archiwach) udało się w części uzyskać informacje o jego osobie. Także dzięki archiwum wojskowemu autor dotarł do wszystkich informacji o osobie kapitana Franciszka Rejkowskiego, o jego nauce i całym przebiegu służby wojskowej. ■

## Śmierć (czy aby na pewno) nadchodzi jesienią?

A.W.

**T**o nawiązanie do tytułu powieści mistrzyni kryminału Agathy Christie nie jest przypadkowe. Niestety, nadeszła ta pora roku - dni stają się coraz krótsze, mniej słoneczne, dzień wita nas i żegna chłodniejszym powietrzem. Zapewne będzie nam tęskno za piękną pogodą, spędzaniem większości godzin na świeżym powietrzu, ruchem... To nie oznacza jednak, że trzeba powiedzieć: stop! Wręcz przeciwnie! Nadal powinniśmy pozostać aktywnym zarówno fizycznie, jak i umysłowo. Nasze ciało bowiem 365 dni w roku potrzebuje żyć aktywnie na obu tych płaszczyznach.

Jesień też można spędzać na zewnątrz. Ot, wystarczy zwykle grabanie liści! Warto wybrać się do lasu - na spacer czy na grzyby. Może przejechać się na rowerze w nieco cieplejszy dzień? Albo przejść parę metrów do sklepu, szkoły czy pracy, a nie podjeżdżać pod same drzwi. Zamiast windy wybrać schody... Niestety, wygodnictwo i siedzący tryb życia nam nie służy, a wręcz zabija. A będzie coraz gorzej. Powinniśmy więc wprowadzać nawet drobny ruch do naszej codzienności. Dodać parę ćwiczeń rozciągających możliwych do wykonywania nawet przy obowiązkach: przysiadki, skłony. To nigdy nie zaszkodzi, a może pomóc chronić kręgosłup. Zwykle sprzątanie domu będzie zbawienne dla naszego zdrowia.

Plusem aktualnej aury jest to, że dłuższe wieczory

skłaniają do spędzania czasu nad książkami. Oby tylko! O niebo lepiej jest rozsmakować się w lekturze powieści niż niszczyć oczy przed ekranem telewizora, komputera czy telefonu. W każdym numerze „Wiadomości Brzosteckich” zamieszczone są propozycje książkowe dostępne w bibliotece - może warto z nich skorzystać. Powinno się też jednak sięgać nie tylko po nowości - świeżutkie jeszcze nieużywane - ale i starsze, równie dobre (a może i lepsze) pozycje. I już powiem - w naszej bibliotece znajduje się mnóstwo książek pięknych a nie czytanych albo bardzo mało i głównie dlatego że nie eksponują się w pomieszczeniu z nowościami. A może by do nich wrócić? Na przykład z literatury obyczajowej: Danielle Steele, Nora Roberts, Jodi Picoult... Z klasyki kryminału wspomniana już Agatha Christie, Arthur Conan Doyle czy polska Joanna Chmielewska. Można zapytać bibliotekarza, co poleca. Nie zawsze nowe znaczy lepsze! Przecież często mówimy: „dawniej to robili meble, ciuchy...” itp. Tak samo jest z książkami. Najważniejsze jednak jest, aby czytać cokolwiek. Mogą to być nawet gazety, prasa kobieca. Dobrą formą biernego spędzania wolnego czasu jest też rozwiązywanie krzyżówek. Dzięki tym sposobom nasz mózg nie umiera. Szare komórki pracują, a to oznacza, że przedłużamy sobie życie. Zachęcam więc serdecznie do jakiegokolwiek ruchu oraz lektury! ■





Faustyna Rogaczewska,  
studentka psychologii  
na Uniwersytecie  
Jagiellońskim

# Psychologia w pigułce

## Samokontrola

**S**amokontrola to zamierzona zmiana własnych reakcji. Dzięki tej zdolności jesteśmy w stanie opierać się różnym impulsom, takim jak zjedzenie całej paczki chipsów albo kupienie pięknej, ale bardzo drogiej i zbędnej rzeczy. Samodyscyplina, jak wiemy, jest trudna i wiąże się z ciągłą pracą nad sobą i często robieniem tego, czego się nie chce albo nierobieniem tego, co się chce. Czasem może zostać uznana za działanie wbrew sobie, jednak tak naprawdę pozwala nam na stawanie się tymi, kim rzeczywiście chcielibyśmy być. Mimo że nie jest to widoczne na pierwszy rzut oka, to właśnie uleganie impulsom czyni nas zniewolonymi. Impuls – jak sama nazwa wskazuje – jest krótkotrwały, szybki, automatyczny. Pojawia się nagle i niepozornie, tak że czasem nie wiemy nawet kiedy, a przez to nie mamy chwili na podjęcie decyzji. Robiąc coś impulsywnie, tak jakbyśmy robili coś poza świadomością. Tak właśnie często dzieje się w przypadku osób uzależnionych. Jedną ze składowych definicji uzależnienia jest brak umiejętności powstrzymania impulsu do zrobienia czegoś. Tak więc mimo że nasz organizm, nasze myśli czy uczucia w danym momencie przekonują nas, że zrobienie czegoś jest niezbędne w tej chwili, niekoniecznie tak jest. Nie zawsze warto robić dokładnie to, na co ma się tzw. ochotę. Oczywiście w przypadku uzależnień sprawa nie jest taka prosta. Cały mechanizm od impulsu po jego realizację wygląda inaczej niż w przypadku osób wolnych od nałogów. Zanim jednak przyjrzymy się mechanizmowi uzależnienia (o czym więcej w kolejnym artykule), zastanówmy się nad korzyściami oraz negatywnymi skutkami samokontroli.

### Ciemna strona samokontroli

Mimo że samokontrola jest zazwyczaj cechą pożądaną i cenioną, to w nadmiarze może przynosić negatywne skutki. Osoby o przesadnej samodyscyplinie, często (choć oczywiście nie zawsze) są perfekcjonistami. Dążą do obranego celu, nie zważając na kwestie takie jak choćby higiena pracy czy odpoczynek. Odczuwają potrzebę bycia najlepszym w tym, co robią. Często podejmując jakieś działania, popadają w dychotomię: albo na sto procent albo wcale. Perfekcjonizm często dotyczy właśnie osób z wysoką samokontrolą. Paradoxem jednak jest to, że w istocie tracą kontrolę nad samokontrolowaniem się. I tu sprawdza się powszechna teza, iż nadmiarze nic nie jest dobre. Warto nadmienić, iż pracoholizm ma dużo wspólnego z perfekcjonizmem, jednak jak sama nazwa wskazuje – dotyczy pracy i jest klasyfikowany jako jednostka chorobowa. Natomiast perfekcjonizm to pewien zbiór cech i zachowań, które mogą, ale nie muszą wiązać się z uzależnieniem czy kompulsjami.

