



★
MOC
RADOŚCI
DOBROCI
SERDECZNOŚCI
OBFITOŚCI
W TE ŚWIĘTA
ŻYCZY
INFO
ZAŁOGA



*Błogosławionych Świąt Bożego Narodzenia,
serdecznych spotkań
w rodzinnym gronie
oraz wszelkiej pomyślności
w nowym roku 2020*

*życzy Starosta Sokólski Piotr Rećko
wraz z Zarządem Powiatu
i Przewodniczący Rady
Krzysztof Krasiński wraz z Radą Powiatu*



Portret św. Mikołaja

Od kilku tygodni podopieczni internatu pod czujnym okiem wychowawców rozwijali w czasie wolnym swoje zdolności i zainteresowania, tworząc prace plastyczne pt. „Portret św. Mikołaja”. Jesienne, listopadowe wieczory upłynęły dzieciom w miłej i twórczej atmosferze.

Od 4 grudnia prace można podziwiać na wystawie zorganizowanej w Oddziale dla Dzieci Biblioteki Publicznej w Sokółce.

Prace naszych wychowanków zawsze przyciągają wzrok i uzyskują uznanie odwiedzających bibliotekę.

Dziękujemy za wieloletnią współpracę i możliwość prezentacji twórczości dzieci z Ośrodka w lokalnym środowisku.

Organizatorki: Beata Boguszewska, Katarzyna Bubieniec



...I gdzie ta Gwiazdka?

Próbowali znaleźć odpowiedź na to pytanie uczestnicy zimowego konkursu recytatorskiego pod tytułem „Gdzie ta Gwiazdka? W oczekiwaniu na Święta”, który odbył się 13 grudnia w Bibliotece Publicznej w Sokółce.

Do rywalizacji stanęli przedstawiciele klas IV-VI ze szkół podstawowych miasta i gminy. Uczniowie zaprezentowali wybrane wiersze o tematyce świątecznej, które pozwoliły

poczuć zbliżającą się magię Bożego Narodzenia. Jury (Agnieszka Kozakiewicz, Dorota Biziuk, Małgorzata Gryszel) miało nie lada zadanie, jednak spośród 23 uczestników konkursu należało wybrać zwycięzców.

Pierwsze miejsce przyznano Piotrowi Tomaszowi Sawickiemu ze Szkoły Podstawowej w Boguszach, II miejsce - Martynie Powajbie ze Szkoły Podstawowej nr 1 w Sokółce, III - Marlenie Ochrymiuk ze Szkoły Podstawo-

wej nr 1 w Sokółce. Wyróżnienie przypadło Idzie Krawiel ze Szkoły Podstawowej nr 3 w Sokółce oraz Jakubowi Jakimikowi ze Szkoły Podstawowej nr 2 z Oddziałami Integracyjnymi w Sokółce.

Wszyscy uczestnicy otrzymali pamiątkowe dyplomy potwierdzające udział w konkursie oraz słodczyce, a zwycięzcy – także nagrody rzeczowe.

Dzieciom należą się gratulacje za odwagę i dobór repertuaru. Informuje Beata Grecka z Biblioteki Publicznej w Sokółce.



OGŁOSZENIE PŁATNE

PCPR
SOKÓŁKA

KANDYDACI NA RODZICÓW ZASTĘPCZYCH I ADOPCYJNYCH BĘDĄ SZKOLENI W SOKÓŁCE.
Projekt pt. „Wspieramy Rodziny Zastępcze i Osoby Usamodzielniające się z terenu Powiatu Sokólskiego”

Projekt „Wspieramy rodziny zastępcze i osoby usamodzielniające się z terenu Powiatu Sokólskiego” realizowany jest w ramach OSI priorytetowej VII Poprawa spójności społecznej, Działania 7.2 Rozwój usług społecznych Poddziałania 7.2.1 Rozwój usług społecznych i zdrowotnych na rzecz osób zagrożonych wykluczeniem społecznym Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podlaskiego na lata 2014-2020.”

