



Wieści znad Orzyca

Nr 11(91)

listopad 2014 rok



egzemplarz bezpłatny

www.tpz.k.pl

www.naszkrasnosielc.tpz.k.pl

ISSN 2080-024X

Wprowadzenie

Czyżby zima wreszcie przysłała?

Emocje wywiadówek i wyborów za nami, a przed? - gorączka paczek i świątecznych przygotowań, odśnieżania, palenia w piecach i te mniejsze, albo i całkiem wielkie – osobiste. Życie bez emocji to nuda, a te jak wiemy bywają pozytywne i negatywne – jak w pogodzie, raz na plusie, a innym znów - na minusie.

By utrwalić to co nudnym nie było, autorzy artykułów Wieści znad Orzyca zamrozili słowem pisanym, fotografią lub kreską z humorem, to i owo by zupełnie nie przeminięło.

Proszę poczytać, pooglądać i skomentować, ku ucieście znudzonych dusz, smucących się w jesienno-zimowe długachne wieczory.

Sławomir Rutkowski

Szanowni Czytelnicy

Miesięcznik Wieści znad Orzyca oraz kwartalnik Krasnosielckie Zeszyty Historyczne wydawane przez Towarzystwo Przyjaciół Ziemi Krasnosielckiej, przygotowywane są w całości w ramach wolontariatu. Wszystkie prace przy tych wydawnictwach wykonywane są przez Zespół Redakcyjny oraz Współpracowników nieodpłatnie i bezinteresownie. Jedyne koszty jakie ponosimy to druk, i tak np. wydrukowanie minionego 32 stronicowego wydania Wieści kosztowało 1.230,50 zł oraz 140 stronicowego, w sztywnej okładce i w części w kolorowego Krasnosielckiego Zeszytu Historycznego Nr 19-21 aż 6.270,50 zł.

Wszystkie osoby, które chciałyby uczestniczyć w tych obywatelskich na wskroś działaniach, zapraszam zarówno do pisania na naszych łamach, jak i uczestniczenia w finansowaniu. Wsparcie finansowe prosimy kierować na konto TPZK: 29 8917 0001 0000 1544 2000 0010 Bank Spółdzielczy w Krasnosielcu.

Od ukazania się na początku lipca br. w Wieściach, pierwszej informacji pisemnej zawierającej prośbę o wsparcie finansowe druku Wieści, na konto bankowe TPZK wpłynęły 32 wpłaty – składam wielkie podziękowanie dla Darczyńców. W błędzie jest ten kto myśli, że wsparcie Wieści skromną wpłatą, np. 50 zł - nie nie da, właśnie takie dowody dają siłę do pracy nam – piszącym i tworzącym Wieści, bo są one dowodem wartości naszej pracy i potrzeby jej kontynuacji.

Naprawiamy naszą codzienność, między innymi wspierając tych, których działanie nam się podoba.

*Z góry bardzo dziękuję w imieniu TPZK
Sławomir Rutkowski*

„Muzyczna „Droga do wolności”

Co roku w listopadzie, czcimy jedno z największych wydarzeń w naszej historii – odzyskanie niepodległości w 1918 roku. Radosna to

Paderewski, Henryk Wieniawski, Cyprian Kamil Norwid i ich wielkie dzieła.

Po tym wszystkim wykonawcy zaprosili pu-



data, bo przecież przyniosła Polakom zwycięstwo i upragnioną wolność. 11 listopada ustanowiono świętem państwowym dopiero w 1937 roku, i choć w czasie II Wojny Światowej i w okresie PRL-u uroczystość ta była delikatnie mówiąc pomijana, to w 1989 roku przywrócono obchody tego święta. Dzisiaj radośnie, choć z wielkimi emocjami pamiętamy o Tych, dzięki którym nasz kraj jest wolny i niepodległy.

Tegoroczny 11 listopada w naszej gminie miał bardzo szczególną oprawę, a wszystko to za sprawą szczecińskich artystów z zespołu wokально-instrumentalnego „Artes Ensemble”. Ta trzyosobowa grupa w składzie Andrzej Janaszek (fortepian), Małgorzata Janaszek (wiołonczela) i Beata Gramza (sopran) zabrała krasnosielcką publiczność w muzyczną, wirtuozowską podróż do źródeł romantycznej idei patriotyzmu i ciągłości narodowej w rytmie szlacheckiego poloneza, polskiej muzyki romantyzmu, pieśni narodowo-wyzwoleńczych oraz poezji wieszczów. Przez ponad godzinę towarzyszyły nam takie znakomitości jak Fryderyk Chopin, Adam Mickiewicz, Stanisław Moniuszko, Mieczysław Karłowicz, Ignacy Jan

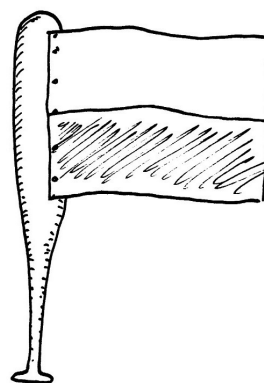
bliczność zgromadzoną w sali widowiskowej GOK-u do wspólnego śpiewania kanonu rodzimych pieśni patriotycznych, narodowościowych i wyzwoleniczych wyrażnie znaczących drogę Polaków do niepodległego państwa oraz ludowych, świadczących o wyjątkowości polskiej kultury i silnych tradycjach narodowościowych, pielęgnowanych przez lata w rodzinnych domach. Rozbrzmiały więc „Ułani”,

„Wojenko, wojenko”, Rozkwitały pąki białych róż” czy „Jeszcze jeden mazur...”. Choć jeden śpiewał lepiej a drugi gorzej, śpiewał każdy i chyba o to właśnie chodziło autorom koncertu.

Szkoda tylko, że tak mało gości zasiadło na widowni. Może inni woleli uczestniczyć w dziwnych pochodach i marszach, gdzie dookoła latają fajerwerki, a zakapturzeni manifestujący kroczą dziarsko trzymając w dłoni świeżo wyrwaną z chodnika kostkę brukową czy znak drogowy? A może zaaferowani byli kampanią przedwyborczą? A może po

prostu w rodzinnym gronie zajadali się schabowym z kapustą? No cóż... Każdy na swój własny sposób ma prawo do świętowania.

Tomasz Bielawski



PROMOCJA!!!
Zestaw patriotyczny
Tylko 11,11 PLN

Wieści ze szkół i przedszkoli

Święto Niepodległości

W dniu 7 listopada 2014 roku w Zespole Szkół Publicznej Szkole Podstawowej w Krasnosielcu odbył się apel z okazji Święta Niepodległości przygotowany przez uczniów klas trzecich pod kierunkiem pań I. Chełchowskiej i H. Talarskiej.

Razem z występującymi odbyliśmy wędrowkę poprzez burzliwą historię naszego kraju, poprzez 123 lata zaborów. Wspomniane zostały najważniejsze zrywy narodowowyzwoleńcze Polaków od Insurekcji Kościuszkowskiej poprzez Powstania – Listopadowe, Styczniowe, Wielkopolskie, aż do czasów I wojny światowej i Legionów Polskich J. Piłsudskiego. Całość wzbogacały piosenki m. in.: Piechota, Wojenko, wojenka, Pierwsza kadrowa, Legiony. Montaż zakończyła recytacja wiersza Marii Konopnickiej Rota.

Apel podsumował pan dyrektor mówiąc m. in.: ...możecie być z siebie dumni, że przygotowaliście tak trudny apel, mam nadzieję że każdy z was będzie pamiętał dlaczego obchodzimy to święto. Mam też nadzieję, że będziecie pamiętać o tych którzy przelewali krew za naszą Ojczyznę.

W tym samym dniu odbył się też uroczysty apel w Publicznym Gimnazjum im. Jana Pawła II przygotowała go młodzież pod kierunkiem

przestało istnieć na mapie Europy. Przekazywane treści były wspomagane przez prezentację multimedialną, co zapewne przyczyniło się



pani Barbary Dudek i Małgorzaty Turowskiej. Uroczystość rozpoczęła się występem orkiestry dętej z Pienic składającej się z naszych absolwentów, która odegrała naszą pieśń patriotyczną „Rotę”. Występujący uczniowie przypomnieli o 123 latach niewoli Polski, poczynawszy od dnia kiedy Polska jako niepodległe państwo

do głębszego przeżywania tych chwil. Na zakończenie głos zabrał wicedyrektor Mirosław Chodkowski dziękując młodzieży wraz z opiekunami za tak wspianą lekcję historii.

Andrzej Sierak

Patriotyczne śpiewanie w Baranowie



Po raz siódmy w Baranowie zorganizowano Regionalny Przegląd Pieśni Patriotycznej,

w tym roku rozszerzono dodatkowo repertuar z zakresu piosenek wojskowych.

Wśród laureatów znalazła się Michalina Mamińska, uczennica klasy Ib ze Szkoły Podstawowej w Krasnosielcu.

W konkursie wzięło udział niemal 200 wykonawców z regionu, reprezentujących powiaty ostrołęcki, przasnyski, makowski. Zdaniem oceniającego występy młodych artystów jury, któremu przewodniczył znany muzykolog Henryk Gądomski, poziom występów był w tym roku wyjątkowo wysoki.

Młodych wykonawców oceniano w czterech kategoriach wiekowych: przedszkola i najmłodsze klasy szkół podstawo-

**SERWIS
OPON
WULKANIZACJA**
Tomasz Urbański
tel.: 798 814 577
Krasnosielec, ul Baśniowa 14

wych, starsi uczniowie, gimnazjaliści i dorośli. W gronie laureatów znalazła się Michalina Mamińska, uczennica klasy Ib Szkoły Podstawowej w Krasnosielcu. Uznaniem jurorów zdobyła wykonaniem piosenki „Ułani”. Publiczność gromko nagrodziła reprezentantkę Krasnosielca zarówno za śpiew, jak też za strój.

Zwycięzcy konkursu wystąpili podczas wielkiego koncertu niepodległościowego, który zorganizowano w ramach obchodów Święta Niepodległości w Baranowie. Młodych artystów z regionu oklaskiwali mieszkańcy i liczne grono samorządowców.

Anna Chodkowska – wych. kl Ib

**GLAZURA,
TERAKOTA,
PLYTY GK,
SZPACHLOWANIE,
MALOWANIE,
TYNKI OZDOBNE-
ZMYWALNE.**

**ARTUR
PŁOSKI
696 045 196**

**JAJA ZE WSI
NA NATURALNYM
ZIARNIE**

DOSTAWY DO SKLEPÓW
**PRZY ODBIORZE
W GOSPODARSTWIE
zawsze dodajemy GRATISY**

**Grzegorz Sierak
Drażdzewo-Kujawy 10
tel. 792 212 755**

Krasnosielckie Przedszkolaki na wycieczce w Niestumie



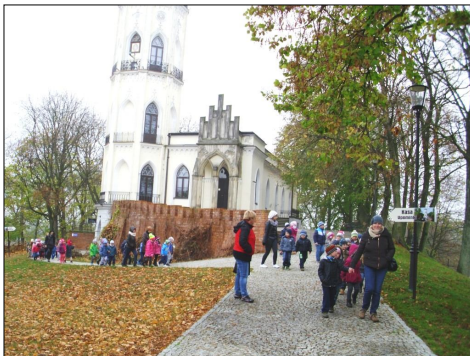
27 października przedszkolaki wcześniej rano wyruszyły na wycieczkę do Niestumu, gdzie znajduje się XIX wieczny park na terenie, którego powstało gospodarstwo agroturystyczne.

Dla uczestników wycieczki przygotowano wiele atrakcji tj. zwiedzanie mini zoo, przejażdżki bryczką i ciuchcią, spacer po parku,



zabawa na placu zabaw oraz poczęstunek w postaci kielbasek z grilla. W drodze powrotnej przedszkolaki obejrzały Pałac Krasieńskich, który znajduje się na terenie urokliwego parku krajobrazowego w Opinogórze. Wycieczkę za-

kończyliśmy grupowym zdjęciem przy popiersiu poety Jana Kochanowskiego oraz pomniku poety Zygmunta Krasieńskiego.



Zadowolone i pełne wrażeń przedszkolaki czekają już na następną wycieczkę. Dokąd tym razem się wybierzemy ... ?

Katarzyna Brakoniecka

Świętujemy w październiku!

Jak co roku, wspólnie świętujemy Międzynarodowy Miesiąc Bibliotek Szkolnych. Święto zostało ustanowione przez Międzynarodowe Stowarzyszenie Bibliotekarstwa Szkolnego (International Association of School Librarianship) w 1999 r. Celem akcji jest zwrócenie uwagi na ogromną rolę bibliotek w życiu szkoły, w nauce i rozwijaniu zainteresowań czytelników. Wyeksponowanie roli biblioteki, jako szczególnego miejsca w szkole. Najpierw był to jeden dzień, od 2008 r. – cały październik.

Tegorocznym obchodom miesiąca bibliotek poświęcało hasło „Kto czyta książki – żyje podwójnie” (Umberto Eco). W tym roku biblioteka szkolna Zespołu Szkół w Krasnosielcu zaproponowała swoim czytelnikom następujące działania:



- Biblioteka Szkolna poleca – krótkie opisy książek, które warto przeczytać, zamieszczane na tablicy Samorządu Uczniowskiego Szkoły Podstawowej.

- Podaruj Książkę Bibliotece Szkolnej - akcja skierowana do wszystkich miłośników książek, którzy chcą podzielić się swoim domowym księgozbiorem z innymi.

- Kto czyta książki - wędruje po świecie i przeżywa ciekawe przygody - wystawa książ-

zek przygodowych i podróżniczych, na której prezentowaliśmy książki takich autorów jak A. Szklarski, A. Stelmachczyk, Z. Nienacki.

- Franklin i przyjaciele - Wystawa książek o sympatycznych żółwiu Franklinie, który ma masę ciekawych i niesamowitych przygód. Wystawie towarzyszyły czytania książek i kolorowanki o przygodach Franklina.

- Najstarsze z naszych zbiorów - Na wystawie prezentowaliśmy najstarsze książki ze zbiorów naszej biblioteki, m.in.: książka William Beebe: 923 metry w głąb oceanu, wydawnictwa, Trzaska, Evert i Michalski wydana w 1936, Zielony świat Tatr wydawnictwa Nasza Księgarnia z 1953 roku z pięknymi czarno-białymi ilustracjami, czy też Jak to ze lmem było z 1961 roku.