Przesadna samokontrola może prowadzić do tzw. „wyczerpania woli”. Kiedy stawiamy przed sobą zbyt wiele wymagań i nakładamy na siebie szereg ograniczeń, nasza „silna wola” słabnie. Dla ilustracji

przytoczę eksperyment, który dobrze oddaje sedno zjawiska. Osoby badane przystąpiły do eksperymentu głodne. Czekając na swoją kolej, czuły zapach czekoladowych ciastek, które podgrzewano w mikrofalówce (co już było częścią badania). Następnie badani byli proszeni o przejście do pokoju, w którym zostawiano ich samych na 5 min. Na stole przed nimi, leżały dwie patery: jedna z rzodkiewkami, druga z ciastkami. Pierwszą grupę badanych poproszono, żeby zjedli kilka rzodkiewek, ale nie ruszali czekoladek (grupa ta musiała sprawować samokontrolę). Drugą grupę poproszono z kolei o zjedzenie czekoladek, a pozostawienie rzodkiewek. Następnie wszyscy badani rozwiązywali pewne zadanie, o którym nie wiedzieli, że jest faktycznie nierozwiązywalne. Przedmiotem badania była wytrwałość w drugim zadaniu. Jak się okazało, osoby z pierwszej grupy (powstrzymujące się od zjedzenia czekoladek) ujawniły znacznie mniejszą wytrwałość w drugim zadaniu niż osoby z grupy drugiej. Jak więc widać, wydatkowanie siły woli na powstrzymywanie się od spożycia zakazanego jedzenia, osłabiało jej zasoby potrzebne do wytrwałego rozwiązania innego zadania.

Ciągła kontrola powoduje zmęczenie, dlatego warto w przypadku robienia postanowień (np. noworocznych) wziąć to pod uwagę i na przykład oprócz planu działań, przybliżających nas do celu, uwzględnić przerwy (dni, w których nie będziemy zobligowani do danego postanowienia). Zasoby woli można łatwo wyczerpać, ale również szybko odbudować – na przykład poprzez wspomniane odstępstwa od kontroli w danym obszarze.

### Jasna strona samokontroli

Ludzie, którzy mają wyższą samokontrolę, rzadziej popadają w nałogi i uzależnienia. Oprócz tego lepiej radzą sobie ze stresem i frustracjami. Ciekawe jest to, że dzieci o wyższej samokontroli mają lepsze stopnie w szkole. Badania wskazują, że poziom zdolności do kontrolowania swoich impulsów okazuje się bardziej istotny niż iloraz inteligencji, jeśli chodzi o postępy w nauce. Podobnie samodyscyplina z racji, iż ściśle wiąże się z sumiennością w wypełnianiu obowiązków, przekłada się na lepsze funkcjonowanie w pracy. Badania wskazują także, że osoby o wyższej samokontroli rzadziej się rozwodzą. Z kolei niższa zdolność do kontrolowania swoich impulsów może mieć katastrofalne skutki zarówno dla jednostki, jak i społeczeństwa. Skrajnym przypadkiem jest załamanie samokontroli, w wyniku której ludzie przestają panować nad swoją złością, zawiścią i dopuszczają się czynów agresywnych.

Niewątpliwie, umiejętność kontrolowania swoich zachowań jest cechą pożądaną. Dzięki niej jesteśmy w stanie znacznie więcej osiągnąć. Warto jednak podkreślić, że samodyscyplina nie zawsze idzie w parze z wysoką motywacją. Owszem, znajdziemy wiele osób, które dzięki wysokiej motywacji, są w stanie robić więcej rzeczy, jednak nie stanowi to reguły. ■





Katarzyna Podgórska  
mgr biologii, dietetyk

## Dieta dobrych obyczajów

### Już w porządku, mój żołądek

**J**uż w porządku, mój żołądek. Wszyscy z pewnością znają tego typu hasła z reklam środków na zgagę, refluks czy na ogólne problemy żołądkowo-jelitowe. O ile doraźnie można z nich korzystać, o tyle przy przewlekłych dolegliwościach układu pokarmowego należy skonsultować się z lekarzem. Sporadyczne poposiłkowe cofanie się pokarmu z żołądka występuje u wielu z nas i jest to stan fizjologicznie do przyjęcia. Jednak gdy zarzucanie treści żołądkowej ma charakter przewlekły, wówczas zdecydowanie pogarsza to jakość życia. W obecnych czasach coraz bardziej powszechna staje się choroba refluksowa przełyku (w skrócie GERD). Jest to stan, w którym treść żołądkowa (kwas żołądkowy i jedzenie) cofa się do przełyku, powodując nieprzyjemne objawy, a nieleczona może doprowadzić do powikłań. Przełyk i żołądek oddzielone są od siebie tzw. dolnym zwieraczem przełyku, który ulega rozluźnieniu w momencie przełykania pokarmu, by potem szczelnie się zacisnąć, gdy pokarm dostanie się do żołądka. Jeśli zwieracz szwankuje, nie domyka się, jest zbyt rozluźniony, wówczas dochodzi do cofnięcia zawartości żołądka. Charakterystycznym tego objawem jest zgaga, która stwarza wrażenie pieczenia, palenia w przełyku. Spowodowane jest to kwaśną treścią żołądkową i gazami, które drażnią delikatną błonę śluzową przełyku, równocześnie go rozciągając. Inne charakterystyczne objawy choroby refluksowej to puste odbijania, bóle w nadbrzuszu, bóle myłone z bólem wieńcowym, wymioty, nudności, poranna chrypka, tzw. gula w gardle czy utrudnione przełykanie. Przyczyn refluksu może być wiele. Otyłość, cukrzyca, kłopoty z tarczycą, alkoholizm, palenie papierosów, stres, depresja, brak snu, nietolerancje pokarmowe, zakażenia bakteryjne np. *Helicobacter pylori*, nadmierne zażywanie niesteroidowych leków przeciwzapalnych. Przy zdiagnozowanym refluksie lekarstwa są koniecznością, sama dieta nie wyleczy. Jednak farmakologia musi iść w parze z odpowiednim żywieniem i zmianą stylu życia, bo tylko tak organizm łatwiej przezwycięży lub wyciszy chorobę. Pamiętaj jednak, że zanim zaczniemy szukać skomplikowanych przyczyn i wydawać tzw. miliony na badania, zacznijmy od podstaw. Z punktu widzenia diety kluczowy jest rodzaj i jakość pokarmu, jaki spożywamy. Jednak najpierw o mniej oczywistych aspektach odgrywających dużą rolę w wspomaganiu leczenia choroby refluksowej. Wskazana jest umiarkowana (lecz nie bardzo intensywna) ulubiona aktywność fizyczna, np. spacerowanie, jazda rowerem, która pomaga utrzymać