Dwóch pracowników Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie ukończy w kwietniu 2020 roku szkolenie dla Trenerów Programu PRIDE i otrzyma certyfikaty potwierdzające uprawnienia do prowadzenia szkoleń dla kandydatów na rodziców zastępczych i adopcyjnych. Warunkiem otrzymania certyfikatów Programu PRIDE jest poprowadzenie szkolenia dla własnej grupy kandydatów na opiekunów zastępczych lub rodziców adopcyjnych (w ramach rozpoczętego szkolenia dla trenerów), aktywny udział w superwizjach (szkolenia z grupą kandydatów na rodziny będą superwizowane przez master-trenerów), udział w konsultacjach indywidualnych i superwizjach grupowych. Kandydaci na trenerów muszą także wykazać się kompetencjami niezbędnymi do samodzielnego prowadzenia szkoleń według standardów programu, pracy z grupą w oparciu

o proces grupowy i proces równoległy, pracy zespołowej, współpracy w parze trenerskiej, pracy własnej (rozpoznawania własnych mocnych stron i potrzeb jako trenera), kwalifikacji kandydatów.

Uzyskanie uprawnień trenerskich przez pracowników PCPR pozwoli zabezpieczyć potrzeby PCPR w zakresie szkoleń kandydatów na rodziny zastępcze. Dotychczas korzystano z usług podmiotów zewnętrznych, co na ogół wiązało się z koniecznością poszukiwania na terenie sąsiadujących powiatów podmiotu realizującego szkolenie w terminach umożliwiających kandydatom wywiązanie się z obowiązku ukończenia szkolenia do dnia określonego przez Sąd. Szkolenie dla kandydatów trwa 60 godzin, zatem konieczność wielokrotnych dojazdów do Białegostoku powodowało też znaczne niedogodności dla kandydatów.

Materiał PCPR w Sokółce

Starosta Sokólski Piotr Rećko, Dyrektor Alicja Rysiejko i pracownicy PCPR w Sokółce biorący udział w projekcie pt. „Wspieramy rodziny zastępcze i osoby usamodzielniające się z terenu Powiatu Sokólskiego” składają uczestnikom projektu jak i wszystkim rodzinom zastępczym z Powiatu Sokólskiego życzenia:

Radosnych Świąt Bożego Narodzenia, odpoczynku w rodzinnym gronie oraz pasma sukcesów i spełnienia najskrytszych marzeń w nadchodzącym nowym roku 2020.



Fundusze Europejskie
Program Regionalny



Rzeczpospolita
Polska



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Projekt pn. „Wspieramy rodziny zastępcze i osoby usamodzielniające się z terenu Powiatu Sokólskiego” jest realizowany w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podlaskiego na lata 2014-2020 i współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

Fabryka pierników

Jesteśmy już po warsztatach... było smacznie, kolorowo i wesoło, a dowodem na to są przepięknie ozdobione pierniczki, które schodziły jak świeże bułeczki. Dziękujemy za tak duże zainteresowanie. Tych, którym nie udało się załapać w tym roku na przedświąteczny szal tworzenia pierniczków, zapraszamy za rok.

ZSR w Sokółce



ALI BABA i czterech rozbójników

Koło recytatorsko-teatralne przy ZSR w Sokółce 16 grudnia wystawiło bajkę muzyczną o Ali Babie. Widownię stanowiły dzieci ze SP w St. Rozedrance oraz SP nr 1 w Sokółce. Młodzież przygotowywała się podczas warsztatów teatralnych pod opieką Mariusza Orzelka oraz Agnieszki Kuklik i Jolanty Czyżewskiej. Przedsięwzięcie finansowane było przez MKiDN oraz Księgarnię A kuku w Sokółce, realizującą proj. „Przygoda z książką”. Bardzo dziękujemy wszystkim osobom zaangażowanym w projekt, mamy nadzieję, że było to ciekawe doświadczenie, które dostarczyło mnóstwa wrażeń. Informacja ZSR w Sokółce, fot.: T. Otoka



Krynki: Opłatek seniorów

We wtorek, 17 grudnia w sali GOK-u, przy wsparciu dyrektora Gminnego Ośrodka Kultury w Krynkach Elżbiety Czeremcha, odbyło się spotkanie opłatkowe kryńskiego Koła Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów. Zaproszenie przyjęła Burmistrz Jolanta Gudalewska, która korzystając z okazji, złożyła obecnym świąteczno-noworoczne życzenia.