- Koszmarny Karolek i jego koszarne przygody - wystawa książek F. Simon o Karolku. Wystawie towarzyszyło czytanie fragmentów z książek.

- Czytam sobie! - wystawa książek wydawnictwa Egmont serii Czytam sobie.

- Kocham czytać - konkurs fotograficzny, celem konkursu było sfotografowanie osoby podczas czytania w różnych typowych i nietypowych sytuacjach, miejscach. Konkurs przeprowadzono wspólnie z Samorządem Uczniowskim Szkoły Podstawowej.

- Pięknie czytam - konkurs pięknego czytania dla uczniów klas I Gimnazjum, przeprowadzony wspólnie z wychowawcami klas pierwszych.

- Spotkanie z Agnieszką Kasprzak /patrz zdjęcie/- podróżniczką, fotografikiem.

Andrzej Sierak

Święto Niepodległości

W środę 12 listopada 2014 r. w naszej szkole odbyła się uroczysta akademii poświęcona najważniejszemu polskiemu świętu narodowemu. Uroczystość z okazji Narodowego Święta Niepodległości przygotowali uczniowie



klas IV-VI pod kierunkiem nauczycieli: Hanny Kęszczyk, Jolanty Gacioch i Michała Walaska. Apel wprowadził w atmosferę wydarzeń związanych z datą 11 listopada 1918 roku. Zobrazowano sytuację polityczną kraju,

jaka miała miejsce przed odzyskaniem przez Polskę niepodległości. Duży nacisk położono na ukazanie ducha narodu polskiego, który w czasie 123 lat niewoli, stale wychodził z inicjatywą walki za ojczyznę. Przypomniano daty trzech najważniejszych powstań narodowych, podkreślając wkład najmłodszych ich uczestników. Interpretacje muzyczne i recytatorskie utworów literackich pozwoliły zrozumieć rozterki i uczucia walczących o niepodległość.

Główną częścią akademii był program słowno-muzyczny poświęcony drogom ku niepodległości. Wszyscy zgromadzeni odśpiewali hymn narodowy: „Mazurek Dąbrowskiego”. Wysłuchali pięknych pieśni patriotycznych „Biały krzyż”, „Polskie kwiaty”, „Pierwsza brygada”, „Litania do każdziutkiego na ziemi”, „Wojenka, wojenka”, „Przybyli ułani”. Obejrzel też prezentację multimedialną poświęconą wydarzeniom sprzed prawie 100 lat.

Pani Dyrektor Barbara Kluczek dziękując twórcom patriotycznego przedstawienia, podkreśliła jego wartość wychowawczą i artystyczną.

To była wspaniała uroczystość, a zarazem niepowtarzalna lekcja historii i patriotyzmu.

Michał Walasek

ZESPÓŁ MUZYCZNY
Holiday Music
Muzyczna oprawa imprez wesela, urodziny, rocznice itp.
tel. 516 817 900
e-mail: zborowice111@wp.pl

Wypożyczalnia Kostiumów
KRASNOSIELC
666-057-751
oferujemy stroje dla dzieci i dorosłych na balie karnawałowe, jasełka i przedstawienia
www.wypożyczalniabajka.pl

Ratownicy medyczni w krasnosieleckim przedszkolu

W dniu 14 listopada nasze przedszkole odwiedzili ratownicy medyczni. Przedszkolaki zapytani przez gości, czy wiedzą czym się zajmują, chętnie odpowiadali, że ratownicy zawożą chorych do szpitala, jeżdżą na miejsce wypadku, czy też służą pomocą w razie złamania nogi. Za trafne odpowiedzi dzieci nagradzane były przez gości lizakami lub cukierkami.

Po wstępnej części spotkania, dzieci przystąpiły do nauki udzielania pierwszej pomocy, po uprzednim pokazie. W ramach tej nauki, dzieci ucisnęły trzydziestokrotnie mostek fantomu reanimacyjnego. Wniosek był taki, że to bardzo trudna praca. Najciekawszą dla dzieci częścią

spotkania, okazało się jednak zaproszenie do obejrzenia karetki pogotowia od wewnątrz oraz możliwość użycia megafonu, z którego na co dzień korzystają kierowcy karetek do wydawa-

nia komunikatów podczas jazdy na sygnale.

Anna Godlewska, Dyrektor Przedszkola



Białostoccy aktorzy w krasnosieleckim przedszkolu

Dnia 13 listopada gościł w naszym przedszkolu Teatr „Magik” z Białegostoku. Dzieci obejrzały teatryk pt. „Piotruś Dobre Serduszek ratuje planetę Ziemię.” Aktorzy świetnie bawili się z dziećmi, ucząc praktycznie segregowania odpadów do odpowiednich pojemników. Rozmawiali jak należy zachowywać się w lesie, czego nie wolno robić. Dzieci słuchały też wierszy i piosenek o ekologii. Dowiedziały się dużo ciekawych rzeczy o ekologicznym świecie i czystości najbliższego środowiska.

*Wanda Szewczak
nauczyciel PSP w Krasnosielcu*



Pluszowy Miś ma już 12 lat

Jest coraz dojrzały i mądrzejszy. Ma coraz więcej znajomych, zna coraz więcej gier, zabaw, piosenek. Poznał wiele ciekawych miejsc. Ma bardzo dużo różnych zainteresowań. Najbardziej jednak lubi miodek i przytulanie.

Wszyscy Go kochają!

Dzieci z Gminy Krasnosielc, w niedzielne popołudnie 23 listopada, gościły na „Imprezie u Misia” z okazji jego urodzin. Dzieci wraz z wolontariuszami, którzy zorganizowali imprezkę świetnie się bawili. Były tańce z balonem, konkurencje sportowe, zagadki i słodkości. Dzieci i wolontariusze poprzębierani byli za postacie z bajek, za misie i cyganki. Do wspólnych piosenek i gier włączyli się także rodzice i razem śpiewaliśmy Sto Lat dla jubilata. Spotkanie to było organizowane w ramach kampanii „Postaw na rodzinę”, w której uczestniczy Gmina Krasnosielc.

Beata Heromińska



Studio video CyfraFilm
prosta droga do kolorowych wspomnień

- śluby, wesela, komunie, studniówki
- bale, i inne uroczystości.
- zdjęcia ślubne
- sesja zdjęciowa w plenerze
- zdjęcia grupowe
- zdjęcia z przyjęcia weselnego

Kontakt: Dariusz Sito Rzęgnowo 10a, tel. 502 022 571, e-mail: cyfra_film@wp.pl

ZAJAZD

organizuje: wesela, chrzciny, stypy oraz inne imprezy okolicznościowe, a także catering.

Stegna ul. Warszawska 26
/Jednorzec przy wjeździe od Drążdzewa/
kom. 664 833 434

USŁUGI OGÓLNOBUDOWLANE



Łukasz Archacki
tel. 517 505 856

NIP: 761 148 08 14
REGON: 146 859 462

Pasowanie na Przedszkolaka w Krasnosielcu

Dnia 20 października w krasnosieleckim przedszkolu odbyła się bardzo ważna uroczystość, zorganizowana w naszym przedszkolu po raz pierwszy – „Pasowanie na przedszkolaka”. Dzień wyjątkowy dla wszystkich przedszkolaków, ale w szczególnie sposób przeżyli go ci wychowankowie, którzy pierwszy rok uczęszczają do przedszkola.

Dzieci ze wszystkich grup wspólnie z nauczycielami przygotowywały program artystyczny na ten uroczysty dzień. Przedszkolaki z niecierpliwością czekały na swoje święto, tym bardziej, że zaproszonymi gośćmi byli rodzice.

Wychowankowie świętowali „Pasowanie na Przedszkolaka” w swoich grupach. W każdej z czterech grup przebieg uroczystości wyglądał podobnie. Po przywitaniu wszystkich zebranych przez Panią Dyrektora lub wychowawcę, dzieci przedstawiły część artystyczną. Były to piosenki przy akompaniamencie Pani prowadzącej rytmikę, wierszyki wraz z układem choreograficznym oraz zabawy taneczne. Następnie wszystkie przedszkolaki złożyły uroczyste ślubowanie, powtarzając głośno słowo „Przyrzekamy!”.

Po zakończonej części artystycznej Pani Dyrektor Anna Godlewska dokonała uroczystego



pasowania wielkim, kolorowym ołówkiem – „Pasuję Cię uroczysto na dzielnego i wesołego przedszkolaka”. Na pamiątkę każde dziecko otrzymało dyplom i róg obfitości sfinansowane w ramach projektu „Edukacja przedszkolna w

Gminie Krasnosielc kluczem do dalszego kształcenia”.

Nie zabrakło także słodkiego poczęstunku, przygotowanego przez rodziców.

Katarzyna Brakoniecka, przedszkolny logopeda

Teatrzyk w krasnosieleckim przedszkolu

W piątek 24 października 2014 r. nasze przedszkole odwiedził największy w Polsce objazdowy Teatr Lalek Pinokio z Nowego Sącza. Dzieci obejrzały spektakl ekologiczny, którego motto brzmi: „żyj z przyrodą w zgodzie”. Aktorzy zabrali przedszkolaków do „Zaczarowanego lasu”, gdzie trzej bohaterowie spędzają dzień niszcząc przyrodę; łamiąc gałęzie, śmiejąc i robiąc wiele hałasu. Zwierzęta tłumaczą chłopcom, że należy szanować las i przyrodę. Niestety nie zmieniają oni swojego postępowania, za co Duch Lasu daje im solidną nauczkę. W bajce, na szczęście pojawia się złota rybka, która przemienia chłopców i zwierzątka. Była to bardzo praktyczna i zarazem pouczająca lekcja przyrody dla wszystkich przedszkolaków, która mamy nadzieję na długo pozostanie w ich pamięci.

Teresa Mikołajczewska



Tartak 1998

P.P.H.U. GRAB-BUD

ADAM GRABOWSKI

grab-bud@wp.pl

kom. 608 348 538. 29 71 75 083

www.ARkom24.pl

AR

KOMPUTERY ♦ GRY ♦ PROGRAMY
TELEFONY ♦ RTV ♦ NAPRAWY

ARkom
ul. Rynek 14
06-212 Krasnosielc

tel./fax 29 764 31 98
tel. 780 170 033
e-mail sklep@arkom24.pl
GG 48073387

AUTOHOLOWANIE POJAZDÓW I MASZYN

do 2,5t

Drądzewo 111 tel. 696 017 490

Nowocześni Patrioci z Gimnazjum w Chorzelah

Bardzo często słyszymy, że w dzisiejszych czasach pojęcie patriotyzmu się zdewaluowało. Trudno przecież być patriotą w czasach, kiedy wielu młodych ludzi musi opuścić kraj i jechać za granicę w poszukiwaniu lepszego losu. Dlatego zasadne jest pytanie, czy można być patriotą i w jaki sposób może przejawiać się postawa patriotyczna. Odpowiedzieli na nie uczniowie Publicznego Gimnazjum im. Papieża Jana Pawła II w Chorzelah.

Jak wynika z ich opracowań, nietrudno być nowoczesnym patriotą. Wszelkie działania zmierzające do poprawy sytuacji kraju należy widzieć jako przejaw patriotyzmu. Z tym pojęciem zawsze łączy się aktywna postawa. Nie można przecież żyć w danym kraju i być całkowicie nieczułym na problemy społeczeństwa. Dzisiaj ważne jest rozumienie potrzeb drugiego człowieka, i aktywne uczestniczenie w pracach mogących przynieść poprawę sytuacji bytowej ludzi, zwłaszcza tych najuboższych. Właśnie te działania na rzecz innych są podstawowym wyróżnikiem patriotyzmu. Współczesny patriota z powodzeniem może wspierać działalność kulturalną, czy oświatową. Wszędzie tam jest dużo do zrobienia. Postępuję szlachetnie, mądrze i zawsze respektuje normy. Daje dobry przykład, z szacunkiem odnosi się do polskiej tradycji. Obce są mu nieczyste przedsięwzięcia, aroganckie postawy, działania na szkodę innych. Wartości etyczne stawia na szczycie i nie rezygnuje z nich w żadnym przypadku. Wyznaczają one bowiem prawdziwy kierunek rozwoju wszelkich ludzkich społeczności.

Nasi gimnazjaliści wyszli naprzeciw istotnym problemom współczesnej polskiej rzeczywistości. Wzięli udział w projekcie edukacyjnym i wojewódzkim konkursie pod hasłem „Nowoczesny Patriotyzm”. Inicjatorem i koordynatorem akcji było Stowarzyszenie PEMI oraz Gminny Ośrodek Kultury w Pomiechówku. Inicjatywa była objęta patronatem honorowym Marszałka Województwa Mazowieckiego oraz Mazowieckiego Kuratora Oświaty.

Uczniowie pod kierownictwem pani Magdaleny Grzywa – nauczyciela historii, opracowali swoje prace konkursowe, w których zachęcają konsumentów do kupowania polskich produktów. Ich zdaniem towary polskie wcale nie muszą być gorsze, niż importowane. Często są



wręcz lepsze i tańsze. Niestety są słabo eksploatowane w zagranicznych sieciach handlowych i gorzej promowane. Są sieci handlowe, w których sprzedaje się jedynie kilka produktów wyprodukowanych w Polsce, a reszta jest z importu. Okazuje się, że każdy produkt, który kupujemy jest opatrzony kodem cyfrowym. Kod cyfrowy produktów polskich zaczyna się od cyfr „590”, dlatego kupując produkty z tym właśnie kodem wspieramy nasz kraj, a nie żaden inny! Dzięki uważnym zakupom, przyczyniamy się do wzrostu poziomu życia w naszym państwie. Dzięki naszym świadomym zakupom

pieniądze zostają w kraju! Trafiają do polskich producentów, którzy mogą płacić wyższe pensje i zatrudniać polskich pracowników. Dzięki temu, że są w stanie płacić wyższe podatki, jest więcej pieniędzy na drogi, emerytury, szkoły, szpitale i poprawę bezpieczeństwa w naszym kraju. Powinniśmy stawiać na nasz kraj i kupować polskie produkty.