prawidłową masę ciała, a ponadto usprawnia mięśnie przepony, co korzystnie wpływa na dolny zwieracz przełyku, przez co zmniejsza epizody refluksu. Zalecane jest noszenie luźnej odzieży, która nie uciska brzucha. Obcisłe ubrania i mocno zaciśnięte paski od spodni mogą nasilać objawy choroby, zwiększając ciśnienie wewnątrzbrzusze. Ponadto lepiej spać na lekko uniesionym wezglowiu łóżka (o ok. 20 cm) niż całkiem na płasko. Zadbanie o prawidłowy sen, uporanie się ze stresem to kluczowe, co musimy zrobić, by zadbać o swój żołądek. W przypadku stresu sprawa jest bardziej złożona. Nie minie jak za dotknięciem czarodziejskiej różdżki, ale są sytuacje, na które zupełnie nie mamy wpływu, a martwienie się na zapas nie ma sensu. Organizm wykształcił naturalny mechanizm, który był pomocny, gdy zagrażało nam niebezpieczeństwo. Szybkie bicie serca, przyspieszony puls, napięcie mięśni w ciele, wzrost cukru we krwi, spowolnione trawienie. Szybka ucieczka lub obrona. Jednak to, co kiedyś (dziś również) pomagało w przetrwaniu, dziś staje się stanem przewlekłym zwanym stresem. Organizm jest przebudźcowany. To sprzyja zaburzeniom trawienia, co z kolei może wpływać na występowanie refluksu. Otyłość, nadwaga powoduje wzrost ciśnienia wewnątrzbrzusznego, zaburza perystaltykę (ruchy) przełyku, spowalniając oczyszczanie się z cofniętej treści żołądkowej przy refluksie. W takim przypadku wskazana jest redukcja masy ciała. Wracając do aspektu żywieniowego, w przypadku choroby refluksowej posiłki powinny być częste (4-5 razy dziennie) i niewielkie, by bardzo nie obciążać za jednym razem żołądka. Unikamy napojów gazowanych, mocnych herbat, kawy, naparów z mięty. Niewskazane są owoce cytrusowe, sok pomidorowy. Z warzyw najlepiej ograniczyć czosnek, cebulę. Słodycze w tym czekolada powinna pójść na jakiś czas w odstawkę. Ostre przyprawy i tłuste potrawy również nie powinny gościć na stole. Wykluczeń jest sporo, ale pozostaje wiele innych smacznych produktów do konsumpcji. Kisiele, budynie, galaretki są ok. Wszelkie delikatne zupy, zupy krem, chude mięso, maliny, jagody, herbatki z rumianku, korzenia prawoślazu, herbatki owocowe, gotowane warzywa – to można jeść. Dobrze skomponowane posiłki mogą być smaczne nawet, gdy zmagamy się z problemami refluksu. Jest to temat obszerny, dlatego warto w tym przypadku skontaktować się z lekarzem i dietetykiem, który dopełni leczenie odpowiednią dietą i radami, by słowa z reklamy „już w porządku, mój żołądek” nabrały mocy. ■





Obraz autorstwa pikisupenstar na Freepik

*Czy wpłacicieś już  
na remont cmentarza  
w Brzostku?*

**Materiały do kolejnego  
numeru „Wiadomości  
Brzosteckich” prosimy  
przesyłać do 5 listopada 2023 r.  
na adres [wiadomosci@brzostek.pl](mailto:wiadomosci@brzostek.pl)**



**Zapraszamy**  
do współtworzenia  
naszej lokalnej gazety

**Wiadomości  
Brzosteckie**

**M**asz ciekawe lub nietypowe hobby? Interesujesz się modą, kosmetologią, możesz poradzić, jak dbać o urodę? Rysujesz karykatury lub coś równie oryginalnego? A może znasz jakieś pasjonujące historie o gminie bądź jej mieszkańcach? Podziel się z nami! Najlepsze teksty zostaną opublikowane w naszej lokalnej gazecie. Zapraszamy Was, drodzy Mieszkańcy, do współtworzenia „Wiadomości Brzosteckich”!

Redakcja

## Walter Isaacson „Leonardo da Vinci”



**M**yślę, że o Leonardzie da Vinci, słyszeliśmy wszyscy, ale czy dostatecznie go znamy? Powszechnie kojarzy się on ze słynnym obrazem *Mona Lisa* namalowanym przez renesansowego artystę włoskiego pochodzenia uważanego za

geniusza wszech czasów oraz człowieka o wszechstronnych zainteresowaniach. Jednak kiedy przeczytamy biografię ww. autora będziemy wprost zaskoczeni, jak liczne były te zainteresowania i zadziwieni, że można łączyć pasje artystyczne ze stricte naukowymi dziedzinami, które w dodatku znakomicie się uzupełniają. Otóż pisarz dowodzi, że gdyby nie zainteresowania medyczne Leonarda, który badał anatomię człowieka poprzez przeprowadzanie licznych sekcji zwłok w szpitalach, obserwując, niemal każdą żyłkę pośród naczyń krwionośnych, to pewnie nie byłoby tak wspaniałego dzieła, jak m.in. *Mona Lisa*, której zagadkowy uśmiech zadziwia przez wiele stuleci.

Biografia została napisana na podstawie przestudowania tysięcy osobistych notatek, jakie artysta po sobie zostawił. Czytając to imponujące dzieło, niezwykle obszerne, gdyż liczące około 800 stron, możemy się dowiedzieć, jak niesłychanie pracowitym, ponadprzeciętnie ciekawym obserwatorem świata, pasjonatem natury i zjawisk przyrodniczych był Leonardo da Vinci.

Autor zastanawia się, czy można Leonarda nazwać

geniuszem w potocznym znaczeniu tego słowa. Bowiem synonim *geniusz* oznacza nadprzyrodzone moce i talenty. A Leonardo był po prostu człowiekiem niepozabawionym wad i słabości (często miał zwyczaj nie kończyć swych dzieł), ale posiadał niesamowitą pasję obserwowania i poszukiwania odpowiedzi na nurtujące go pytania oraz rozległe zainteresowania, niespotykane przez wieki pośród twórców sztuki (malarstwo, rzeźba, geometria, matematyka, anatomia człowieka, wojskowość, hydraulika, technika – sam siebie nazywał inżynierem).

W księdze zamieszczono niemal wszystkie reprodukcje dzieł Leonarda, obrazy i rysunki, bardziej i mniej znane, które pisarz dokładnie opisuje: jak zostały wykonane, kto do nich pozował, a także przedstawia ich dzieje przez stulecia, jak zaginęły, a potem zostały odnalezione. Być może, poprzez te historyczne zagadki, które są barwne iawię niczym z powieści o Sherlocku Holmesie, biografię czyta się z wypiekami na twarzy. Napisano ją bowiem w sposób przystępny dla przeciętnego czytelnika, barwnym literackim językiem.

Moim zdaniem jest to lektura nie tylko dla miłośników sztuki, choć bardzo może być przydatna w muzeach podczas oglądania wystaw. Jednak powinien ją też przeczytać każdy czytelnik, bowiem życie Leonarda da Vinci było niezwykle barwne, pełne różnorodnych pomysłów i dociekań, na których wzorowano się przez wieki całe - wprost fascynujące. Warto je poznać.

A książkę można wypożyczyć w brzosteckiej bibliotece. ■

**Czytelnicze fascynacje**

E.M.



# Biblioteka poleca

Opracowała  
na podstawie  
materiałów  
z ofert  
książkowych  
A.D. CKiCz  
Brzostek



**Gary John Bishop - *Unfuck Yourself. Napraw się! Mniej myśl, więcej żyj***

Pozycja, która pomoże Ci nie tylko żyć bardziej świadomie, ale i uwolnić się od destrukcyjnych myśli torpedujących wszelkie Twoje zamiary. Napraw się, a potem wreszcie zacznij korzystać ze swojego naturalnego szczęścia! „Unfuck Yourself. Napraw się! Mniej myśl, więcej żyj” to książka, która ma pozwolić każdemu, kto po nią sięgnie, otworzyć się na siebie i swój potencjał, by wreszcie być szczęśliwym. Wiele osób nie może poradzić sobie z wewnętrznym monologiem, w którym głos zabiera przede wszystkim krytyk, torpedujący wszelkie ich przedsięwzięcia i pomysły. Potrafi cały czas powtarzać hasła w stylu: „jesteś zbyt leniwy”, „nie masz tyle siły” czy „jesteś na to za głupi”, by skutecznie zdemotywować człowieka do wszystkiego, do czego ten dąży. Wielu ludzi, mimo wewnętrznego, krytycznego głosu, próbuje żyć normalnie. To jednak nie zawsze się sprawdza, ponieważ w chwili załamania nadchodzi taki czas, gdy uznają, że nie ma co się wysilać, bo i tak nic nie działo się. Tym samym godzą się z myślą, że nigdy nie zrealizują swoich marzeń oraz nie odnajdą prawdziwego szczęścia w życiu. Autor poleca tę książkę wszystkim osobom zrezygnowanym, które uważają, że już przegrały swoje życie. Najwyższa pora, by z jej pomocą w końcu wyrwały się z letargu, przestały same sobie rzucać kłody pod nogi i zawalczyły o swoje.