Osoby należące do Koła PZERiI są bardzo aktywną grupą w naszym środowisku. Atmosfera

spotkania była bardzo serdeczna, śpiewano kolędy zaś pani Anna Ulman odczytała swoje wigilijne wiersze. A wszystko to odbyło się przy blasku świec, smakowitych słodkościach oraz kawie i herbacie. Przewodnicząca Koła PZERiI pani Bogumiła Sołowiecz każdemu z uczestników wręczyła drobne upominki. Miło nam było gościć tak sympatyczną grupę, z którą współpraca jest samą przyjemnością.

Informacja (LJ, ECZ) GOK w Krynkach



OGŁOSZENIE PŁATNE

Podsumowanie realizacji projektu pn. „Kompetentni i wykwalifikowani”

31 grudnia br. Powiat Sokółski kończy realizację projektu pn. „Kompetentni i wykwalifikowani” współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej realizowanego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podlaskiego na lata 2014 - 2020, Oś priorytetowa III Kompetencje i Kwalifikacje, Działanie 3.3 Kształcenie zawodowe młodzieży na rzecz konkurencyjności podlaskiej gospodarki, Poddziałanie 3.3.1 Kształcenie zawodowe młodzieży na rzecz konkurencyjności podlaskiej gospodarki – poza ZIT BOF.

Projektem objęte zostały szkoły i placówki systemu oświaty, dla których organem prowadzącym jest Powiat Sokółski, prowadzące kształcenie zawodowe, tj. Zespół Szkół Zawodowych im. E. Orzeszkowej w Sokółce, Zespół Szkół Rolniczych im. mjr. H. Dobrzańskiego - Hubala w Sokółce, Zespół Szkół im. gen. N. Sulika w Dąbrowie Białostockiej, Zespół Szkół w Suchowoli oraz Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy im. J. Korczaka w Sokółce.

Głównym celem projektu było kształtowanie i rozwijanie zdolności uczniów ww. szkół poprzez podniesienie ich kompetencji kluczowych niezbędnych na rynku pracy, wzmocnienie kształcenia zawodowego, szkolenie i edukacja mająca wpływ na osobisty rozwój ucznia w kontekście konkurencyjności podlaskiej gospodarki, ułatwienie

startu w dorosłe życie i pomoc w wyborze ścieżki kariery zawodowej.

W ramach projektu: przeprowadzono 335 godzin zajęć dodatkowych z jęz. angielskiego dla 100 uczestników, 240 godzin zajęć dodatkowych z ICT dla 100 uczestników, 336 godzin zajęć dodatkowych z przedmiotów ogólnokształcących i zawodowych dla 200 uczestników; sporządzono Indywidualne Plany Edukacyjno-Zawodowe dla 100 uczestników, przeprowadzono 234 kursy specjalistyczne, w tym: obsługi koparko-ładowarki, magazyniera z obsługą wózków jezdniowych, kosmetyczny, fryzjerski, spawacza, prawa jazdy kat. B, kombajnisty, małej rachunkowości, obsługi programów księgowych, dekoratorski, obsługi kas fiskalnych, na łączną kwotę blisko 300 tys. zł. Przyznano 208 stypendiów naukowych za wyniki w nauce na łączną kwotę 249 600 zł. Wyposażono pracownie i warsztaty szkolne ZSZ w Sokółce na kwotę blisko 170 tys. zł.