Podczas uroczystego rozdania nagród, które odbyło się 11 listopada – uczniowie mogli obejrzeć występ zespołu pieśni i tańca „Wisła”. Piękne stroje z różnych epok, pieśni patriotyczne i polskie tańce były dla wszystkich prawdziwą lekcją patriotyzmu.

Otwórzmy się więc na wezwania tych zdolnych młodych ludzi, którzy dostrzegli w opisanych przez siebie działaniach szansę dla naszego kraju. Kupujmy polskie produkty!

Alicja Grabowska

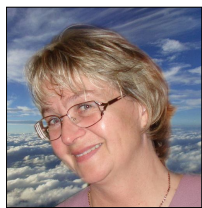
**MYJNIA SAMOCHODOWA
ZAPRASZA**
Pon-Sob 9-19
-Mycie Automagiczne
-Mycie ręczne
-Odkurzenie
-Sprzątanie Kompleksowe
-Woskowanie
-Pastowanie
-Polerowanie
-Pranie Tapicerki
Krasnosielski
ul. Biernacka 61

OGRODY
ARCHITEKTURA KRAJOBRAZU
projektowanie
realizacja
analizy krajobrazowe
inwentaryzacje drzew
doradztwo
pielęgnacja zieleni
ARBORIA
MATEUSZ NOGAJ
506 895 752
www.arboria.pl

Koniec Wieści ze szkół i przedszkoli

Zakwaszenie organizmu

Zakwaszenie organizmu to bardzo poważny problem, cierpi na niego ok. 85 procent ludzi.



Dla prawidłowego funkcjonowania ciała niezbędne jest utrzymanie równowagi kwasowo-zasadowej. Niestety, takie czynniki jak zła dieta czy nadmiar stresów powodują, że zosta-

je ona zachwiana. W organizmie pojawiają się kwaśne pozostałości przemiany materii, z którymi organizm sobie nie radzi. Odkładanie się tych trucizn w organizmie powoduje poważne zmiany w metabolizmie i upośledza układ odpornościowy.

Czysta woda w temperaturze pokojowej ma pH równe 7.0, a więc jest obojętna. Jeśli dana substancja ma odczyn pH poniżej 7.0, wtedy mówimy, że ma odczyn kwasowy. Jeśli ma pH większe niż 7.0, wtedy ma odczyn zasadowy.

Ludzka krew ma odczyn lekko zasadowy, równy 7.4 i taki odczyn należałoby utrzymywać. W takim zasadowym środowisku procesy fizyczne i chemiczne zachodzące w organizmie, są prawidłowe. Jeśli odczyn pH krwi wzrośnie powyżej 7.9 lub spadnie poniżej 6.9, wtedy człowiek umiera na, odpowiednio: zasadowicę lub kwasicę.

Objawami zakwaszenia organizmu są: bóle stawów i mięśni, bóle i zawroty głowy, zmiany nastroju, częste infekcje wirusowe, spadek odporności organizmu. Jeśli budzimy się rano ze złym samopoczuciem, jeśli ciągle jesteśmy niewyspani, życie od rana wydaje się nam dość ponure, jeśli miewamy nieokreślone bóle gło-

wy, czasem jakieś skłonności do apatii, to jest to dowód przekwaszenia organizmu.

Do czego prowadzi zakwaszenie? Może nam grozić miażdżyca, cukrzyca, zapalenia stawów, choroby serca, nowotwory, kamienie nerkowe, osteoporoza.

Organizm zakwasza to, co w dzisiejszym świecie cywilizowanym zjada się w ogromnych ilościach: wszystkie przetwory mączne, kasze, chleb, cukier, kawa, herbata (z wyjątkiem zielonej), alkohol, wszystkie napoje gazowane oraz mięso. Tłuszcze są w większości obojętne.

Zasadowo działają natomiast wszystkie warzywa i niektóre owoce. Najsilniej – buraki, czarne porzeczki, cytryny, wiśnie, marchew i sliwki. Cytryna, choć smakuje kwaśno, działa alkalizująco. Inne cytrusy także, bo za kwaśny smak odpowiada niska zawartość cukrów, oraz witamina C i sole różnych kwasów. Np. w pomidorach, ananasach czy cytrusach jest kwas cytrynowy, w jabłkach, pomidorach i sliwkach – kwas jabłkowy, w winogronach – kwas winowy, w truskawkach i wielu zielonych warzywach – kwas szczawiowy. Po spalaniu większości takich kwasów powstają zasady, które alkalizują płyny ustrojowe. Z kolei coca-cola, choć słodka, ma odczyn pH 2 (to tyle samo ile kwas solny w żołądku!) jest silnie zakwaszająca.

Organizm do pewnego momentu umie samodzielnie chronić się przed wysokim zakwaszeniem. Używa tzw. buforu wapniowego: pobiera wapń z kości i zębów, tworzy zasady i samodzielnie neutralizuje kwasy. Nie może tego robić w nieskończoność i stąd pojawiają się choroby reumatoidalne oraz osteoporoza. Ratunkiem mogą być sproszkowane skorupki jaj – wyszorowane jajka gotujemy 10 min, obieramy, skorupki mielimy w młynku. Stosujemy

pół łyżeczki dziennie dodając do jogurtu, twarogu itp.

Produkty bardzo zakwaszające:

alkohol, piwo, wino, słodzony sok owocowy, herbata, kawa, napoje gazowane, napoje energetyczne, suszone owoce, marynowane owoce, grzyby, ziemniaki (przechowywane), owoce morza, ryby, wieprzowina, cielęcina, wołowina, drób, jaja, ser żółty, twaróg, lody, jogurt, ser kozi, musztarda, ocet, sos sojowy, glutaminian sodu, dżem, galaretka, drożdże, kakao, sztuczne słodziki, sacharyna, cukier, miód.

Produkty średnio i lekko zakwaszające:

naturalny sok owocowy, pomarańcza, banan, ananas, brzoskwinia, arbuz, melon, mango, jabłko, jeżyna, świeża figa, jeżyna, kaki, morela, papaja, mandarynka, porzeczka czerwona, agrest, winogrono, żurawina, truskawka, czarna borówka, malina, biały chleb, herbatnik, chleb razowy, chleb pełnoziarnisty, chleb żytni, orzech włoski, margaryna, keczup, gałka muszkatołowa, wanilia, sól kamienna, majonez, kasza, orzechy laskowe, słonecznik, siemię lniane, mleko, śmietana, olej słonecznikowy.

Produkty lekko i średnio alkalizujące:

limonka, cytryna, grejpfrut, kokos, wiśnia, brukselka, groszek, kalafior, cukinia, rabarbar, por, rzeżucha, szczypior, kalarepa, chrzan, rzepa, marchew, migdały, mleko kozie, oliwa z oliwek, zioła, większość przypraw, pomidor, awokado, fasolka szparagowa, szczaw, szpinak, czosnek, seler naciowy, kapusta, sałata, papryka, brokuły, burak, rzodkiewka, fasola biała, czosnek, imbir, cebula

Produkty bardzo alkalizujące:

kielki, mniszek lekarski, ogórek, zielony kalafior, jarmuż, natka pietruszki, pestki dyni, sól morską.

Małgorzata Bielawska

Ciąża dobrze prowadzona

Jeśli jesteś kobietą w ciąży lub właśnie urodziłaś, a chciałabyś uzyskać fachową pomoc położnej z 20 letnim stażem, całkowicie bezpłatnie to

położna Agata Klos
694 036 465



służy pomocą.

Położna dojedzie do ciebie do domu, a opieka może nastąpić już od 21 tygodnia ciąży i trwać do 8 tygodnia po porodzie. Jest całkowicie bezpłatna ponieważ działania te są finansowane przez Narodowy Fundusz Zdrowia.

Sprawdź na:

www.facebook.com/centrumkobietnzo

Napisz: kontakt@centrumkobiet.com.pl

Lub przyjdź: Przasnysz, ul. Mazowiecka 63

Na moich spotkaniach z paniami pada wiele pytań dotyczących problemów zdrowotnych. Postanowiłam poniżej zamieścić kilka z nich:

- Mam 50 lat, urodziłam 3 dzieci, często muszę chodzić do łazienki, a przy kaszlu zauważyłam niewielkie wycieki moczu, wstydę się o tym powiedzieć lekarzowi. poradzić co mam zrobić?

- Mogą być dwa powody twojego problemu. Wysiłkowe nietrzymanie moczu lub pęcherz nadreaktywny, dolegliwości te nasilają się wraz z wiekiem. Nie należy ich lekceważyć. Obydwie te dolegliwości można leczyć. Lekarz zbierze dokładny wywiad, zleci badanie moczu i USG dróg moczowych, na podstawie tych badań postawi diagnozę i zaproponuje leczenie. Mogą to być ćwiczenia mięśni dna miednicy, leczenie farmakologiczne i w ostateczności założenie specjalnej taśmy pod cewką moczową.



Dodać muszę, że dolegliwości te dotyczą kobiet i mężczyzn.

- Jestem w ciąży, czytałam gdzieś że może opiekować się mną położna - co to znaczy?

- To prawda. Z położną nie tylko spotkasz się na sali porodowej. Może ona prowadzić twoją ciążę, edukować, udzielać wsparcia psychicznego, odwiedzać po porodzie pomagając w utrzymaniu laktacji, nauczyć pielęgnowania noworodka. Taka opieka należy ci się od 21 Hbd i jest bezpłatna, finansowana przez NFZ. Należy tylko wypełnić i złożyć deklarację wyboru położnej.

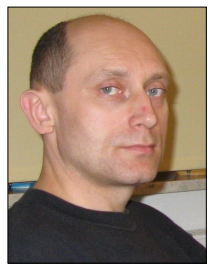
- Byłam u ginekologa, powiedział że mam nadżerkę. Pobrał mi cytologię, boję się, co to znaczy nadżerka?

- Nadżerka to charakterystyczne zaczerwienienie na pograniczu pochwy i szyjki macicy. Nie musi powodować dolegliwości. By ją wcześniej wykryć należy przynajmniej raz w roku odwiedzić ginekologa. Sygnałem który powinien skłonić ciebie do badania są upławy, krwawienie, plamienie po stosunku, bóle krzyża. Z wynikiem badania cytologicznego udaj się do swojego lekarza, on podejmie decyzję o dalszym postępowaniu leczenia. Uwaga! Z nieleczonej nadżerki może rozwinąć się zmiana nowotworowa.

Agata Klos

Wybraliśmy samorządowców

Wybory samorządowe 2014 wydaje się, że zostały zakończone, chociaż nie wszyscy to potwierdzają.



Ludzi władzy najbliższym nam mieszkańcom, czyli tych na poziomie gminy wybraliśmy z całą pewnością.

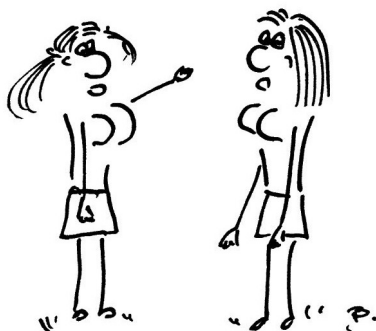
Wójtował gminie Krasnosielc będzie dalej starszy wójt Paweł Ruszczyński, a decyzję taką wyborcy podjęli już w pierwszej turze oddając na niego 55% ważnych głosów. Sama frekwencja też była wysoka, gdyż wyniosła ok. 58%. Głosów ważnych - tak na wójta jak i radnych gminnych - oddano ok. 97%, czyli zarówno ocena kandydatów na urząd wójta, jak i techniczna strona kart do głosowania była jasna dla większości wyborców.

Wyniki głosowania do Rady Gminy Krasnosielc w wyborach samorządowych w dniu 16 listopada 2014 r.

Nr obwodu wyborczego	Nazwisko i imię kandydata na radnego	Liczba głosów	% głosów na radnego
1	Kaczorek Elżbieta	35	
	Ruszkowska Jadwiga	22	
	Kutryb Hanna	71	
	Podgórski Stanisław	5	
	Szewczak Danuta	75	36%
	razem:	208	
2	Talarski Piotr	11	
	Żebrowski Zbigniew	44	
	Tabaka Zbigniew	15	
	Bielawska Małgorzata	40	
	Kluczek Robert	67	38%
	razem:	177	
3	Olkowski Tomasz	36	
	Kuplicki Przemysław	49	33%
	Książak Jerzy	19	
	Bojarski Arkadiusz	25	
	Radomski Daniel	18	
	razem:	147	
4	Pera Dariusz	29	
	Klik Teresa	49	
	Grabowska Ewa	131	50%
	Wieczorek Paulina	24	
	Wronowski Andrzej	28	
	razem:	261	
5	Bazydło Elżbieta	36	
	Rosolowski Mirosław	160	61%
	Szczepańska Emilia	31	
	Grądzka Jolanta	37	
	razem:	264	
6	Modzelewski Jarosław	41	
	Olszewik Tomasz	84	47%
	Senda Bernard	24	
	Król Ewa	30	
	razem:	179	
7	Jaguszevska Magdalena	13	
	Szewczak Tomasz	39	
	Zduniak Grzegorz	89	44%
	Niestępski Jerzy	25	
	Ślaski Franciszek	25	
	Dominik Lucjan	12	
	razem:	203	

Wyniki głosowania w wyborach samorządowych w dniu 16 listopada 2014 r. w gminie Krasnosielc

Liczba uprawnionych do głosowania	5 278	
Liczba wydanych kart do głosowania /frekwencja/	3 043	58%
Liczba głosów ważnych w wyborach wójta	2 965	
w tym na:	- Mirosława Glinkę	1 168 39%
	- Sebastiana Mikulaka	166 6%
	- Pawła Ruszczyńskiego	1 631 55%
Liczba głosów ważnych do Rady Gminy	2 926	



- Głosowałaś?

- Tak. Na Agnieszkę i Stefano!