**Isabel Allende - *Violeta***

Poruszająca historia kobiety, która była świadkiem przełomowych wydarzeń XX wieku.

Violeta przychodzi na świat pewnego burzowego dnia 1920 roku jako pierwsza dziewczynka w rodzinie obdarzonej pięcioma pełnymi wigorami synami. W tym samym czasie do kraju dociera grypa hiszpanka, ponadto społeczeństwo wciąż zmaga się ze skutkami Wielkiej Wojny. Dzięki zapobiegliwości ojca rodzina wyjdzie z tego kryzysu bez szwanku, ale wkrótce stanie w obliczu kolejnego: załamanie gospodarcze z 1929 roku odbije się na życiu Violety, dotąd upływającym w splendorze wielkiego miasta. Rodzina straci wszystko i będzie zmuszona do przeprowadzki w odległą, dziką część kraju. Tam dziewczyna osiągnie pełnoletność i pozna pierwszego kandydata na męża... W liście skierowanym do ukochanej osoby Violeta wspomina destrukcyjne zawody miłosne i płomienne romanse, nędzę i bogactwo, bolesne straty i chwile wielkiej radości. Na jej losy wpłynęły ważne wydarzenia historyczne: walka o prawa kobiet, rządy tyranów i ich upadek, wreszcie dwie pandemie: grypy hiszpanki z 1920 roku oraz koronawirusa z 2020 roku. Isabel Allende kreśli kolejną niezwykle inspirującą i głęboko poruszającą historię, opowiedzianą przez kobietę, której pasja, determinacja i poczucie humoru pomagają jej przejść przez niezwykle burzliwe życie.



**Marcin Lwowski - *Dziewczyny z Powstania Warszawskiego***

Poznajcie Dziewczyny z Powstania Warszawskiego!

Kobięcy oddział Dywersja i Sabotaż Kobiet (Dysk) Warszawskiego Okręgu Armii Krajowej stworzony przez porucznik Wandę Gertz kryptonim „Lena” DYSK działał od 1942 roku i walczył z okupantem w czasie Powstania Warszawskiego. Oto jego historia.

Fabularyzowana historia ukazuje udział kobiet w akcjach konspiracyjnych. Były to m.in. likwidacje konfidentek, wysadzenie mostu pod Łukowem czy zniszczenie torów kolejowych pod Radomiem. Jak pisze autor: „Trzy wybrane na główne, przewijające się przez opowieść postacie „Isi”, „Meli” i „Ewy”, oparte na biografii autentycznych uczestniczek akcji i walk „Dysku” – pań: Jadwigi Podrygałło, Melanii Aniołowskiej i Ewy Płoskiej – wzięły na siebie w książce ciężar ukazania całości działań formacji”.

Marcin Lwowski dotarł do wielu interesujących materiałów, często do tej pory znanych jedynie specjalistom, a teraz dostępnych również czytelnikom w całej Polsce. Jego praca stała się przyczynkiem do popularyzacji wiedzy o stosunkowo mało znanym wycinku działalności kobiet w AK. ■





## DOWCIP BAWI, DRWINA DŁAWI

Wybrał  
Mateusz Łącki

Siedzi facet w autobusie, ścisk jest straszny.  
Facet szepcze przez cały czas:  
- Ale ta młodzież jest niewychowana!  
Nagle ktoś nie wytrzyma i mówi:  
- Ale przecież ten młody człowiek ustąpił panu miejsca!  
- Mnie tak, ale moja żona stoi, a noga ją boli.

Jedzie sobie ksiądz samochodem. Zatrzymują go dwaj policjanci:  
- Dokumenty, proszę!  
Ksiądz im daje dokumenty.  
- Proszę otworzyć bagażnik!  
Ksiądz otwiera.  
- Co ksiądz wozi?  
- Boiler do zakrystii.  
- Hmm.. Niech Ksiądz jedzie.  
Po chwili, policjant pyta kolegę:  
- Ty, co to jest boiler do zakrystii?  
A drugi:  
- Nie wiem, to ty chodziłeś 2 lata na religię.

Ksiądz odprawia drogę krzyżową. Przy piątej stacji podbiega do księdza gospościa i szepcze:  
- Proszę księdza, przyjechali z wydziału finansowego! To bardzo pilna sprawa! Niech ksiądz przeprosi wszystkich i przerwie drogę krzyżową!

Ksiądz szepcze do kościelnego:  
- Poprowadź za mnie dalej drogę krzyżową.  
I tak wszystko przeciągaj, żebym zdążył wrócić na zakończenie!  
Księdzu spotkanie z urzędnikami zajęło więcej czasu niż przypuszczał. Po jakimś czasie wbiega do kościoła w nadziei, że zdąży na ostatnią, czternastą stację drogi krzyżowej. Nastawia uszu i słyszy głos kościelnego:  
- Staaacjaa dwuuudziieestaaa piąątaa! Szymon Cyrenejczyk poślubia świętą Weronikę!

Teściowa chciała sprawdzić zięciów, czy ją w ogóle lubią. Postanowiła, że wskoczy do studni i będzie udawała, że się topi. Przygotowała sobie wszystko w studni (jak wskakiwała, trzymała się liny).  
Przyjechał pierwszy zięć, no to teściowa buch do studni. Zięć podbiega, patrzy, teściowa. Wyciąga ją ze studni i odnosi do domu. Rano budzi się, widzi przed domem maluch z napisem „od teściowej dla zięcia”.  
Przyjechał drugi zięć, teściowa ten sam numer. Zięć ją ratuje. Rano wstaje, a tam polonez z napisem „od teściowej dla zięcia”.  
Przyjechał trzeci zięć. Teściowa stary numer. Zięć podbiega do studni odcina linę, na której wisiała teściowa. Teściowa się topi. Zięć rano

wstaje, a tam MERCEDES z napisem „dla kochanego zięcia TEŚĆ”.

Spotyka się dwóch kolegów, jeden jest wyraźnie smutny, drugi pyta go:  
- Dlaczego jesteś smutny?  
- No wiesz, porwali mi teściową i żądają okupu.  
- Zaraz, zaraz, teściową? To co się martwisz?  
- Powiedzieli, że jeśli nie dam im okupu, to ją sklonują.

Mistrz w pchnięciu kulą do trenera:  
- Dziś muszę pokazać klasę... na trybunie siedzi moja teściowa.  
- E! Nie dorzucisz...

Czym się różni policjant od księdza?  
- Ksiądz mówi: Pan z wami, a policjant: Pan z nami.

Pani zadała dzieciom temat wypracowania „Jak wyobrażam sobie pracę dyrektora?”  
Wszystkie dzieci piszą, tylko Jaś siedzi bezczynnie, założywszy ręce.  
- Czemu, Jasiu, nie piszesz? - pyta nauczycielka.  
- Czekam na sekretarkę... ■



## POCZYTAJ, MĄDRE...

Wybrał  
Mateusz Łącki

Jeśli człowiek zamknie bogactwo we własnej głowie, nikt mu go nie może odebrać. Inwestowanie w wiedzę zawsze przynosi największe zyski.