ZSZ IM. E. ORZESZKOWEJ W SOKÓŁCE: przeprowadzenie zajęć dodatkowych z jęz. angielskiego – łącznie 125 godzin (70 uczniów), przeprowadzenie warsztatów tematycznych w za-

kresie narzędzi technologii informacyjno-komunikacyjnych (ICT) – łącznie 96 godzin (40 uczniów); przeprowadzenie kursów specjalistycznych, w zakresie: obsługi koparko-ładowarki (12), magazynier z obsługą wózków jezdniowych (5), kurs spawacza (9), kurs prawa jazdy kat. B (12); sporządzenie Indywidualnych Planu Edukacyjno-Zawodowego (28); przeprowadzenie 31 godzin dodatkowych zajęć wyrównawczych z przedmiotów ogólnokształcących (30) i 42 godzin dodatkowych zajęć z przedmiotów zawodowych (29), pomoc stypendialną - przyznanie 47 stypendiów naukowych za wyniki w nauce; wyposażanie pracowni i warsztatów szkolnych poprzez zakup pełnego wyposażenia dydaktycznego do praktycznej nauki zawodu dla uczniów ZSZ w Sokółce do pracowni komputerowej w postaci 10 markowych zestawów komputerowych wraz ze specjalistycznym oprogramowaniem do programowania obrabiarek sterowych numerycznie CAD/CAM – EDU ESPRIT, 2 symulatorów do nauki programowania CSMD HAAS, urządzenia wielofunkcyjnego A3 laser mono Konica Minolta bizhub 226 oraz projektora multimedialnego EPSON EH-TW565 z ekranem projekcyjnym Celexon Economy

160 cm. Wyposażenie uzupełniły 2 nowoczesne tokarki uniwersalne z odczytem cyfrowym CD 410x1000 do pracowni warsztatowej. Łączny koszt zakupu wyposażenia to blisko 153 tys. zł.

ZSR IM. MJR H. DOBRZAŃSKIEGO - HUBALA W SOKÓŁCE: Przeprowadzenie zajęć dodatkowych z języka angielskiego – łącznie 56 godzin (99); przeprowadzenie warsztatów tematycznych w zakresie narzędzi technologii informacyjno-komunikacyjnych (ICT) – łącznie 66 godzin (51), przeprowadzenie kursów specjalistycznych, w zakresie: obsługi koparko-ładowarki (11), magazynier z obsługą wózków jezdniowych – 1 uczestnik, kurs spawacza (6), kurs prawa jazdy kat. B (44), sporządzenie Indywidualnych Planu Edukacyjno-Zawodowego (38), przeprowadzenie 52 godzin dodatkowych zajęć wyrównawczych z przedmiotów ogólnokształcących (48) i 46 godzin dodatkowych zajęć wyrównawczych z przedmiotów zawodowych (50), pomoc stypendialną - przyznanie 117 stypendiów naukowych za wyniki w nauce.

ZS IM. GEN. N. SULIKA W DĄBROWIE BIAŁOSTOCKIEJ: Przeprowadzenie zajęć dodatkowych z języka angielskiego – łącznie 23 godzin (4), przeprowadzenie

warsztatów tematycznych w zakresie narzędzi technologii informacyjno-komunikacyjnych (ICT) – łącznie 30 godzin (4), sporządzenie Indywidualnych Planu Edukacyjno-Zawodowego (2), przeprowadzenie 10 godzin dodatkowych zajęć wyrównawczych z przedmiotów ogólnokształcących (2), pomoc stypendialną - przyznanie 1 stypendium naukowego za wyniki w nauce.

ZS W SUCHOWOLI: Przeprowadzenie zajęć dodatkowych z języka angielskiego – łącznie 132 godzin (27), przeprowadzenie kursów specjalistycznych, w zakresie: obsługi koparko-ładowarki, magazynier z obsługą wózków jezdniowych (5), kurs spawacza (3), kurs prawa jazdy kat. B (6), sporządzenie Indywidualnych Planu Edukacyjno-Zawodowego (20), przeprowadzenie 45 godzin dodatkowych zajęć wyrównawczych z przedmiotów ogólnokształcących (14) i 40 godzin dodatkowych zajęć wyrównawczych z przedmiotów zawodowych (14), pomoc stypendialną - przyznanie 36 stypendiów naukowych za wyniki w nauce.