Nr obwodu wyborczego	Nazwisko i imię kandydata na radnego	Liczba głosów	% głosów na radnego
8	Dobrzyńska Barbara	36	
	Krzemińska Brygida	64	33%
	Antosiak Maria	51	
	Żebrowski Krzysztof	26	
	Kowalczyk Rafał	19	
	razem:	196	
9	Dudek Ryszard	43	
	Niesiołowska-Rytko Anna	30	
	Kowalczyk Radosław	65	47%
	razem:	138	
10	Napierkowski Łukasz	158	72%
	Zaleski Ireneusz	40	
	Końkowska Bożena	22	
	razem:	220	
11	Graczyk Dariusz	71	47%
	Krawczyk Zbigniew	31	
	Topa Michał	50	
	razem:	152	
12	Kruk Anna	77	46%
	Kęszczyk Bogdan	75	
	Różecka Jolanta	14	
	razem:	166	
13	Tupacz Lech	17	
	Skowroński Jarosław	78	
	Kuśmierczyk Tadeusz	80	47%
	razem:	175	
14	Górski Andrzej	64	
	Kacprzyński Tomasz	105	62%
	razem:	169	
15	Milkowski Tadeusz	32	
	Mikulak Przemysław	59	
	Ferenc Wojciech	31	
	Janowski Cezary	149	55%
	razem:	271	

Miejscowości leżące w poszczególnych okręgach wyborczych gminy Krasnosielc przedstawia tabela na stronie następnej.

Zaskoczeniem dla wielu moich rozmówców był bardzo dobry wynik wyborczy Mirosława Glinki, który starając się powtórnie po wieloletniej przerwie o urząd wójta, uzyskał 39% głosów. Trzecie miejsce zajął Sebastian Mikulak z wynikiem 6%.

Do rywalizacji o 15 mandatów radnego gminy stanęło 59 osób, w tym 19 pań i 40 panów. Mandat otrzymały 4 kandydatki i 9 kandydatów, a są nimi /w kolejności obwodów wyborczych, w których startowali/:

1. Szewczak Danuta
2. Kluczek Robert
3. Kuplicki Przemysław
4. Grabowska Ewa
5. Rosolowski Mirosław
6. Olszewik Tomasz
7. Zduniak Grzegorz
8. Krzemińska Brygida
9. Kowalczyk Radosław
10. Napierkowski Łukasz
11. Graczyk Dariusz
12. Kruk Anna
13. Kuśmierczyk Tadeusz
14. Kacprzyński Tomasz
15. Janowski Cezary.

Ośmiu z ww. radnych pełniło tę funkcję również w poprzedniej kadencji.

Warto zaznaczyć, że w wyborach tych, po raz pierwszy, wszystkie okręgi były jednomandatowe, a liczba kandydatów w poszczególnych obwodach wahała się od dwóch do sześciu. W niektórych obwodach o mandacie decydowały wręcz pojedyncze głosy, były też takie obwody, gdzie widoczny był jeden lider. I tak Mirosław Rosolowski otrzymał ponad 4 razy więcej głosów niż drugi kandydat w jego okręgu, a Łukasz Napierkowski prawie 4 razy więcej. Mocne mandaty otrzymali też: Ewa Grabowska, Cezary Janowski, Grzegorz Zduniak i Tomasz Olszewik, na których głosowało co najmniej dwa razy tyle wyborców, co na kolejnego kandydata w ich okręgach wyborczych.

Większość nowo wybranych radnych startowało z Komitetu Wyborczego Pawła Ruszczyńskiego, zatem są niejako jego pewnym zapleczem politycznym. Większość rządząca w gminie będzie więc mocna, a zatem i odpowiedzialność pełna.

Do rady powiatu w naszym okręgu wyborczym obejmującym gminę Krasnosielc i Sypniewo, z woli wyborców mandat otrzymali:

1. Żebrowski Bogdan /gm. Sypniewo/
2. Czajkowska Zofia /gm. Krasnosielc/
3. Budny Dariusz /gm. Krasnosielc/
4. Kluczek Barbara /gm. Krasnosielc/.

Niekwestionowanym zwycięzcą w skali całego powiatu w wyborach do rady powiatu makowskiego jest PSL, który zdobył 9 870 głosów, co stanowi 53% głosów ważnych, dysponuje 12 mandatami w 17. osobowej Radzie Powiatu – może zatem samodzielnie rządzić, ale i samodzielnie odpowie przy kolejnych wyborach przed mieszkańcami.

Kandydaci Ziemi Makowskiej do powiatu zdobyli dwa mandaty. Suma oddanych na kandydatów tego ugrupowania głosów wyniosła 3 954 /21%.

Praw i Sprawiedliwość, choć zdobyło głosów nieznacznie mniej od Ziemi Makowskiej, bo 3 826, to dzięki innemu ich rozkładowi dysponuje 3 mandatami.

Głosów nieważnych oddano ok. 16 %.

Wyborcy naszego powiatu głosowali również do sejmiku województwa mazowieckiego. Wydano 22 255 kart do głosowania, czyli frekwencja wyniosła 59%. Prawidłowo skreślonych było 17 236 głosów, gdyż aż 5 008, co stanowi 22,5% stanowiły głosy nieważne. Mieszkańcy powiatu najwięcej głosów oddali na listę PSL – 8 983, w tym:

- Mirosław Augustyniak zdobył 5 934 głosy
- Janina Orzełowska – 936
- Marian Krupiński – 757.

PiS zdobył 3 674 głosy, najwięcej Karol Tchórzewski – 887 i Mirosław Krzyżewski – 839. Platforma Obywatelska uzyskała 1 430 głosów, w tym najwięcej z jej list Janusz Artyfikiewicz – 769. Kolejnym ugrupowaniem było SLD z 1 239 głosami, tu liderem był Michał Jasiński – 824 głosy.

Ostatecznie do sejmiku mazowieckiego z naszego subregionu siedlecko-ostrołęckiego mandat otrzymali:

1. Orzełowska Janina /PSL/ – 33 219
2. Tchórzewski Karol /PiS/ – 28 258
3. Augustyniak Mirosław /PSL/ – 13 717
4. Lanc Elżbieta /PO/ – 12 826
5. Krupiński Marian /PSL/ – 12 566
6. Żochowski Krzysztof /PiS/ – 11 386
7. Piłka Marian /PiS/ – 11 329
8. Wargocka Teresa /PiS/ – 11 059
9. Domżała Cecylia /PSL/ – 10 276

Kusi kilka słów podsumowania – wybory się odbyły przy wysokiej frekwencji bliskiej 60%. W gminie pełną realną władzę posiada wójt Paweł Ruszczyński. Podobnie w powiecie pełnię władzy posiada PSL ze swoim liderem, dotychczasowym Starostą Zbigniewem Deptułą. Do sejmiku wojewódzkiego poparliśmy polityków z list PSL, który zapewne w koalicji z PO będzie rządził Mazowszem.

Jako wyborcy poparliśmy zatem zwycięzców, teraz czas by oni poparli nasze drogi, boiska i polepszyli jakość naszego życia.

Sławomir Rutkowski

Dziękuję bardzo osobom, które oddały na mnie swój głos w wyborach do rady powiatu. Głosów tych było dużo, i niewiele ich tylko brakło, bym mógł w Państwa imieniu sprawować mandat radnego. Dziękuję.

Sławomir Rutkowski

By zachować zdrowie zimą...

Pierwszy śnieg już za nami, więc śmiało spodziewać się możemy teraz mniej przyjem-



nych części zimy. Mimo, iż życzę wam wszystkim, wszystkiego co najlepsze, z przykrością stwierdzić muszę, że nadszedł nieubłagalnie czas przeziębień, infekcji układu oddechowego. Sam ciepły ubiór nie wystarczy, by uniknąć tych paskudztw,

dlatego powinniśmy zadbać o odpowiednią dietę. Taką, która rozgrzeje nasz organizm, wzmocni odporność, ale jednocześnie sprawi, że wiosną nie będziemy musieli rozważać dobrych i złych stron diety, bo nie będzie ona nam wcale potrzebna. To, jak się odżywiamy wpływa nie tylko na nasze samopoczucie, ale także autentycznie na nasze zdrowie.

Więc, co jeść zimą, by dostarczyć sobie witamin, a jednocześnie nie wynieść pobocznie nie lubianego tłuszczu? Przede wszystkim stawiamy na kiszonki. Z tym jednak chyba u nas nie będzie problemów, bo już sprytnie pomaga nam w tym tradycja i na każdym wigilijnym stole jest kiszona kapusta, która ma w sobie witaminę C, B6 oraz minerały takie jak: cynk, potas, wapń. Coraz bardziej modne stają się też kiszanie innych produktów, niesamowicie dużo warzyw i owoców ma ku temu predyspozycję, m.in.: papryka, kapusta pekińska, buraki, cebule czy nawet jabłka.

Intuicyjnie zimą jakoś sami z siebie czujemy, że większą ochotę mamy na coś ciepłego. I jest to bardzo dobry zmysł. W praktyce powinniśmy zwrócić uwagę na to, by surówki, zastąpić warzywami gotowanymi na parze, lub prościej - króciutko przetrzymanymi w garnku z gorącą wodą, po to oczywiście, by nie traciły one tego, co mają w sobie najważniejsze. I z tego miejsca należną cześć oddać trzeba buraczkom, cebuli, marchewce, brokułom i ziemniakom, które nie wiem czy wiecie - badane są pod kątem antynowotworowym i w testach tych uzyskują pozytywne dla nas wyniki.

Ważne są jeszcze kasze, które są kaloryczne, ale nie tuczą - ot taki cud natury! Każda z nam znanych ma w sobie coś pożytecznego. Jaglana i manna - mogą być składnikami wieczornego deseru. Natomiast gryczana i jęczmienna to już kopalnie pomysłów na zdrowe, smaczne i o dziwo dietetyczne dania.

Oprócz katarku i pokasywania wielu pewnie męczą także inne dolegliwości spowodowane niską temperaturą. Jeśli macie problemy z wysuszoną skórą dłoni warto raz na jakiś czas zrobić sobie prościutki peeling. Wystarczy tylko, że zaparzycie sobie 4 łyżeczki kawy, następnie odlejcie płyn i pozostałe fusy będzie-

cie wcierać w ręce. Będą one wtedy mniej podatne na wysuszenia.

Dla tych, których dręczą popękane usta polecam specyfik z miodu - miód. I nie chodzi tu o jedzenie go, choć jeśli ktoś bardzo nalega, może zrobić to poprzez wysmarowanie sobie nim ust i bardzo powolne, trwające kilka minut oblizywanie, a wtedy na pewno osiągnie pożądany efekt. Po zastosowaniu się do tych wskazówek każdy chyba będzie mógł zdrowiutki i niepopękany ustami obcałowywać każdego przy wigilijnym stole.

Magdalena Kaczyńska

Z twórczości Stanisława Dąbrowskiego



Wiersz „List do męża” powstał 7 kwietnia 1972 r. podczas pobytu dziadka w sanatorium w Ciechocinku na prośbę pewnej pani Basi - sąsiadki przez ścianę. Zapraszam do lektury.

Barbara Płoska

List do męża

Najdroższy Kaziu i córeczki drogie.
Dziś wam donoszę lepiej mi w nogę,
Tylko za wami tęsknię ogromnie,
I proszę Kaziu pisz częściej do mnie.

Już przeleciało te dwa tygodnie
I choć mam tu dość wygodnie
Wiesz Kaziu drogi najlepiej z Tobą
Bo tutaj nie wiem co zrobić z sobą.

I nie myśl sobie, że zdradzę Ciebie
Chociaż tu z panów nie jeden wzdycha
Że ze mnie babka całkiem nie licha,
Nie martw się Kaziu ja dbam o siebie.

Wrócę do Ciebie do drogiej dzieci,
Ostatni tydzień to szybko zleci,
I chociaż czasem idę do kina,
Mus się rozerwać nie moja wina.

Lecz wciąż mi w głowie me córki drogie,
I bez nich miejsca znaleźć nie mogę,
I kiedy nieraz budzę się w nocy,
Przed sobą widzę ich smutne oczy.

Mariolu złota i Reniu droga,
Powrócę do was z pomocą Boga
Tylko paciorek zmówcie do Bozi,
Żeby mamusi nie było gorzej.

Myślę wciąż o was co tam robicie,
Czy za mamusią bardzo tęsknicie,
Wrócę na pewno na szesnastego,
I będzie koniec smutku waszego.

Więc bądźcie grzeczne córeczki złote,
Wiecie że tatuś wciąż ma robotę,
A więc nie róbcie kłopotu taty,
Ja już nie długo wrócę do chaty.

I na tym kończę pisanie moje
Zostańcie z Bogiem córeczki miłe
I ty najdroższy Kaziu jedyny
Wiesz że tu jestem nie z mojej winy.
Już odjechały Hania i Kasia,
Ja też wrócę, wciąż Twoja Basia.

Stanisław Dąbrowski

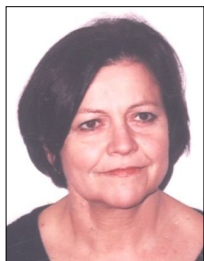
MECHANIKA
ELEKTRYKA
SAMOCHODOWA

504 974 713

jacek7702@op.pl

Stęgna
ul. Piastowska 23
/ wyjazd z Jednoróżca na Lipę /

Na psa urok... czyli przysłowia z psem w roli głównej



Spółeczność chłopska, utrzymująca swą kulturę w znacznej mierze w oparciu o przekazy ustne i pokazy praktyczne, starała się opierać poza normalnym pouczeniem jeszcze takimi środkami, które w sposób wierniejszy i trwalszy zabezpieczały utrzymywanie potrzebnej wiedzy o świecie i życiu. Takimi narzędziami były przede wszystkim zwięzłe sformułowania, często wierszowane, których treść zawierała obserwacje meteorologiczne, wiedzę o klimacie, wiadomości związane z rolnictwem i hodowlą, wskazania religijno-moralne oraz różnorodne doświadczenia składające się na tzw. *mądrość życiową*. Znaczna część tych sformułowań należała do kategorii przysłów.

W języku polskim funkcjonuje do dzisiaj wiele powiedzeń – zawierających ukrytą myśl, morał, mądrość życiową – związanych z psami. Oprócz wspomnianego w tytule porzekadła *na psa urok*, które często wypowiedziane jest na widok czegoś godnego podziwu, niezwykłego, popularne jest wyrażenie *wieść na kimś psy* – zlorzeczyc komuś, obmawiać go. Pochodzi ono od praktykowanego niegdyś w Holandii i w Niemczech zwyczaju wieszania skazańców razem z psami.