*Benjamin Franklin*

Ci, którzy sądzą, że jakaś część społeczeństwa może żyć w luksusie, podczas gdy reszta przymiera głodem, niech spróbują śmiać się jedną połową twarzy i płakać równocześnie drugą.

*Thomas Fuller*

Nie należy sądzić, że diabeł kusi jedynie ludzi genialnych. Gardzi zapewne głupcami, ale nie lekceważy ich pomocy. Przeciwnie, pokłada w nich wszelkie nadzieje.

*Charles Baudelaire*

Czynić dobro, gdzie to jest możliwe, kochać wolność ponad wszystko, nie zaprzeczyć się prawdy nawet przed tronem!

*Ludwig van Beethoven*

Jest się właściwie wiernym tylko w miłości nieszczęśliwej, gdyż odbiera ona chęć rozpoczynania na nowo.

*Marcel Achard*

Nadmierne pragnienie, by być kochanym, niewiele ma wspólnego z prawdziwą miłością. Umiłowanie samego siebie zawiera zawsze coś samobójczego.

*Bertolt Brecht*

Kto posiada uncję miłości, otrzyma uncję radości. Kto posiada tonę miłości, otrzyma tonę radości. A jeśli jest bezgraniczna, to i radość będzie bezmierna.

*John Ching-Hsiung Wu*

Pomimo że każda chwila radości trwa niezmiernie krótko, później znika, zawsze jednak zostawia za sobą trwałą nadzieję i jeszcze trwalsze wspomnienie.

*Jean Paul*

Szczęśliwym jest człowiek, który z przeszłości swej pamięta to tylko, co dało mu zadowolenie. Nieszczęśliwym zaś ten, co nosi w pamięci wyłącznie nieszczęścia.

*Hagiwara Sakutaro*

Gdyby dziś na świecie żyła duża liczba ludzi pragnących bardziej własnego szczęścia niż nieszczęścia innych, moglibyśmy w ciągu kilku lat mieć raj na ziemi.

*Bertrand Russell*

Wolność jest dana człowiekowi od Boga jako miara jego godności. Jednakże jest mu ona równocześnie zadana.

*Jan Paweł II*

Umiłowanie wolności jest w społeczeństwie demokratycznym mniejsze niż umiłowanie równości, wobec czego można być tak, że społeczeństwa demokratyczne poświęcą wolność, żeby zachować równość.

*Charles Alexis De Toc Queville*



# Krzyżówka z nagrodą

1		2		3		4	5	6	7	8	9		10		11		12
						13		17									
14									15				8				
16																	
13																	
17																	
21																	
26																	
31																	
38																	
41																	

**POZIOMO:**

- Miasto i port w Hiszpanii nad M. Śródziemnym.
- Piorunochron; ochronnik zabezpieczający urządzenie elektr. przed skutkami wyładowań atmosferycznych.
- Średnica kuli lub pocisku.
- Człowiek władający wieloma językami.
- Domenico (1685-1757), kompozytor włoski.
- Producent soków owocowych.
- Ten, który zginął.
- Zrzeczenie się tronu przez panującego.
- Ze stolicą w Seulu.
- Widziadło, widmo, przywidzenie.
- Mięso na kotlet.
- Kolektywne gospodarstwo rolne w Izraelu.
- Układ optyczny usuwający aberrację chromatyczną dla dwóch barw.
- Wątrość, mizeractwo, słabowitość, chorowitość.
- Córka Labana, żona Jakuba, matka Józefa i Beniamina.
- Rzecz dziwaczna, śmieszna; kaprys, narów, maniera.
- Nakiełczarka; obrabiarka skrawająca.
- Najmniejszy gatunek rekina, żyje w pn. Atlantyku.
- Miasto i port nad rzeką Neckar.
- Drzewo wiecznie zielone, iglaste; niektóre gat. uprawiane w doniczkach; igława.

**PIONOWO:**

- Dawniej: futrzana czapka zakrywająca uszy; kaptur.
- Katolicyzm lub protestantyzm.
- Pierwiastek chemiczny i.a.
- Strefa przejściowa między dwoma środowiskami, np. lasem i łąką.
- Prorok w czasach Dawida.
- Król Wizygotów w 410 r. zdobył i zniszczył Rzym.
- Ograniczona część przestrzeni; teren.
- Jednostka natężenia dźwięku.
- Wielka awantura, burda.
- Jeden z gatunku orłów; chroniony.
- Oznaczenie czegoś umówionymi znakami (np. notacja muzyczna).
- Charakterystyczny dla danego obszaru zespół zjawisk i procesów atmosferycznych.
- Tępo zakończona część siekiery.
- Postać kłęcząca u stóp Chrystusa lub Marii.
- Bohater powieści poetyckiej A. Mickiewicza "Grażyna"; książę Nowogródka, mąż Grażyny.
- Długa ozdobna kapa okrywająca konia.
- Dawniej: sezonowy robotnik rolny; bandoch.
- Luźny kawałek papieru.
- Chata kaszubska.
- Kobieta wzięta do niewoli.
- Lekki odkryty pojazd konny podobny do bryczki.
- Gatunek japońskiej poezji lirycznej.
- W XVI-XVII w. ochotnik, harcownik.
- Średniowieczna twierdza w Londynie.
- Samuel (1814-62), konstruktor, wynalazca rewolweru bębnowego.

**Rozwiązania: krzyżówki, zagadki geograficznej W jakim mieście znajduje się to miejsce? (str. 25) i zagadki przyrodniczej Co to za gatunek? (str. 25) wraz z wypełnionymi kuponami należy dostarczyć do 5 listopada 2023 r. do Centrum Kultury i Czytelnictwa w Brzostku, ul. 20-go Czerwca 4. Autorzy poprawnych odpowiedzi wezmą udział w losowaniu nagród książkowych.**

**ROZWIĄZANIE  
KRZYŻÓWKI  
październik 2023**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37								

Imię i nazwisko, miejscowość.....

Imię i nazwisko, miejscowość	Rozwiązanie zagadki <b>Co to za gatunek?</b>	październik 2023
------------------------------	--	------------------

Imię i nazwisko, miejscowość	Rozwiązanie zagadki <b>W jakim mieście znajduje się to miejsce?</b>	październik 2023
------------------------------	---	------------------



# KĄCIK MODOWY

Najbardziej kultowe stylizacje filmowe

**Patrycja Straciło**

**S**troje filmowe są często integralną częścią postaci, a w niektórych przypadkach mogą nawet stać się bardziej rozpoznawalne niż sami aktorzy.

Przedstawię kilka przykładów ikonicznych stylizacji, które na stałe zapisały się w popkulturze i do dzisiaj są kopiowane, licytowane na aukcjach i powielane na Pinterestach.

Marylin Monroe to ikona kobiecości. Biała sukienka z falbanami, którą nosiła na planie filmu Billy'ego Wildera, to jeden z najbardziej rozpoznawalnych strojów w historii. Ta kreacja jest symbolem elegancji, seksapilu i marzeń o hollywoodzkim życiu. W 2001 roku została wylicytowana za 5,6 miliona dolarów, sześciokrotnie przebijając kwotę aukcyjną zaproponowaną za czarną suknię ze „Śniadania u Tiffany'ego”.