SOSW W SOKÓŁCE: Przeprowadzenie warsztatów tematycznych w zakresie narzędzi technologii informacyjno-komunikacyjnych (ICT) – łącznie 48 godzin (5), sporządzenie Indywidualnych Planu Edukacyjno-Zawodowego (12), przeprowadzenie 30 godzin dodatkowych zajęć wyrównawczych z przedmiotów ogólnokształcących (6) i 40 godzin dodatkowych zajęć wyrównawczych z przedmiotów zawodowych (7), pomoc stypendialną - przyznanie 7 stypendiów naukowych za wyniki w nauce.

opr. M. Słyż



Rzeczpospolita
Polska



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Projekt pn. „KOMPETENTNI I WYKWALIFIKOWANI”

współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

EDUKACJA ZA BONY



Kursy języka angielskiego w ramach
wsparcia finansowego
„Bony na Szkolenia”

BONY NA SZKOLENIA. Zintegrowany program rozwoju systemu kształcenia ustawicznego zorientowanego na jakość i potrzeby regionalnej gospodarki w ramach poddziałania 3.2.1 oraz 3.2.2 współfinansowany ze środków EFS w ramach RPO Województwa Podlaskiego na lata 2014-2020, Osi Priorytetowej III Kompetencje i kwalifikacje, Działanie 3.2 Kształtowanie i rozwój kompetencji kadr regionu

Seniorzy uczą się języka obcego

Odwiedziliśmy w przerwie między zajęciami panie z Uniwersytetu Trzeciego Wieku, które skorzystały z szansy jaką dają „Bony na Szkolenia” i uczestniczą w kursie języka angielskiego na poziomie A1/A2 w Zespole Szkół Integracyjnych w Sokółce.

Jak oceniają Panie swoje dotychczasowe postępy w nauce?

Panie, chórem: Jakież tam są, raz lepiej, raz gorzej...

Pani Ania: Troszkę umiemy na pewno.

Do dyskusji włącza się kolejna kursantka: Te cztery godziny wysiedzieć, to jeszcze człowiek wysiedzi, ale żeby to do głowy weszło to już trudniej... (śmiej)

Kolejna pani: Nie, no trochę wchodzi do głowy, nie ma co... Jedne tematy szybciej, drugie wolniej, trzeba je więcej powtarzać. Najgorzej, że nie ma z kim powtarzać po zajęciach.

To muszą się Panie spotykać i rozmawiać po angielsku przy herbatce (śmiej)

Jedna z seniorek: Nie ma za bardzo kiedy, każdy ma swoje obowiązki i rodzinę. Zbliżają się święta, trzeba powoli robić porządki w domu...

Jedna z kursantek: Niektóre tematy są takie, że łatwiej nam je „załapać” - np. ja kolory znam, to już jest łatwiej, zegar też jest dla mnie już łatwiejszy. Niektóre zawody też, bo są to słowa używane w języku potocznym. Są jednak



tematy, które przez zupełnie inny tok myślenia w języku angielskim, trudno nam „przeskoczyć”. Czasami wykładowca daje nam polecenia po angielsku, a my siedzimy i patrzymy jak wół w malowane wrota. Są osoby, które trochę liźnęły tego języka, więc one są mądrzejsze. Mają rodzinę za granicą, czy wyjeżdżały gdzieś częściej. Są też tacy, którzy na studiach mieli angielski.

A jak sprawdza się pani prowadząca?

Pani Anna: Super! Bardzo dobrze tłumaczy, naprawdę i stara się przekazać jak najwięcej informacji - uczy nas poprawnej wymowy, akcentu. Nie możemy narzekać, absolutnie. Jest bardzo cierpliwa, powtarza wszystko aż to do nas trafi. Jesteśmy bardzo zadowolone.

A jak ocenia Pani swoje postępy?

Pani Anna, entuzjastycznie: Nie narzekam, jestem zadowolona. W domu trochę powtarzam, staram się przynajmniej poczytać to, co było na zajęciach i zapamiętać, zrozumieć.

Co sprawia Pani najwięcej problemów?