Żyją jak pies z kotem to określenie burzliwych relacji między ludźmi, podobnych do legendarnej już wzajemnej niechęci tych dwóch gatunków zwierząt. Wiele z przysłów podkre-

śla dość pogardliwy stosunek ludzi do psa – *nie dla psa kielbasa* mówi o zaszczytach nienależących się komuś; *pieski żywot* to ciężka dola, nie do pozazdroszczenia; trudna, uciążliwa praca to *psia służba*; biedak *psim groszem* nie śmiesz, a także *świat schodzi na psy*. Pies zadowalała się najlichszym kąskiem – *dobra psu mucha*, jak i rzadko zaznaje sprawiedliwości i zaszczytów: *nie zawsze dobry pies dobrą kość dostanie*. *Psie głosy nie idą w niebiosy* – modlitwa złego nie przynosi skutku. Nikomu niepotrzebna rzecz *psu na budę się nie zda* albo *i pies o to nie zapyta*. Aby ostrzec kogoś, by uciekał póki czas, mawiano *strzeż się lewku – psa biją, a kto chce psa uderzyć, ten kij znajdzie*. Brzydka deszczowa pogoda to *pogoda pod psem* lub taka, że *psa by z domu nie wygonił* – można też powiedzieć *zimno jak w psiarńi*. Znajdzie się psie przysłowie na określenie chciwego człowieka: *pies ogrodnika – sam nie zje, i drugiemu nie da*. Albo *daj psu palec, a rękę odgryzie*. Mężczyznę mającego słabość do kobiet, określa się mianem *psa na baby*, a leń to *pies na pracę*. Używane do dziś przekleństwo to *psiałość!* i *psiakrew!*; dawniej jako obelgę stosowano też wyrażenie *psi synu*. Wymięta rzecz jest jak *wyjęta psu z gardła*, a to, co robimy łatwo i bez trudu, przychodzi nam *psim swędem*. Najbardziej znany jest jednak zwrot, odwołujący się do psiego przywiązania do człowieka: *wierny jak pies*. Uparty człowiek to taki, który *czepił się jak rzep psiego ogona*. Sedno sprawy określa się słowami *tu jest pies pogrzebany*, a sprawa skończona to *zdechł pies*. O kimś, kto nie odniósł z czegoś żadnej korzyści mówi się, że *użył jak pies w studni*. *A czy to pies?* jest pytaniem oznaczającym, czy coś jest nic nie warte. *Ani pies ogonem nie kiwnie*, to bardzo szybko, w mgnieniu oka, a zaraz, za chwilę określa się przysłowiem *co pies szczeknie*. Można przysiąc, że coś jest prawdą mówiąc, *bodaj by psy trawę jadły*, też

żyć komuś *bodaj by cię psy zjadły* lub *pies ci mordę lizał*. Nieszczerej osobie mówimy *daj psu to, co na sercu masz*. Złego gospodarza określamy *i psa w domu nie utrzyma*, niezdara *i psa z pieca nie wywabi*, a nieobecność gospodarza to *i psa w domu nie masz*. Kazać komuś się nie wtrącać można za pomocą przysłowia *idź, idź dać psom siana*. O leniwych zwalających robotę na innych mówimy *idź psie, idź ogonie*. Kiedy nic kogoś nie obchodzi, to *jak na psie drew przyniósł* albo *jak na psie przylał*. Człowiek biedny przez własne lenistwo podsumowywany bywa stwierdzeniem *jak pies robi, tak pies chodzi*, a ktoś może stracić humor, *jakby mu psy obiad zjadły*. Lekceważąco mawiano o człowieku *pies go jechał* albo *pies z nim tańczył*. O kimś zmiennym i niesłownym mówimy, że *kreci jak pies ogonem*; naśladowanie wykrętów to *krętu, wętu, pies do konwentu*. Bez ślubu żyje się ze sobą *na psi kontrakt*, a nie wiadomo co, określamy *ni pies, ni wydra*. Gdy nikt z kimś by nie wytrzymał, to *i pies by się z łańcucha urwał*. Prowadzić dostannie życie to *paść psy*, a być żebrakiem: *psy drażnić*. Wypowiedz *ze psy w rząd, z kotkami w taniec* radzi, by pić z mężczyznami, a tańczyć z kobietami.

Przysłowia w dawnych wsiach nad Orzycem, były zjawiskiem częstym i żywym w mowie potocznej. Odgrywały niemałą rolę jako środki, które ułatwiały orientację w świecie przyrody i społeczności ludzkiej a także regulowały jej postępowanie, zgodnie z panującymi zasadami. Także dzisiaj powiedzonka to cudowne ułatwienie w wyrażaniu myśli i uczuć, rodzaj kodu, którym ludzie żyjący we wspólnej kulturze porozumiewają się doskonale, nie konieczne opisując stan rzeczy.

Wielbicielka przysłów i psów –
Danuta Szych

Z żałobnej karty pamięci Edwarda Misiarczyka – rodaka z Podnierzówki

W dniu 20 listopada br. zmarł w Olsztynie Edward Misiarczyk, jeden z oddanych sympatyków naszego pisma, a także dobrze zapowiadający się jego współpracownik. Urodził się 1 stycznia 1936 roku w Sielcu Nowym, a dokładniej w przysiółku tej wsi - Podnierzówce. Swoją drogę życiową przedstawił w autobiograficznej opowieści „Z Podnierzówki do Olsztyna”, opublikowanej w numerze 17. Krasnosielckich Zeszytów Historycznych opublikowanych w marcu br.

Jego wyznanie może stanowić osobowe źródło historyczne czasów okupacji i trudnego okresu powojennego. Od czasu młodości i przez całe dorosłe życie, już od 1950 roku związał się Warmią i Mazurami. Technikum Hodowlane kończy w 1950 r. w Karolewie k. Kętrzyna, następnie studiuje na Wydziale Zootechnicznym Wyższej Szkoły Rolniczej w Olsztynie. Swego rodzaju ciekawostkę stanowi fakt, że w czasie studiów promotor jego pracy magisterskiej, na jego wniosek wyraził zgodę na przeprowadzenie przez niego badań jednej z gałęzi produkcji rolnej w jego rodzinnej wsi. W pracy zawodowej po studiach, zgodnie ze swoją specjalizacją związał się



z produkcją drobiarską i jako zastępca dyrektora przedsiębiorstwa Indykpol w Olsztynie był głównym twórcą tego liczącego się nie tylko w kraju zakładu.

O ważności tej produkcji świadczy chociażby fakt, że nawet w stanie wojennym przedsię-

biorstwo było wyłączone z sankcji gospodarczych nałożonych wówczas na Polskę przez USA.

W zakończeniu wymienionych wyżej swoich autobiograficznych wspomnień m.in. pisze „W Podnierzówce mieszkalem osiemnaście lat, a na Warmii blisko sześćdziesiąt. Utrzymuje jednak stale kontakty z rodziną i rodzinnymi stronami. Z upływem lat strony rodzinne, jaki i dziecięce lata stają się coraz piękniejsze. „...dzieciństwo spędzone na wsi – pisze – było dla mnie szkołą życia. To tu nauczyłem się podstawowych praw obowiązujących w świecie natury i ludzi. Dzięki tym ludziom wiem, że owoce rodzą się po ciężkiej pracy, że w życiu na wszystko jest odpowiednia pora i trzeba się z tym pogodzić”.

Spoczywaj w spokoju Edwardzie. O Tobie, Twojej wiernej przyjaźni do kolegów i Twoim przyjaznym, pozbawionym egoizmu stosunku do ludzi oraz miłości do ziemi rodzinnej nad Orzycem będziemy zawsze pamiętać.

Apolinary Zapisek
- kolega z tej samej wsi,
i również jak Ty, mieszkaniec Warmii

Od Redakcji

/patrz na stronie następnej/

Z Panem Edwardem nie było mi dane nigdy się spotkać, choć takie spotkanie planowaliśmy. Otrzymując kontakt do niego, prawie już rok temu od Pana Apolinarego Zapiska, zadzwoniłem, by zachęcić go do opublikowania jego wspomnień z życia, które wiele dało naszemu krajowi. Skromny, życzliwy i rzeczowy człowiek – jakim postrzegałem Pana Edwarda, twórczo współpracował przy redagowaniu ostatecznej wersji tekstu. Kilka naszych telefonicznych rozmów było zawsze przepełnionych zrozumieniem i życzliwością.

Pan Edward był jednym z zespołu Warmiaków, których korzenie prowadzą do Ziemi Krasnosielckiej. Spośród tego Zespołu dla mnie jest Pan Apolinary. Starałem się w miarę możliwości przekazywać tym rodakom kolejne Krasnosielckie Zeszyty Historyczne, w tym i ten ostatni z października 2014 roku.

Po otrzymaniu egzemplarza tegoż Zeszytu, Pan Edward napisał do mnie emaila, którego treść prawie w całości zamieszczam poniżej:

„Pan Sławomir Rutkowski, Redaktor KZH

Gratuluje pięknego wydania Krasnosielckiego Zeszytu Historycznego Nr 19-21 w wersji papierowej i dziękuję za jego przesłanie również w wersji elektronicznej, łącznie z „Wieściami znad Orzyca” Nr 10.

Dzięki ww. wydawnictwom poznajemy nie tylko historię Ziemi Krasnosielckiej, ale również ludzi tej Ziemi, ich dorobek dla społeczności miejscowej, jak również ogólnopolskiej. Możemy być dumni z tych Wydawnictw, które pokazują nam piękno tej Ziemi ...

Życzę dalszych sukcesów i pomyślności.

Serdecznie pozdrawiam.

Edward Misiarczyk

Olsztyn, 9 listopada 2014 r.”

Dziś wiemy, że było to ostatnie przesłanie Pana Edwarda dla Czytelników Krasnosielckich Zeszytów Historycznych.

Pan Edward dokonał w swoim życiu rzeczy nieprzeciętnych, takich z których mógł być dumny, a my mieszkańcy Ziemi Krasnosielckiej możemy być dumni, że pochodził stąd, i że był kiedyś jednym z nas.

*Z wyrazami współczucia
dla rodziny i przyjaciół
Sławomir Rutkowski*

Gnojna na Wiejskiej

Przez kupę czasu nie mogłem dojść co było powodem, że na szefa rządu, następcę Tuska, powołano kobietę. Czy w partyjnych walkach o władzę i stołki, polityczni faceci już tak się wykruśzyli z ludzi mądrych, energicznych i uczciwych, że wśród mężczyzn nie można było znaleźć ani jednego z odrobiną tych zalet?



Przejrzawszy się naszej obecnej politykierii, nawet po przesianiu jej przez sito, faktycznie ciężko jest znaleźć męskiego kandydata na szefa rządu. Już większość z nich maczała palce w jednej z wielu afer, a pozostali, albo sami już coś nawywijali albo na sterniku polskiego, rządowego okrętu płynącego na wzburzonej, unijnej fali, już się nie nadają, gdyż im samym często się zdarza, być „na fali”. Strach im powierzyć koło sterowe tego flagowego okrętu, gdyż jest on pełen VIP-owców rządowych, a zdarza się, że „fala sternika” może również i ich zalać! Wtedy, swymi chwiejnymi poglądami rozkołyszą ten okręt, wyrwocą go stępka do góry i sięgnie on dna.

I chyba dlatego premierem została przewodnicząca PO, pani Ewa Kopacz. Wydawało mi się, że nasza Pani premier, chcąc stworzyć w Polsce ład i porządek, jak niemiecka sąsiadka, dokona wśród swoich urzędników dokładny przegląd oraz przeprowadzi we wszystkich gabinetach ministerialnych i im podległym, generalne sprzątnie, czyli wywietrzenie zatęchłej i często śmierdzącej atmosfery, odkurzenie zapomnianych i już zakurzonych ustaw oraz przetrzepanie skóry, nie stojących tam mebli, ale niektórych urzędników byłych lub niektórych, już dzisiejszych. Takie sprzątnie może ustabilizować i polepszyć życie całemu społeczeństwu, aby żyło mu się spokojnie, dostatnio i radośnie. Jak w raj! Zaraz... Chyba niechcący coś wymacałem... Nowa szefowa rządu z czymś się od razu kojarzy... Pierwsza Ewa -premier rządu, kojarzy mi się od razu z pierwszą Ewą i rajem... Ale Kopacz... No!!! Tu miłych skojarzeń dla wyborców jest tyle, że aż trudno im wybrać tylko jedno, bo one do nazwiska premierowej, wszystkie aż Igną! I pa-

suja, jak ula! Oby szefowa rządu trzymała się tych skojarzeń podczas generalnego sprzątnia, bo one bardzo by jej w tym pomogły! Wykopać, dokopać, skopać, podkopać... Cholera!!! Te skojarzenia, zaraz mi się kojarzą z czymś innym. Ze stadionem, meczem i pseudokibicami! Albo, znowu wracając do polityki, ze stadionem naszego parlamentu, czyli sejmem i senatem, a na nim PO-PIS-owe (i nie tylko) walki pseudopolityków o władzę!

Aby zakończyć te właśnie, pani premier, dołączyła do tych skojarzeń jeszcze jedno skojarzenie - zakopać. Chciałaby zakopać partyjne topory wojenne i ustanowić pokój pomiędzy rodami politycznymi i ich poplecznikami, gdzie wojna trwa od momentu powstania demokratycznej Polski. Ten pomysł pani premier podchwycili niektórzy politycy i zaproponowali, aby te topory zakopać na nowym rondzie lub nowej stacji metra i nazwać: je - „ZAKOPANE”! Staną się one szybko miejscem zwiedzania dla ciekawych turystów. Jak Tatry i Zakopane! I szybko przyniosą zyski - dodali ci sami politycy. Tak... Ale zanim do tego zakopania dojdzie, pani premier będzie musiała JUŻ wykopać z rządu niektórych swoich współpracowników, gdyż oni tak nawywijali na swoim starcie rządzenia, że aż wszystkim Polakom zarumieniły się policzki ze wstydu przed całym światem. Niektórzy rodacy, oprócz wstydu, doznali również upokorzenia i trafił ich szlag z tego powodu. Są to mieszkańcy wsi, rolnicy, których minister rolnictwa nazwał frajerami, gdyż „...nie słuchają swojego szefa z rządu i dziwią się później, że ponoszą straty”. Ja jestem również ze wsi i rolnikom się wcale nie dziwię, gdyż wielu z nich mocno się już przejechało finansowo, kiedy wykonali te warszawskie dyrektywy bez żadnego zastanowienia i woleli teraz je przemyśleć dokładnie, aby znów nie dostać finansowego kopa poniżej pasa.