Audrey Hepburn w „Śniadaniu u Tiffany'ego” to z kolei ikona stylu i wyrafinowania. Jej czarna sukienka od Givenchy skompletowana z białymi perłami, tiarą, czarnymi rękawiczkami oraz cygarniczką to idealny przykład klasycznej elegancji. Ta stylizacja jest inspiracją dla kobiet na całym świecie od dziesięcioleci. W 2006 roku jeden z trzech egzemplarzy sukienki został wylicytowany za nieco ponad 900 tysięcy dolarów.

Julia Roberts w słynnej komedii romantycznej „Pretty Woman” jako Vivian Ward przechodziła zmianę w ubiorze, która symbolizowała jej transformację z dziewczyny do towarzystwa na damę. Oszałamiająca i zapisana w historii stylizacja otrzymana od kochanka składała się z czerwonej sukni balowej, białych rękawiczek oraz naszyjnika z rubinów. Dziś popularna kreacja wystawiana jest w galeriach sztuki.

Ostatnia scena filmu „Grease” ukazuje odmienioną Sandy, w którą wcieliła się Olivia Newton-John. Przeszła metamorfozę z niewinnej uczennicy w świadomą siebie kobietę, zmiana ta została podkreślona kultową stylizacją utrzymaną w duchu lat 50. Składała się z obcisłych czarnych spodni, skórzanej kurtki i czerwonych butów na obcasie.

Stroje filmowe to nie tylko kwestia mody. To także sposób na wyrażenie osobowości i charakteru postaci. Dzięki nim filmowi bohaterzy nabierają dodatkowego wymiaru i stają się bardziej wyraziści. ■





# Międzynarodowy Turniej Karate Kyokushin Galizia Cup

Robert Kolbusz

**D**nia 30 września 2023 roku w Leżajsku odbył się 11. Międzynarodowy Turniej Karate Kyokushin 11th Polish Open WKB Galizia Cup, w którym wzięło udział 217 zawodników z Łotwy, Ukrainy i Polski z takich miejscowości jak: Bielsko-Biała, Lublin, Limanowa, Góra Kalwaria, Zator, Kraków, Oświęcim, Gorzyce, Warszawa, Józefów pod Warszawą, Radomsko, Sanok,

Przemysł, Ropczyce, Brzostek, Pilzno, Inowrocław, Rudnik nad Sanem, Nowa Sarzyna, Rzeszów, Salaspils, Użgorod i Leżajsk. Brzosteki Klub Karate Kyokushin reprezentował 7 zawodników, jako sędzia reprezentował nasz klub Bartosz Mendoń, a sekundował naszym zawodnikom sensei Robert Kolbusz.

## Puchary dla Brzostku w kumite zdobyli:

1. miejsce – Juszkiewicz Wiktoria, Mroczek Klaudia
3. miejsce – Kolbusz Laura, Wątołek Klaudia, Łacka Julia, Dereń Jakub

Wyjazd na turniej był opłacony z dotacji Gminy Brzostek w ramach realizacji zadania publicznego z zakresu rozwoju sportu „Szkolenie dzieci i młodzieży, organizowanie współzawodnictwa sportowego w karate kyokushinkai”. ■



# VII Grand Prix Gminy Brzostek w biegach przełajowych

Magdalena Kozłowska

**28** września br. na terenie stadionu Ośrodka Sportu i Rekreacji w Brzostku zostało rozegrane VII Grand Prix Gminy Brzostek w Biegach Przełajowych o Puchar Burmistrza Brzostku. Impreza została rozegrana w ramach XV Europejskiego Tygodnia Sportu dla Wszystkich. Były to pierwsze zawody dla uczniów w Roku

Szkolnym 2023/2024. Łącznie udział wzięło 131 uczniów, którzy mieli do pokonania dystans od 250 do 800 metrów.

Biegi rozegrano w trzech kategoriach wiekowych zarówno dla dziewcząt, jak i chłopców. Oficjalnego otwarcia zawodów dokonał kierownik OSiR-u Andrzej Piękoś. Na początek biegali najmłodszy, czyli uczniowie klas 1-3. Następnie ▶



► startowali starsi zawodnicy – uczniowie klas 4-6, którzy biegali już na dłuższym dystansie – 600 m. Najstarsi uczniowie klas 7-8 mieli do pokonania 600 m (dziewczyny) i 800 m (chłopcy). Trzeba przyznać, że rywalizacja była bardzo zacięta, chociaż na twarzach zawodników malował się uśmiech. Uczniowie kibicowali sobie wzajemnie i zagrzewali się do walki. Na najlepszą

czwórkę w każdej kategorii czekały pamiątkowe dyplomy, medale, którymi młodych sportowców z radością dekorował kierownik OSiR-u Andrzej Piękoś. Puchary również otrzymały najlepsze szkoły w klasyfikacji drużynowej. Gratulujemy zarówno zwycięzcom poszczególnych kategorii wiekowych, jak i wszystkim uczestnikom biegów.



#### Klasyfikacja w poszczególnych kategoriach wiekowych:

##### KAT. KLASY I-III SP DZIEWCZĄT

1. Lena Papiernik (SP Przeczyca)
2. Maja Jędrzejczyk (SP Siedliska-Bogusz)
3. Zofia Syrek (SP Januszkowice)
4. Magdalena Gonet (SP Brzostek)
5. Viviana Piątek (SP Brzostek)
6. Julia Piękoś (SP Siedliska-Bogusz)

##### KAT. KLASY I-III SP CHŁOPCÓW

1. Maksymilian Grygiel (SP Brzostek)
2. Szymon Myśliwiec (SP Brzostek)
3. Fabian Lemek (SP Smarżowa)
4. Filip Łukowicz (SP Brzostek)
5. Leon Zegarowski (SP Januszkowice)
6. Kamil Panocha (SP Smarżowa)

##### KAT. KLASY IV-VI SP DZIEWCZĄT

1. Zuzanna Zygmont (SP Smarżowa)
2. Marlena Szczur (SP Brzostek)
3. Patrycja Łukasik (SP Januszkowice)
4. Weronika Kudłacz (SP Smarżowa)
5. Eliza Markiewicz (SP Siedliska-Bogusz)
6. Julia Szpak (SP Przeczyca)

##### KAT. KLASY IV-VI SP CHŁOPCÓW

1. Kamil Fijołek (SP Brzostek)
2. Dawid Foryś (SP Januszkowice)
3. Kamil Stawarz (SP Przeczyca)
4. Bartłomiej Mazur (SP Siedliska-Bogusz)
5. Rafał Wojnar (SP Brzostek)
6. Filip Wołowicz (SP Brzostek)

##### KAT. KLASA VII – VIII SP DZIEWCZĄT

1. Sabina Kobak (SP Januszkowice)
2. Alicja Żurowska (SP Grudna Grudna)
3. Justyna Gwiżdż (SP Brzostek)
4. Katarzyna Gąsior (SP Grudna Górna)
5. Malwina Czerwińska (SP Brzostek)
6. Wiktoria Kordek (SP Brzostek)

##### KAT. KLASA VII – VIII SP CHŁOPCÓW

1. Szymon Caban (SP Brzostek)
2. Wojciech Szela (SP Siedliska-Bogusz)
3. Piotr Jędrzejczyk (SP Siedliska-Bogusz)
4. Kacper Baran (SP Przeczyca)
5. Kamil Augustyn (SP Grudna Górna)
6. Wojciech Golec (SP Przeczyca)



#### KLASYFIKACJA SZKÓŁ PODSTAWOWYCH

1. SP Brzostek - (53 pkt.)
2. SP Januszkowice - (24 pkt.)
3. SP Siedliska- Bogusz - (22 pkt.)
4. SP Przeczyca - (18 pkt.)
5. SP Smarżowa - (16 pkt.)
6. SP Grudna Górna - (11 pkt.)■