Pani Anna: Ta wymowa chyba jednak, bo inaczej się pisze, inaczej mówi.

A jak rodzina reaguje na Pani postępy?

Pani Anna: Mówią, że jest dobrze i że mamy bardzo dobrego wykładowcę, skoro zwraca uwagę na wymowę i akcent, i tak dokładnie wszystko tłumaczy.

Materiał: Patrycja A. Zalewska

Powiat Sokółski pozyskał środki finansowe w wysokości 50 156 092,80 zł na realizację projektu pt. „Zintegrowany program rozwoju systemu kształcenia ustawicznego zorientowanego na jakość i potrzeby regionalnej gospodarki w ramach poddziałania 3.2.1 oraz 3.2.2” współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podlaskiego na lata 2014-2020, Osi Priorytetowej III Kompetencje i kwalifikacje, Działanie 3.2 Kształtowanie i rozwój kompetencji kadr regionu. Całkowita wartość projektu wynosi 55 728 992,33 zł. W jego ramach realizowane będą równocześnie dwa programy: Pozaszkolne formy kształcenia dorosłych. Rozwój kompetencji językowych, technologii informacyjnych i komunikacyjnych (TIK) oraz wsparcie wybranych form kształcenia ustawicznego zgodnie z potrzebami regionalnej gospodarki. Projekt realizowany jest przez Powiat Sokółski (lider) w partnerstwie z: Miastem Białystok, Powiatem Białostockim oraz Podlaskim Centrum Edukacji i Analiz „ORDO” Sp. z o.o. Jego celem jest podniesienie kompetencji i kwalifikacji 4 721 osób dorosłych zamieszkałych na terenie powiatu sokólskiego, białostockiego im. Białystok.

Wsparcie finansowe w postaci „bonu na szkolenie” skierowane jest do osób pracujących, biernych zawodowo, bezrobotnych, uczących się lub studiujących, które z własnej inicjatywy są zainteresowane podjęciem kształcenia na: kwalifikacyjnych kursach zawodowych, kursach umiejętności zawodowych, studiach podyplomowych, szkoleniach w zakresie technologii informacyjnych i komunikacyjnych oraz języków obcych. Ze względu na duże zainteresowanie projektem nabór wniosków prowadzony jest etapowo (informacje o naborze za pośrednictwem strony internetowej www.bonynaszskolenia.pl) do wyczerpania środków, nie dłużej jednak niż do 30 czerwca 2020 r.



Rzeczpospolita
Polska



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



„Kiedy zbliżyła się Wigilia, gospodarz jechał do miasteczka i kupił śledzi kilka i drobnej rybki zwanej stynką...”

{SWATY}

„Do ważnych uroczystości u włościan należą święta **Bożego Narodzenia**. W Polsce z innego tytułu mają znaczenia te święta – tam były umowy włościan poszukujących służby parobków, fernali i dlatego odzywał się na święty Szczepan człek pan – bo ten dzień był terminem kończącej się umowy. Ale na Litwie inne okoliczności nadawały oprócz znaczenia religijnego, jeszcze Boże Narodzenie było chwilą związków małżeńskich. Podczas tych świąt przyjeżdżają **swaty**, gdzie są dziewczęta dorosłe, albo też jeśli jest młodzieniec do ożenienia, to odwiedzają rodzice upatrzonej dziewczyny na synową. Pospolicie na Boże Narodzenie jest zapas mięsa, jest kredyt u szynkarza na wódkę – więc w tej porze większy jest zapas do częstacji.

Przed nadejściem tych świąt ojciec dzieci mających wstąpić w związki małżeńskie, naprzód idzie do dworu i tu albo z samym panem bezpośrednio, albo za pośrednictwem ekonoma robi propozycję ożenienia dzieci dorosłych i przedstawia osoby z którymi mają się łączyć. Przedstawia swoje widoki pod względem przysporzenia sił roboczych – bo to są pierwsze bodźce dla pana do zgodzenia się na plany ułożone przez rodziców. Odbywa się długa narada. Włościanie litewscy odznaczają się zimną rozumą i mając zdrowy chłopski rozum umieją każdy interes wymotywić na korzyść swoją. Najczęściej po długich naradach, uzyskuje włościanin już stanowczy w tym przedmiocie wyrok i z nim wraca do żony i tu dopiero domowa narada, jak ten interes załatwić, jak przygotować jadła do częstacji. Gospodarz teraz myśli jak zboże sprzedać, z Żydem wejść w układy o trunek na święta, ale ważniejsze na ułożone wesele.