Kiedy słuchałem tej wypowiedzi ministra, skojarzyły mi się one z dawną piosenką kapeli warszawskiej, opowiadającej o ferajnie z Pragi, z ulicy Gnojeńskiej, która śpiewała, że: - „nie masz cwaniaka nad Warszawiaka”. Czyżby ferajna z Gnojeńskiej dała przykład dla polityków z Wiejskiej, którzy, chociaż pochodzą z różnych stron Polski, również ze wsi, to uważają się za warszawskich cwaniaków z Wiejskiej i „leją frajera pompką od rowera”? Chyba tak, bo wielu wyborców uważa, że Wiejska jest mocno za-

gnojona... Aby tych wyborców uciszyć, „cwaniaka” Sawickiego wykopano za granicę, aby on również ochłonił i nauczył się dyplomacji. Po medialnej burzy, te wszystkie fekalia spływają do studzienek, a z nich, kanałami burzowymi, do Wisły, która miała być „mlekiem i miodem płynącą”... Po takiej ulewie, na Wiejskiej robi się czystiej, chociaż miejscami coś jeszcze czuć. Ale czujemy nie starą aferę!

Po tej parlamentarnej ulicy cwaniaków płynie już nowa! Tym razem, nasz marszałek Sikorski (Sejmu, nie wojska) wygadał się przed dziennikarzami z całego świata (czyżby był „na fali”?), że Putin wraz z Tuskiem, za kulami, dzielili już Polskę i Ukrainę! Następna apokalipsa! Ale Tuska w porę wykopali do Brukseli, aferę udało się zakopać, bo inijny awans Tuska stał się głośniejszy, co przytłumiło również gadkę i osobę Sikorskiego. Ale ta apokalipsa marszałka, po której Polacy nie zdążyli się jeszcze otrząsnąć, to błahostka!

Prawdziwą „sławę” nam przynieśli ze swojej eskapady zagranicznej, nasi polityczni „trzej muszkieterowie” z PiS-u. Przed wyjazdem, nabrali oni zaliczek (z naszych podatków) na paliwo do samochodów - ale polecili najtańszemu samolotem, aby zabrać ze sobą również swoje żony. W powietrzu, chyba ogarnęła ich choroba lokomocyjna, bo nawywijali takich numerów, jakby wszyscy byli „na fali”. Musiał to być ciężki przypadek tej choroby, gdyż na lądzie jego objawy się powtórzyły. Ktoś to sfilmował, puścił w internet i chorych (p)osłów, wraz z rodziną, poznał cały świat! Nawet ich szef, prezes Kaczyński oraz wszyscy wyborcy! I to akurat przed wyborami! Prezes nie wytrzymał i, aby nie psuć sobie opinii prawego i sprawiedliwego, wykopał wszystkich trzech ze swojej partii. Bez pomocy premier Kopacz! I znów Wiejska spłynęła potokiem z ulew medialnej, ale zaraz zrobiło się czysto i cicho, bo wybory tuż, tuż... Kogo wyborcy wykopią do góry, kogo zakopią lub komu dokopią - przed wyborami nie wiadomo (przynajmniej ja tego jeszcze nie wiem pisząc swoje dywagacje). Wyborcy są tak zamotani wszystkimi aferami polityczno-społeczno-finansowymi i ich liderami, że ciężko im będzie wybrać kogośkolwiek do czegośkolwiek z jakiegokolwiek partii, bo potok z zagnojonej Wiejskiej mógł już wszędzie dopłynąć i zalać... I jak tu znaleźć kogoś czystego? Niepewne te wybory...

126p-nick

Rolniku - licz pieniądze! rodzaje i stawki płatności bezpośrednich na lata 2015–20

Negocjacje w sprawie nowego budżetu UE na lata 2014-20 już jakiś czas temu zostały zakończone.



Polska ze wszystkich krajów UE mimo redukcji budżetu otrzymała najwięcej środków na Wspólną Politykę Rolną (WPR). W mediach zostało to przedstawione jako niewątpliwый sukces naszych negocjatorów.

Dzisiaj jesteśmy na etapie podziału tych środków, a kawałek tortu przeznaczony na rolnictwo to 32,09 mld euro.

Środki na rolnictwo zostały podzielone na dwa filary, z których w pierwszym znalazły się głównie pieniądze na dopłaty bezpośrednie, a w drugim jak ja to określam pieniądze na rozwój czyli nasz PROW. Polska bez żadnego przymusu z zewnątrz, poprosiła Komisję Europejską o przesunięcie 25% środków z II filaru (PROW) do I filaru (dopłaty bezpośrednie), w związku z czym ostateczny podział środków wygląda następująco:

I filar WPR – płatności bezpośrednie – 23,50 mld euro;

II filar WPR – PROW – 8,60 mld euro.

Przesunięcie środków było oczywiście podbudowane chęcią wyrównania za wszelką cenę dopłat bezpośrednich jakie otrzymują rolnicy w Polsce z tymi jakie otrzymują farmerzy w innych krajach UE. Niestety operacja ta znacząco pomniejszyła środki na przyszły PROW 2014-20, a co za tym idzie wpłynęła na bardziej ostre warunki przyznawania pomocy w ramach takich działań jak: modernizacja gospodarstw rolnych, restrukturyzacja małych gospodarstw czy premia dla młodych rolników, bo przecież „pieniędzy musi wystarczyć dla wszystkich”...

Pierwsze co rzuca się w oczy to stawka jednolitej płatności obszarowej JPO – 450 zł do hektara, co stanowi połowę tego co otrzymamy w tym roku. Gdyby nasze płatności ograniczyły się wyłącznie do JPO z pewnością wielu rolników poczuło by głębokie rozczarowanie, a do tego wyraźnie by to odczuło w swoich portfelach. Na szczęście zostaną wprowadzone dodatkowe dopłaty tj.:

Zazielenienie. Dopłaty za tzw. zazielenienie będą wynosiły około 300 zł do hektara i będą realizowane przez trzy obowiązkowe praktyki:

Dywersyfikacja upraw. Dywersyfikacja upraw ma walczyć z monokulturą na wsi. W założeniach ma dotyczyć wyłącznie gospodarstw, które mają powierzchnię gruntów ornych powyżej 10 ha. Zwracam tutaj uwagę na słowo gruntów ornych, nie sadow, nie łąk a gruntów ornych. Jeżeli jednak powierzchnia gruntów ornych w naszym gospodarstwie jest większa niż 10 hektarów, a jednocześnie nie przekracza 30 ha, będziemy zobowiązani do prowadzenia minimum dwóch upraw, z których ta główna nie może zajmować więcej niż 75% powierzchni. W sytuacji kiedy nasze grunty orne przekraczają 30 ha gruntów ornych będziemy zobligowani do prowadzenia już trzech upraw, z których dwie główne nie mogą

przekraczać 95% powierzchni, a uprawa podstawowa 75% powierzchni gruntów ornych. Z uwagi na sezon wegetacyjny kontrole mają się odbywać w okresie 15 maja – 15 lipca.

Utrzymanie trwałych użytków zielonych (TUZ). Jeżeli rolnik posiada trwałe użytki zielone czyli łąki lub pastwiska na obszarach NATURA 2000, będzie zobligowany do ich zachowania, nie będzie można prowadzić tam żadnej innej uprawy. Obszary NATURA 2000 z reguły obejmują doliny rzek, a ich granice wyznaczają mapy.

Utrzymanie obszarów proekologicznych (EFA). Obowiązek utrzymania obszarów proekologicznych będzie dotyczył wszystkich gospodarstw, których powierzchnia przekracza 15 hektarów gruntów ornych. W takim wypadku 5% powierzchni gruntów ornych trzeba będzie przekształcić na obszar proekologiczny, który mogą stanowić np.: grunty ugorowane; rowy do 2 metrów szerokości; oczka wodne; drzewostan leśny; zadrzewienia liniowe; miedze śródpolne.



-Słyszałeś Heniu?

**Dopłaty bezpośrednie do produkcji
chmielu dostaniemy od razu w
SZEŚCIOPAKACH!!!**

Obszary proekologiczne mają sprzyjać ochronie środowiska i przywrócić polskiej wsi dawny wygląd, planuje się aby od 2017 roku obszar ten zwiększyć do 7%. Aby spełnić wymóg zamiennie można wdrożyć w gospodarstwie jeden z dwóch pakietów: rolnictwo zrównoważone lub ochrona gleb i wód.

Płatności dla młodych rolników. Jeżeli z wnioskiem o dopłaty bezpośrednie wystąpi młody rolnik, dodatkowo otrzyma on 250 zł do hektara. Limit powierzchni do jakiej wypłacona będzie płatność wynosi 50 ha. W tym miejscu powstaje pytanie kim jest młody rolnik? Według definicji ma nim być osoba, która nie ukończyła 40 roku życia i prowadzi gospodarstwo na mniej niż 5 lat.

1250 euro dla małych gospodarstw. Płatność dla małych gospodarstw będzie można otrzymać wyłącznie w 2015 roku. Jeżeli ktoś chciałby skorzystać z tego mechanizmu to otrzyma płatność dokładnie w takiej samej wysokości jakby płatność z tytułu dopłat bezpośrednich nie więcej jednak niż 1250 euro na gospodarstwo na rok. Korzyść dla rolników, którzy skorzystają z tej płatności polega na tym, że nie będą kontrolowani z wymogów wzajemnej zgodności oraz będą zwolnieni z obowiązku zazielenienia.

Płatności związane z produkcją:

- 570 zł – do każdej sztuki bydła od 3-ciej do 50-tej,
- 450 zł – do każdej sztuki krowy od 3-ciej do 50-tej,

- 61 zł – do każdej samicy kozy w wieku powyżej 12 miesięcy,
- 1 335 zł – dopłata do hektara roślin wysokobiałkowych,
- 1 968 zł – dopłata do hektara chmielu,
- 1 530 zł – dopłata do hektara skrobi ziemniaczanej,
- 1 500 zł – dopłata do hektara buraków cukrowych,
- 943 zł – dopłata do hektara owoców miękkich,
- 1 230 zł – dopłata do hektara pomidorów,
- 775 zł – dopłata do hektara lnu i konopi.

Płatności dodatkowe. Poza opisanymi powyżej płatnościami, każde gospodarstwo dostanie jeszcze dodatkowe płatności zależne od powierzchni. Obecnie prawdopodobnie będzie to jeden z dwóch wariantów:

Wariant 1, w przedziale od:

- 5,01 do 10 ha – 82 zł/ha
- 10,01 do 30 ha – 328 zł/ha

Wariant 2, w przedziale od:

- 3,01 do 10 ha – 106 zł/ha
- 10,01 do 30 ha – 254 zł/ha.

Jak widać zarówno w jednym jak i w drugim wariancie celuje się w to aby maksymalnie wspierać średnie gospodarstwa. Przedstawione stawki oczywiście mogą się zmienić, chociażby z uwagi na wahania kursu euro.

W 2015 r. Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa, jako agencja płatnicza, realizować będzie zreformowany system wsparcia bezpośredniego.

Na stronach Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi rolnicy są na bieżąco informowani o toczących się konsultacjach, ich wynikach oraz ustaleniach co do ostatecznego kształtu płatności bezpośrednich w Polsce.

Informacje istotne z punktu widzenia przyszłej współpracy rolników z ARiMR na gruncie obsługi wniosków o przyznanie wsparcia bezpośredniego w 2015 r.: Co do zasady, dotychczasowe ramy współpracy rolnika z ARiMR nie ulegną zmianie. Rolnicy, którzy w tym roku ubiegali się o wsparcie bezpośrednie, na początek 2015 r., tak jak dotychczas, otrzymają od ARiMR wstępnie wypełnione wnioski wraz z materiałem graficznym. Wniosek ten będzie zawierał nowe elementy (w tym ewentualnie dodatkowe załączniki itd.), tym niemniej staraniem ARiMR jest wypracowanie takiego formularza, by jego wypełnienie nie generowało zbyt dużych obciążeń dla rolnika. Tak jak w latach ubiegłych, wniosek będzie również dostępny na stronach ARiMR.

Wraz z wnioskiem, rolnik otrzyma instrukcję jego wypełnienia, do której planowane jest dołączenie dodatkowych materiałów informacyjnych, tak by dodatkowo powiększyć zakres informacji rolnika o nowym systemie wsparcia.

Podobnie do obecnego trybu współpracy, rolnik ubiegający się o wsparcie będzie musiał złożyć wniosek we właściwym ze względu na miejsce zamieszkania lub siedzibę Biurze Powiatowym ARiMR.

Rolnik, który nie składał wniosku o przyznanie płatności w 2014 r., będzie mógł pobrać czysty formularz w biurze powiatowym i oddziałach regionalnych ARiMR lub ze strony internetowej www.arimr.gov.pl. Korzystając z platformy aplikacyjnej umieszczonej na tej stronie, rolnik będzie mógł również złożyć wniosek bezpośrednio przez internet.

Podstawowe terminy obsługi wniosków nie ulegną zmianie, tj. podobnie jak w latach poprzednich rolnik będzie zobowiązany do złożenia wniosku w okresie od 15 marca do 15 maja. Dotychczas obowiązujące terminy realizacji płatności również nie ulegną zmianie.

Zgodnie z oświadczeniem ARIMR, już w styczniu 2015 r. ruszą programy unijne mające na celu rozwój gospodarstw rolnych.

Doradca prawny - Sylwia Dudek



DORADZTWO PRAWNE VIS LEGIS SYLWIA DUDEK
 NIP: 761 155 58 60 REGON: 147425524

Sylwia Dorota Dudek
Doradca prawny

ul. Bielińska 24
 06-400 Ciechanów

tel.: 513 343 742
 E-mail: biuro.vislegis@wp.pl



PS. Doradztwo Prawne **Vis Legis** Sylwia Dudek (ul. Bielińska 24, 06-400 Ciechanów, tel. 513 343 742), świadczy m.in. pomoc prawną w przedmiocie pozyskiwania dotacji unijnych na rozwój gospodarstw rolnych. Konsultacje odbywają się m.in. na terenie gminy Krasnosielc, z którą to autorka tekstu jest rodzinnie związana.