## Groch z kapustą

Janina Słupek

### Ach, co to był za ślub....

**N**a początku września zostaliśmy zaproszeni na ślub i wesele osobiście przez sympatyczną parę młodych i chociaż nie byliśmy zobligowani do uczestnictwa bliskim pokrewieństwem, zaproszenie przyjęliśmy. Oprócz sympatii do młodych zwyciężyła ciekawość, jak to teraz wyglądają uroczystości weselne, bo nie uczestniczyliśmy na takich już kilkanaście lat. Ślub odbył się w Tarnowie o 16.00 w kościele ze skromnym, ale wysmakowanym wystrojem, dodatkowo ubranym białymi kwiatami i szarfami. Wśród gości przeważali uczestnicy w wieku 30 - 40 lat, było tylko jedno dziecko w wieku około 10 lat, a my prawdopodobnie byliśmy najstarszymi gośćmi. Dla nas nowością była informacja księdza udzielającego ślubu, że wcześniej zwrócił się do młodych, aby to oni przygotowali „kazanie”, ale zgody nie uzyskał - zadanie dość trudne i chyba niewiele par podjęłoby się jego realizacji, ale muszę przyznać, że ciekawe. Druga sprawa, która mnie zaskoczyła, to mała liczba osób przystępujących do Komunii św. - tylko młodzi, najbliższa rodzina i my. Świadkowie też nie pełnili żadnej roli i nie byli widoczni.

Po ślubie dość długo jechaliśmy na miejsce przyjęcia, które nas całkowicie zaskoczyło. Otóż odbywało się dosłownie w środku sosnowego lasu, gdzie nie było żadnych budynków. Wzdłuż asfaltowej drogi dojazdowej ustawiono stoły przykryte obrusami i udekorowane gałązkami sosny, tui i kwiatami - powietrze pachniało lasem, słońce jeszcze grzało, a butelki wina czekały na wręczenie młodym, którzy w zaproszeniach zastrzegli, że zamiast kwiatów przyjmują „flaszki”, a zamiast prezentów - pieniądze. Zajęliśmy wyznaczone miejsca. Gości było około 80, kelnerzy podali tradycyjny rosół z makaronem, a na półmiskach ziemniaki, surówki i kilka rodzajów mięs. Kelner roznosił i ciągle dolewał białe wytrawne wino. Młodzi pokroili piętrowy tort i dostało się nam po kawałeczku.

Po obiedzie przenieśliśmy się pod ogromny biały namiot, gdzie były ustawione okrągłe ponumerowane stoły - przed wejściem na schody ustawiona była tablica z numerami stołów i przyporządkowanymi do nich nazwiskami gości. W dalszej części przyjęcia obsługiwaliśmy się już sami - było stoisko z napojami, przekąskami, wędliną, przegryzkami,

małymi ciasteczkami, sałatkami - wszystko w przeszklonych ladach chłodniczych. Na stołach w kubełkach z lodem chłodziła się wódka i stało kilka ciasteczek. Stoły były pięknie udekorowane, stały tam szklane naczynia i leżały sztuczce. Przy bufecie z trunkami uwijał się barman - można było zamówić koktajle bezalkoholowe lub drinki o różnych smakach - skorzystałam z tej możliwości i muszę stwierdzić, że drink był wyśmienity - odpowiednio schłodzony lodem i udekorowany. Złożyliśmy życzenia młodej parze i rozpoczęliśmy tańce. Było odpowiednie nagłośnienie i kilku didżejów zachęcało do ruchu. Okazało się, że tylko kilka starszych osób tańczyło w parach (oraz kobiety w zaawansowanej ciąży, czego dawniej nie było), a młodszy uprawiali swoje wygiby, skacząc, tupiąc, wyginając się i płaszając pojedynczo w takt muzyki. Ech, nie ma to jak dobra kapela!

Jako novum był autophotoshop, gdzie można było zrobić 4 zdjęcia z różnymi gadżetami - serduszka, kapelusze, przytulanki itp.; oczywiście zrobiliśmy sobie takie zdjęcia - kopie można było wkleić do wyłożonego albumu z dedykacją dla państwa młodych, co też uczyniliśmy. Na parkiecie można było zrobić zdjęcia z panną młodą lub panem młodym - młodszy uczestnicy wesela mieli zdumiewające pomysły na niemal akrobatyczne ujęcia. Następnie nadszedł czas na solowy taniec pary młodej - okazało się, że ćwiczyły już miesiąc przed ślubem. Nie był to klasyczny walc czy tango, młoda fruwała w powietrzu, a młody obracał i łapał. Wyglądało to efektownie i na szczęście nie zakończyło się upadkiem.

Jako drugi posiłek przewidziany był grill, ustawiony obok leśnych stołów, przy którym uwijali się kucharze. Wybór dań był szeroki - pstrągi pieczone, różne kielbaski, mięsa, szaszłyki, pieczone warzywa itp. Pod koniec imprezy przeszliśmy głębiej w las, dostaliśmy długie sztuczne ognie, ustawiliśmy się w dwuszeregu, zapaliliśmy je, a młodzi byli fotografowani w różnych ujęciach między szpalerem gości. Las był oświetlony lampami, ale rozbłyski sztucznych ogni w lesie robiły wrażenie.

Pojechaliśmy do domu około 23.00, nie były przewidziane żadne oczepiny ani inny folklor, myślę, że impreza dotrwała do 24.00, nie było nikogo pijanego, a liczba gości znacznie się zmniejszyła.

To było całkiem inne wesele niż znane nam dotąd, z pewnością nie tańsze niż tradycyjne, każdy dbał o swój żołądek sam, nikt się nie upił, nie było bijatyk czy rozrób. Ale jednak bardziej podoba mi się tradycyjne - tylko czy młodszemu pokoleniu też? ■



# OKNA PCV

DOSKONAŁA JAKOŚĆ W SUPER CENIE

**CENY PRODUCENTA**



**SCHÜCO**



## OKNA I DRZWI Z PCV I ALUMINIUM



**KOLiN**-styl

e-mail: [kolin.brzostek@gmail.com](mailto:kolin.brzostek@gmail.com)  
[www.kolinstyl.pl](http://www.kolinstyl.pl)

39-230 Brzostek  
ul.szkotnia 18 (I piętro)  
tel. +48 514 933 091  
tel. +48 533 345 089

**U nas drogi jest tylko klient**





**39-230 Brzostek**  
**ul. Szkotnia 23**  
**tel/fax 14 683 03 99**  
**kom. 666 842 386**

## **KASACJA POJAZDÓW TEL. 606 347 031, 666 842 379**

- Skup i sprzedaż złomu stalowego i kolorowego
- Materiały budowlane i hutnicze
- Materiały opałowe
- Kruszywa, kliniec, piaski, żwiry
- Sklep wielobranżowy
- Nawozy, środki ochrony roślin

★ **NOWOŚĆ:** Kołdry, pościele, poduszki, ręczniki

Zapraszamy również do stacji paliw  
 Oferujemy najtańsze paliwa w okolicy  
 Paliwa tylko z ORLENU



## Zagadki fotograficzne

Co to za gatunek?



W jakim mieście znajduje się to miejsce?