Z wędkarskiego podbieraka

Witam wszystkich miłośników wędkarstwa oraz lubiących spędzać wolne chwile nad wodą. Minął okres wakacyjny, a w świątku wędkarskim cały czas coś się dzieje.

Letni sezon wędkarski 2014 już za nami. Powolutku wędkarze pakują wędkę spławikowe na przyszły sezon. Dopóki pogoda pozwoli, nad wodą można jeszcze spotkać wędkarzy z wędkami spinningowymi, polujących na drapieżniki, tj. szczupaka, sandacza i okonia.

A co w sporcie wędkarskim? Ważnymi zawodami były Spławikowe Mistrzostwa Szkółek Wędkarskich Okręgu Mazowieckiego PZW, które odbyły się 14 września 2014 r. na zalewie miejskim w Makowie Mazowieckim. Udział wzięło 17 szkółek wędkarskich z całego okręgu, oraz gościnnie jedna szkołka wędkarska z okręgu białostockiego PZW. Jak przystało na gospodarzy łowiska, nie mogło zabraknąć naszej szkółki wędkarskiej. W skład naszej drużyny weszli w poszczególnych kategoriach wiekowych: do lat 12 – kol. Jakub Kubaszewski, do lat 14 – kol. Łukasz Kaczmarczyk i do lat 16 – kol. Paweł Wysocki. Przy bardzo wysokim poziomie zawodów, nasza reprezentacja zdobyła wysokie III miejsce, czyli o dwa miejsca lepiej niż w zeszłym roku. Oprócz zawodów drużynowych, była rozegrana kategoria indywidualna (tylko punktacja indywidualna). Obejmowała kategorię wiekową do lat 10, i w tym temacie bardzo miło jest mi pisać, bo I miejsce zdobyła przedstawicielka naszego koła, kol. Nikola Ostrowska. Serdecznie gratulujemy młodym adeptom wędkarstwa sportowego!

5 października 2014 r. na zalewie miejskim, odbyły się ostatnie zawody w wędkarstwie spławikowym. Na zakończenie zostało rozpalone ognisko i odbyło się tradycyjne pieczenie kiełbasek.

Na przełomie października i listopada nasze koło przeprowadziło akcję zarybieniową, i tak: 27 października do zalewu w Makowie wpuściliśmy 750 kg karpia oraz 250 kg lina, nato-

miast 6 listopada zarybiliśmy rzekę Orzyc 200 kilogramami jazia.

Wędkę spławikowe już schowane do wiosny. Czas na spinning. 9 listopada, na zbiorniku po zwirowym Gnojno, odbyły się Jesienne Mi-

strzostwa Koła w wędkarstwie spinningowym. Pogoda nas nie rozpieszczała, ale i tak udział wzięło 30 zawodników w tym 4 juniorów. Tradycyjnego ogniska już nie rozpalaliśmy, gdyż część kolegów wyjeżdżała na Morskie Mistrzostwa Koła. O godz. 13.30 pożegnaliśmy na przystanku autobusowym w Krasnosielcu naszych „wilków morskich”, którzy w godzinach wieczornych dotarli do Władysławowa na nocleg, aby z samego rana wypłynąć na fale Bałtyku, celem upolowania największego dorsza. Po całodziennych walce z falami i wędkami, największego dorsza złowił wędkarz z naszej gminy, kol. Zbigniew Jastrzębski. Gratulacje!

Przed nami koniec roku. W związku z tym, 19 grudnia, w siedzibie koła w Makowie odbędzie się Wędkarskie Spotkanie Wigilijne. A korzystając z okazji, w imieniu Zarządu Koła Polskiego Wędkarskiego Nr 36 „BOLT”, pragnę złożyć wszystkim Czytelnikom „Wieści znad Orzyca” najlepsze życzenia Świąteczne i Noworoczne, a dla kolegów wędkarzy:

*Linów, jazi, brzanek, krapki
 Niech nam Bozia nie poskapi,
 Od boleni i lipieni,
 Niech się w rzekach pięknie mieni,
 Więcej leszczy, mniej jazgarzy,
 Niech nas słonko nie poparzy,
 Mnóstwa zacięć, pięknych holi,
 Dobrej woli i mniej trolli,
 Pelnoluski i sazanów
 Mniej czapli i kormoranów,
 I wódeczki i śledzika,
 Więcej NO KILL, mniej sadzika.
 Pstrągów, kleni, wzdręg i płoci,
 Złotej rybki, co „ozłoci”
 I mniej żółci na wątrobie,
 Życzę wszystkim Wam ...
 ... i sobie!!!*

Z wędkarskim pozdrowieniem

Marek Smółka
 Sekretarz Zarządu Koła PZW Nr 36
 „BOLT”



Idzie zima, idzie ...

... wielkimi krokami! Na razie słycać tylko szuranie jej śnieżnych butów (tu i ówdzie sypnęło śniegiem - na Podlasiu dosyć konkretnie), słupek rtęci (wrrrć, spirytusu, bo rtęć zakazana i trująca) na termometrze niezbyt chętnie wychyla się ponad zero, za to w dół jak najbardziej. Jeśli dodamy do tego rozbrzmiewające w pewnym sklepie kołеды (!?), to jakby za kilka dni czekała na nas ucztą wigilijna, a to przecież jeszcze adwent się nie zaczął...

No dobrze, gwiazdka jeszcze daleko, kto był niegrzeczny ma jeszcze czas, aby się poprawić, co by Mikołaj różgi nie przyniósł, porządki świąteczne jeszcze w lesie, karpie niczego nieświadome spokojnie pluskają się w stawach, a co w ogrodzie, Kochani?

- Czy Wasza grządka przepokopana jak należy i nawieziona Dolomitem?

- Czy magnolie, hortensje, rododendrony, azalie, róże i inne krzewy, które boją się naszej zimy, okryliście agrowłókniną zimową?

- Czy posadziliście tulipany, narcyzy, krokusy, hiacynty, aby wiosną cieszyły Wasze oczy?

- Czy schowaliście skrzynki z pelargoniami przed mrozem, aby w styczniu pozyskać z nich nowy materiał na sadzonki?

- Czy rozsypaliście jesienny nawóz pod iglaki, trawniki, aby lepiej przetrwały zimę?

- Czy wygrabiliście liście spod kasztanowców i spaliliście je, aby zlikwidować wstrętne go szkodnika tych pięknych drzew, szrotówka kasznocowiaczka?

- Czy zaopatrzyliście się w preparaty rozpuszczające lód na schodach, chodnikach, podjazdach, które nie szkodzą roślinom rosnącym obok?

Jeśli w tym krótkim teście padło z Waszej strony 7*TAK, to po prostu jestem z Was dumna! Dbacie o swoją działkę jak należy, a ona odwdzięczy się za to już za kilka miesięcy! Powinnam jeszcze przeprowadzić taki mały test dotyczący pielęgnacji roślin doniczkowych zimą w domowych warunkach, ale wiem z dobrze poinformowanych źródeł, że ten temat macie „obcykany” na tip-top!

Dosyć już tych pytań, a swoją drogą to dobrze, że przy tych pytaniach nie było kratek, w których trzeba postawić znak X (jak na wyborach), bo jeszcze bym zawstydziła Państwową Komisję Wyborczą i w terminie krótszym niż 6 dni ogłosiła wyniki!

Kochani, nie mamy żadnego wpływu na to, jaka ta zima będzie - czy da nam w kość, czy pozwoli zaoszczędzić na ogrzewaniu, ale mamy pewność, że kiedyś sobie pójdzie! I tego się trzymajmy.

Pozdrawiam ciepło Iwona Pogorzelska

Wieści z GUKS-u

Bardzo szybko minął pierwsza runda jesien na GUKSU w A-klasie. No cóż nie ukrywamy, że trzynaste miejsce w ligowej tabeli jest zadowalające, ale także pamiętajmy, że była to pierwsza runda w nowej lidze, a co za tym idzie nowi przeciwnicy, nowe pole gry i inne nastawienie psychiczne.

Nie można powiedzieć, że zawodnikom naszej drużyny brak ducha walki i bojowego nastawienia, może po

Wraz z końcem rundy przychodzi czas na podsumowanie piłkarskiej jesieni. Tak jak wyżej wspominałam GUKS zajął trzynaste miejsce, zdobywając 10 punktów, do lidera A-klasy traci aż 20 punktów, natomiast do trzeciej drużyny 15. Runda jesienna zaczęła się obiecująco, trzy punkty na wyjeździe z drużyną KS Wąsewo, później ulegliśmy na boisku przeciwników, drużynie ALDO Bartnik Myszyńiec, tydzień później znów mecz na obcym boisku i tym razem to nasza drużyna okazała się być lepsza, pokonując zespół Sokół Grudusk. 13 września także spotkanie na wyjeździe z drużyną KS Pniewo 2004 i porażka GUKSU. Pierwszy mecz u siebie w A-klasie GUKS przegrał 1:2 z zespołem Gryf Kownaty Żędowe. Tydzień później na wyjeździe ugraliśmy remis



prostu brakło nam szczęścia? Może bramka przeciwników jest zaczarowana? :)

Lp.	Nazwa drużyny	Punkty
1	PAF Płońsk	30
2	Żak Szeńsk	25
3	KS Wąsewo	25
4	GKS Strzegowo	24
5	Kryształ Gliniojeck	24
6	ALDO Bartnik Myszyńiec	21
7	Jutrzenka Unieck	20
8	Świt Baranowo	17
9	Gryf Kownaty Żędowe	17
10	Gladiator Słozzewo	17
11	Orzeł Sypniewo	15
12	KS Pniewo	13
13	GUKS Krasnosielc	10
14	Sokół Grudusk	0

Miejmy nadzieję, że nasza drużyna w rundzie wiosennej pokaże innym zespołom z A-klasy, że i oni potrafią wygrywać mecze i tym samym awansują parę miejsc wyżej w tabeli.

z zespołem Gladiator Słozzewo. 28 września odbył się mecz, na który czekali wszyscy kibice, GUKS zmierzył się z drużyną Orła Sypniewo, niestety GUKS odniósł porażkę. 5 października nasz team podejmował drużynę z Baranowa, mecz zakończył się wynikiem 4:1 dla Świtu. 12 października na własnym polu walki GUKS rozegrał spotkanie z drużyną Żak Szeńsk, po ciężkiej walce odniósł zwycięstwo 4:3. Tydzień później na wyjeździe GUKS podejmował zespół GKS Strzegowo, tym razem porażka 1:5. 26 października na błoniach odbył się mecz GUKSU z zespołem Kryształ Gliniojeck, niestety również przegraliśmy, tym razem 1:4. 2 listopada na boisku drużyny PAF Płońsk, GUKS odniósł wysoką porażkę 2:6. Ostatni mecz rundy jesiennej odbył się na naszym boisku, niestety GUKS przegrał z zespołem Jutrzenka Unieck, skromnie 0:1.

Pod względem czasu spędzonego na boisku Tomek Urbański jest bezkonkurencyjny, tuż za nim znajdują się Kamil Załęski i Adam Milewski. Jeśli chodzi o ilość bramek zdobytych dla naszej drużyny, najwięcej bo aż 12 - ma Kamil Załęski, drugie miejsce zajmuje Krzysztof Pawełski z pięcioma bramkami. Najlepsi asystujący to: Tomek Urbański i Przemysław Milewski.

Zdjęcie pochodzi ze strony:

www.gukskrasnosielc.futbolowo.pl

Marta Pajewska

KURP-DACH
PRODUCENT BLACH DACHÓWKOWYCH
I TRAPEZOWYCH

Dziś zamawiasz u nas materiały na dach - najpóźniej za trzy dni masz je u siebie. Przyjedziemy do ciebie i bezpłatnie dokonamy pomiarów, doradzimy co kupić, by było i solidnie i tanio. Zamówiony towar dowozimy bezpłatnie. **Zadzwoń: 29 767 31 07 Napisz: biuro@kurpdach.pl**

Dach w 3 dni!

Rosół – tradycyjna polska zupa

W dawnej Polsce zupy nie gościły na stole za często. Jadano głównie ryby, dziczyznę, drób, wołowinę, rzadziej wieprzowinę - z kaszą, warzywami, makaronem. Z zup (zwanych polewkami) znana była zupa piwna, czernina, barszcz biały i „burakowy”, ale zawsze królował rosół. Dawne panie domu miały na niego po kilka przepisów, odziedziczonych po matce i babce. Z biegiem lat w bogatszych domach zupy zaczęły stanowić nieodzowną część obiadu, w chłopskich chatach zaś były głównym posiłkiem porannym lub południowym.

W książce kucharskiej „Kuchnia wzorowa” z 1882 roku rozdział „Zupy” otwiera przepis na rosół. „Najsmaczniejszy rosół bywa z mięsa wołowego, z dodatkiem cielęciny i kury, lub przynajmniej dróbek z kur lub indyków”. Powinniśmy gotować go bardzo wolno, trzy do czterech godzin, szumując, dolewając wrzątku w miarę wygotowania się wody. „Rosół posolić, włożyć włoszczyzny rozmaitej, jako to: pietruszki w korzonkach, selerów pokrajanych w ćwiartki, porów, marchwi, bulwę, a nawet jedną cebulę w całości, z łupiną pierwej na blaszę upieczoną, jeden lub dwa suszone grzybki. Kalafiory i kapusta włoska dodają bardzo dobrego smaku; należy je sparzyć i włożyć na godzinę przed wydaniem na stół”.

Rosół można było też przyrządzić z cielęciny lub z kury, ale zalecano gotować krócej, bo mięso jest delikatniejsze. „Rosół cielęcy lub z drobiu podaje się tylko z ryżem, kaszką zacieraną jajkiem lub kłuseczkami leniem”.

Książka dziewiętnastowiecznej wyroczni kulinarnej, Lucyny Ćwierczakiewiczowej podaje przepisy na różne odmiany rosółów. Na przykład rosół rumiany, z mięsa wołowego i warzyw zrumienionych uprzednio w rondlu na odrobinie łożu wołowego. Dodatek szparagów, groszku zielonego i kalafiora zagęszczał zupę, więc nie podawano do niej makaronu. Albo ro-

sół francuski – do zupy wkłada się pokrojoną włoską kapustę, kalarepki, pory i czosnek. Do tej zupy (obecnie byśmy ją nazwali jarzynową, lub kapuśniakiem ze słodkiej kapusty) podawano „groszek ptisiowy” lub „przy piekane grzanki z bułki, a mięso z rosółu podaje się osobno obłożone jarzynami”.

Rosół ma tę zaletę, że gotuje się praktycznie sam, jest bardzo pożywny (podaje się go chorym na wzmocnienie), rozgrzewa, jest łatwostrawny, zabija też ponoć wirusy. Rzeczywiście, najwięcej wartości ma ten gotowany na wołowinie z dodatkiem części drobiowych. Przed wojną u rzeźnika kupowało się wołowinę na rosół, w skład której wchodziły trzy, cztery rodzaje mięsa, jak przęga, krzyżowa, kości. Ale i rosół z domowej kury nie ma sobie równych! Zasadą jest, by mięso, dobrze wcześniej opłukane, zalać zimną wodą, zagotować i po kilku minutach zdjąć szumowiny. Dopiero wtedy dodajemy włoszczyznę, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz i nieco soli. Gotujemy na małym ogniu co najmniej 2 godziny. Przed końcem gotowania doprawiamy do smaku solą, pieprzem, a na talerzu posypujemy siekaną natką lub koperkiem.

A co z mięsem z rosółu?

Sztuka mięsa w sosie musztardowym

Wołowinę z rosółu kroimy na mniejsze kawałki. Przygotowujemy sos: do rondelka wlewamy pół litra letniego rosółu, mieszamy trzepaczką z trzema łyżeczkami mąki pszennej, łyżką śmietany i czubatą łyżeczką musztardy, i na wolnym ogniu doprowadzamy do wrzenia. Doprawiamy do smaku solą i szczyptą pieprzu, wkładamy kawałki mięsa i podgrzewamy mieszając 5 minut. Podajemy z tłuczonymi ziemniakami, surówką z kapusty kiszzonej, gotowanymi buraczkami lub korniszonem.

Kura z rosółu

Mięso oddzielamy od kości, starając się zachować większe kawałki. Na patelni rozgrzewamy olej. W misce ubijamy pianę z 2 białek, dodajemy 2 żółtka i 2 łyżki mąki – wszystko delikatnie mieszamy. Dodajemy szczyptę soli,

pieprzu, majeranku, porcje mięsa zanurzamy w cieście i kładziemy na patelnię. Smażymy z obu stron. Pod koniec smażenia można dodać łyżkę masła dla podniesienia smaku. Podajemy z ziemiankami i jarzyną gotowaną oraz zieloną sałatą.

A skoro jesteśmy przy kuchni staropolskiej, to coś na deser:

Kisiel karmelowy

2 szklanki mleka, 2 płaskie łyżki maki ziemniaczanej, płaska łyżka mąki pszennej, cukier waniliowy, łyżeczka masła, 2 łyżki cukru, łyżka cukru na karmel.

Cukier skarmelizować na patelni, wlać odrobinę wody. Szklankę mleka zagotować z cukrem i masłem. W reszcie mleka zrobić mąkę i wlać na gotujące się mleko, dodać karmel i mieszając zagotować, przełożyć do miseczek.

Kisiel jabłkowy

3 jabłka, 2 łyżki mąki ziemniaczanej, 1 płaska łyżka mąki pszennej, 2 łyżki cukru, sok z połowy cytryny, 1 szklanka soku jabłkowego, 1 szklanka wody.

Z części wody i mąki zrobić zawiesinę. Resztę wody zagotować z cukrem, sokiem jabłkowym i cytrynowym. Rozrobioną mąkę wlać na gotujący się sok, mieszając zagotować. Do gorącego kisielu dodać obrane i starte na tarce jabłka.

Galaretka pomarańczowa

4 pomarańcze, 1,5 łyżki żelatyny, 1 cytryna, 80 g cukru, sok pomarańczowy - gotowy lub świeżo wyciśnięty, 200 ml śmietany 30% do ubicia, łyżka cukru pudru.

Żelatynę namoczyć w trzech łyżkach wody, żeby napęczniała. Pomarańcze po wyszorowaniu i przekroić na pół, wycisnąć z nich sok, a skórki pozostawić, gdyż w nich można podać galaretkę. Sok wyciśnięty z pomarańczy uzupełnić sokiem gotowym do ok. 700 ml, dodać sok z jednej cytryny (może być z limonki), cukier, żelatynę - podgrzaną i rozpuszczoną. Wszystkie składniki dokładnie wymieszać. Rozlać do miseczek i wstawić do lodówki. Galaretkę udekorować bitą śmietaną.

A ile zachodu wymagało zrobienie budyniu waniliowego, bo przecież nie znano tego w proszku w torebkach:

Budyń waniliowy tradycyjny

20 dag cukru, 3 jajka, 2 żółtka, 1/2 l mleka, 1/2 laski wanilii lub łyżeczka cukru waniliowego, syrop malinowy lub wiśniowy, olej do foremek.

Jajka i żółtka roztrzepać, wsypać połowę cukru, utrzeć. Mleko zagotować z miąższem wanilii lub cukrem wanilinowym. Wlewać powoli do masy jajecznej, cały czas mieszając, aż wszystkie składniki się połączą. Pozostały cukier wsypać do rondelka, wlać łyżkę wody, podgrzewać kilka minut na małym ogniu, cały czas mieszając, aż powstanie gęsty karmel.

6 foremek lub żaroodpornych miseczek posmarować olejem, wlać warstwę masy karmelowej (ok. 3 mm). Masę jajeczną przełożyć przez sito, napełnić foremki.

Do dużej formy nalać wody do wysokości ok. 2 cm. Wstawić foremki z kremem, piec ok. 30 minut w piekarniku rozgrzanym do temp. 180 stopni C. Ostudzić. Budyń wyjąć ostrożnie na talerzyki (ewentualnie oddzielić za pomocą noża), polać syropem.

Małgorzata Bielawska

www.sps-handel.pl

ZIELONY MARKET

U Nas liczą się... niskie ceny!

Drążdżewo

KALODOBOWY 24h ZIELONY MARKET

Sala Bankietowa tel. 602 183 305

Krasnosielc ul. Rynek 41

Krzyżówka z okienkiem

Poziomo:

1) szkolny dokument tożsamości; 5) złoty lub czerwony w herbie Krasnosielca; 6) Żółte, Czerwone lub ...siódme; 7) budowla, w której łatwo się zagubić; 12) zdrobnienie od imienia naszego „Wieściowego” rysownika; 13) dziesięć setek; 14) dzieli budynek na kondygnacje; 17) dawne narzędzie do młócenia zboża; 18) kuzynka kaktusa, z jej soku produkuje się tequilę; 19) grupa najbardziej aktywnych członków organizacji ...w TPZK skupiona w redakcji „Wieści znad Orzyca”.

Pionowo:

1) dyscyplina obejmująca bieganie skakanie i rzuty; 2) niewielka wada, uchybienie; 3) nazwa choroby związanej z kapliczką ze zdjęcia; 4) imię ks. diekana z Krasnosielca; 8) okrągła budowla obronna; 9) miał pieczęć nad majątkiem ziemskim; 10) urodzinowe ciasto; 11) klocki, które podbiły świat; 14) potocznie o ośrodku odnowy biologicznej z basenami, hydromasażami; 15) nacięcie grawerskie; 16) wyjątkowo dumny ptak.

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 17, w prawym dolnym rogu, utworzą rozwiązanie – nazwę obiektu na zdjęciu.

1	2	3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16	17	

Mirosław
Chodkowski

Rozwiązanie **Krzyżówki z okienkiem z numeru poprzedniego**

Poziomo: pańszczyzna, kłapa, Inter, elektrownia, skiba, alibi, Jan, organ, elana. Pionowo: pierwszeństwo, zlikwidowanie, zwiastun, Anna, realista, epilog, Trajan, idea.

Hasło: **POLSKA JESIEŃ.**

Zaopiekuj się mną!

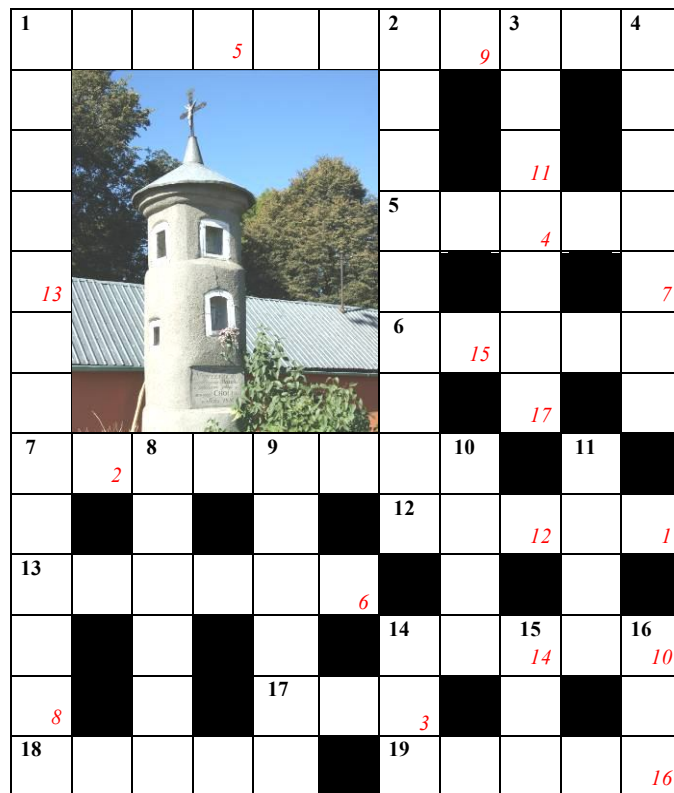
Dwie śliczne znajdy szukają swoich nowych (a może starych) domów.

Małeńka, około trzyletnia suka w typie jamnika błękała się w Grądach. Jest bardzo ufna, łąsa na każdy kąsek, miła i pogodna. Lubi towarzystwo innych psów, a z kotami jest za pan brat.

Dla miłośników większych ras jest około czteroletni przystojniak - owczarek niemiecki, znaleziony w Wólce Drażdewskiej. Poważny, stonowany, trochę nieufny. Odrobina serca i trochę szynki na pewno sprawi, że stanie się wiernym przyjacielem i wspaniałym stróżem obejścia.

Oba psiaki w momencie adopcji będą odrobaczone i zaszczepione przeciwko wściekliznie. Kontakt – Gabinet Weterynaryjny Nowy Sielec 12A – telefon 604 645 355.

Redakcja



GOK Zaprasza - grudzień '14

www.gokkrasnosielc.pl

Zapraszamy do odwiedzania naszej strony internetowej, na której jest bogata galeria zdjęć i relacji z imprez oraz szereg aktualności.

Zajęcia popołudniowe w GOK

Poniedziałek: 16-18 Warsztaty Malarskie cz. I, 18-20 Warsztaty Malarskie II cz. Prowadząca: Stefania Skibińska-Bystrek, 5 zł/spotkanie. 18:20- ZUMBA Zajęcia prowadzi Patryk Łazicki, koszt 40 zł za kartę czterech wejść.

Wtorek: 16-18 Warsztaty Malarskie

Środa: 20:30 Zajęcia Gimnastyczne dla dorosłych

Czwartek: godz. 16:30 Fitness dla grupy 50+ w cenie 25 zł. miesięcznie godz. 17 - Warsztaty Filcowania dla młodzieży i dorosłych. 25 zł/miesiąc, prowadząca: Anna Orłowska

Piątek: 16 - warsztaty dla dzieci i młodzieży „Coś z niczego”. Zajęcia nieodpłatnie prowadzi Bożena Warych.

Sobota: 11-14 zajęcia Grupy tanecznej dla dzieci. Prowadzi Agnieszka Gałązka, zajęcia nieodpłatne.

10 grudnia 2014r.- rozstrzygnięcie konkursu pt. „Najładniejsza kartka bożonarodzeniowa”. Wyniki będą opublikowane na stronie internetowej GOK oraz przekazane do szkół i przedszkoli.

14 grudnia 2014r. (niedziela) Bożonarodzeniowy konkurs kulinarny pt. „Aromatyczne święta” dla wszystkich osób zainteresowanych z Gminy Krasnosielec. Będzie okazja popisać się swoimi zdolnościami w kilku kategoriach: dania mięsne, rybne, mączne, ciasta, pierniki, sałatki oraz kompoty i nalewki. Szczegóły w GOK, na stronie internetowej GOK, oraz w Kołach Gospodyń Wiejskich. Zapraszamy wszystkich chętnych.

Wieści znad Orzyca

miesięcznik
Towarzystwa
Przyjaciół Ziemi
Krasnosielckiej



egzemplarz bezpłatny

Wydawca: Towarzystwo Przyjaciół Ziemi Krasnosielckiej, 06-212 Krasnosielec, ul. Rynek 40a, tel. 29 71 75 205
Nr konta TPZK: 29 8917 0001 0000 1544 2000 0010 Bank Spółdzielczy w Krasnosielcu

Zespół redakcyjny: Sławomir Rutkowski kom. 796 030 115 rutkowski.plus@gmail.com

Tomasz Bielawski kom. 604 645 355 dotomka@vp.pl Małgorzata Bielawska kom. 692 781 745 domalagos@gmail.com

Mirosław Chodkowski oraz Alicja Grabowska, Magdalena Kaczyńska, Iwona Pogorzelska, Danuta Szych

Zespół redakcyjny zastrzega sobie prawo do skracania i adiacji publikowanych tekstów, a także opatrywania ich własnymi tytułami. Poglądy wyrażane w artykułach są poglądami ich autorów a nie wydawcy. Wydawca może wykorzystywać powtórnie lub udostępniać materiały wcześniej opublikowane przez TPZK.

Nakład: 1 000 egz. Druk: Drukarnia J.J. Maciejewscy, Przasnysz ul. Gdańska 1