# Spis treści

Burmistrz Brzostku informuje .....	3
Z prac Rady Miejskiej.....	4
Lubię szkołę za to, że jest .....	5
Kwesta 2023.....	6
Jesienna Eucharystia w „leśnym sanktuarium” .....	7
W skrócie.....	8
Podziękowanie .....	8
Z wizytą w Podkarpackim Centrum Nauki „Łukasiewicz” oraz kinie „Helios” .....	9
Termy Chochołowskie.....	10
Kapitan Franciszek Rejkowski – monografia .....	11
Śmierć (czy aby na pewno) nadchodzi jesienią? .....	13
Psychologia w pigułce .....	14
Dieta dobrych obyczajów.....	15
Czytelnicze fascynacje .....	16
Biblioteka poleca .....	17
Dowcip bawi, drwina dławi.....	18
Poczytaj, mądre.....	18
Krzyżówka z nagrodą .....	19
Kącik modowy.....	20
Międzynarodowy Turniej Karate Kyokushin Galizia Cup.....	21
VII Grand Prix Gminy Brzostek w biegach przełajowych.....	21
Groch z kapustą.....	23
Zagadki fotograficzne .....	25
Cennik reklam i ogłoszeń.....	26
Rozwiązania zagadek i krzyżówki z poprzedniego numeru.....	26
Fotokącik .....	28

## UWAGA!

Za treść ogłoszeń redakcja nie odpowiada. Publikując materiał nadesłany, redakcja nie bierze odpowiedzialności za treść, która może być sprzeczna z naszymi poglądami. Przesłanie materiałów niezamawianych nie jest równoznaczne z ich opublikowaniem, będą one zamieszczane w gazecie w miarę możliwości. Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania materiałów oraz do korekty w zakresie poprawności językowej. Ze względu na druk w kolorze **materiały graficzne na szerokość strony A4** powinny posiadać **min. 3 mm margines i obowiązkowo 3 mm na spad ze wszystkich boków.**

## „WIADOMOŚCI BRZOSTECKIE”

ZRZESZONE W POLSKIM STOWARZYSZENIU PRASY LOKALNEJ

**Wydawca:** Centrum Kultury i Czytelnictwa w Brzostku

**Redaguje zespół:** Urszula Kobak (red. nacz.), Paweł Batycki, Alina Dobrowolska, Magdalena Kozłowska, Mateusz Łącki, Elżbieta Michalik, Jacek Samborski (red. techn.), Marzena Sołtys, Krzysztof Tyburowski, Katarzyna Wojdyła (layout), Daniel Wójcik, Justyna Zegarowska

**Skład zamknięto:** 16 października 2023 r.

**Druk:** Drukarnia PRINTGRAPH w Brzesku

**Nakład:** 600 egz.

**Adres redakcji:** ul. 20-go Czerwca 4, 39-230 Brzostek; tel: 14 683 03 15

**E-mail:** wiadomosci@brzostek.pl

**Strona internetowa:** www.wiadomoscibrzosteckie.pl

**Nr konta:** BSR w Krakowie O/Brzostek

**Nr:** 49 8589 0006 0080 0210 2062 0001

## CENNIK REKLAM I OGŁOSZEŃ

Opłata za zamieszczenie reklamy lub ogłoszenia w jednym numerze:

1 strona A4	160 zł
½ strony A4	90 zł
¼ strony A4 lub mniej	60 zł

Reklamy zamieszczane będą wyłącznie w drugiej połowie miesięcznika. Płatności należy dokonywać na numer konta podany w stopce gazety. Centrum Kultury i Czytelnictwa w Brzostku wydaje rachunki za zamieszczenie reklamy.

Nie pobieramy opłat za podziękowania pogrzebowe.

Nie pobieramy opłat za ogłoszenia z jednostek organizacyjnych gminy.



**CKiCz BRZOSTEK**  
Centrum Kultury i Czytelnictwa

## ROZWIĄZANIA ZAGADEK I KRZYŻÓWKI Z POPRZEDNIEGO NUMERU

**Fotograficzna zagadka przyrodnicza:** Mieczyk

**Fotograficzna zagadka geograficzna:** Dębica

**Hasło krzyżówki:** Ze starym wielka męka, jak nie pierdzi, to stęka.

**Nagrodę książkową** wylosowali: **Wiktoria Sroczyńska** z Jaworza Górnego (krzyżówka), **Irena Czech** z Zawadki Brzosteckiej (zagadka geograficzna), nie wpłynęło poprawne rozwiązanie zagadki przyrodniczej.

Osoby, które wylosowały nagrody książkowe za rozwiązanie zagadek i krzyżówki, proszone są o odbiór nagród w ciągu 30 dni od ukazania się informacji o nagrodzonych.

**Materiały do kolejnego numeru**

„Wiadomości Brzosteckich”

prosimy przesyłać do 5 listopada 2023 r.

na adres [wiadomosci@brzostek.pl](mailto:wiadomosci@brzostek.pl)







JUBILER RUBICELLO  
BRZOSTEK  
RYNEK 5



# Fotokącik



Robisz zdjęcia? Pochwal się nimi.

Prześlij je wraz z imieniem i nazwiskiem oraz miejscem zamieszkania na adres: [wiadomosci@brzostek.pl](mailto:wiadomosci@brzostek.pl). Przesłanie tych danych oznacza zgodę na ich publikację w „Wiadomościach Brzosteckich” w podpisie pod zdjęciem.



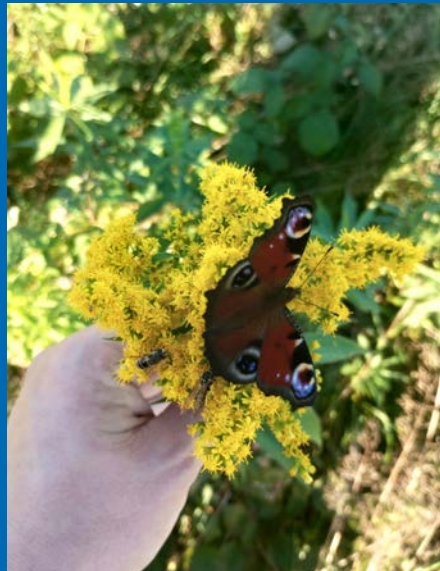
Stanisław Szukała z Brzostku



Elżbieta Stasiulewicz z Kudrawki



Ewa Jamróz z Januszkowic



Katarzyna Szukała z Przeczycy



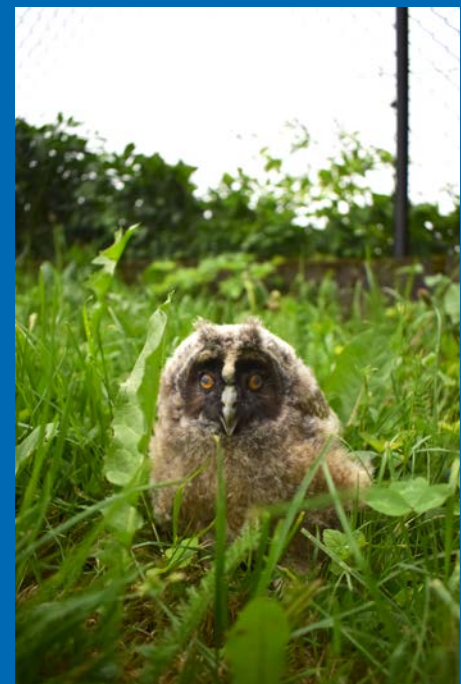
Szymon Dziurdzik z Brzostku



Lucyna Kita z Brzostku



Paweł Nowicki z Kamienicy Górnej



Kacper Kopeć z Nawsia Brzosteckiego