Gospodyni też niesie na targ jaja, kurę, kiedy ma płótno, nici albo sam len gotowy do przędzenia i spienięża wszystko na opłatę księdza i organistę.

{WIGILIA}

Kiedy zbliżyła się **Wigilia**, przed dniem tej uroczystości, gospodarz jechał do miasteczka i kupił śledzi kilka i drobnej rybki zwanej stynką. W tych okolicach gdzie mieszkaliśmy sprzedawano w małych miasteczkach drobną rybkę, obficie poławiającą się w jeziorach augustowskich. Ma ona wielkie zalety, jest b[ardzo] tania, za kwartę 5 groszy. Ususzona da się przechować rok cały. Dowóz

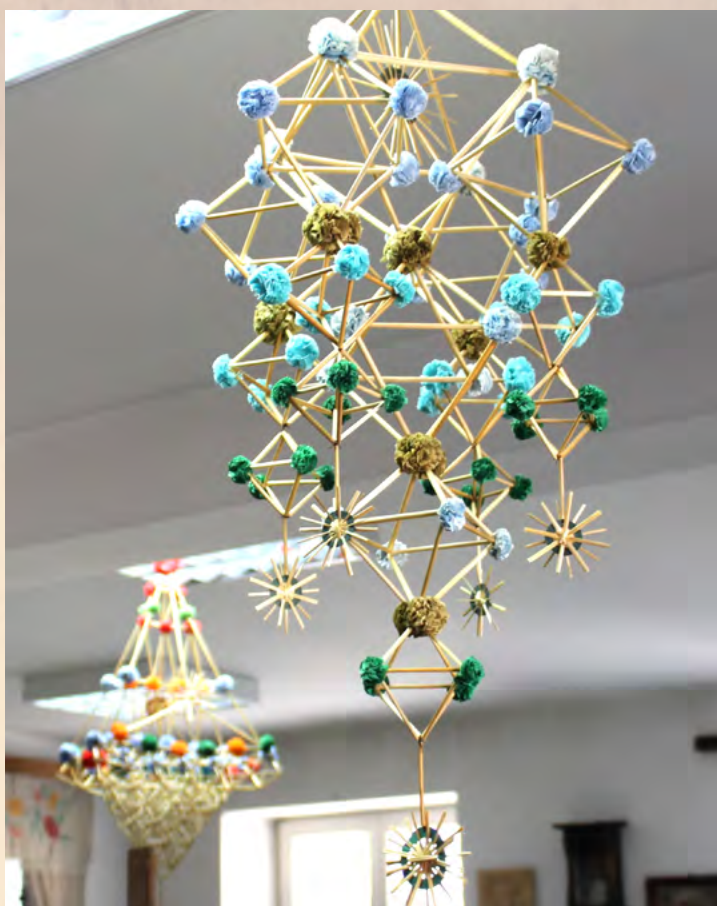
Pospolicie na Boże Narodzenie jest zapas mięsa, jest kredyt u szynkarza – więc w tej porze większy jest zapas do częstacji

jej z jezior dokonywa się w beczkach zimową porą. Mogą ją jeść dzieci bo jest prawie bez kości. Oprócz rybki gospodarz nakupi soli ilość dostateczną.

Przez cały **adwent** nie tylko starzy ale i dzieci zachowują post ścisły nie wyjmując niedzieli. W dzień Wigilii Bożego Narodzenia gospodyni myśli o przygotowaniu wieczery, którą włościanie nazywają kucią.

{KOLEDA}

Wprzód nim opowiem o jadłach od wieków upowszechnionych na Litwie we wszystkich warstwach katolików, muszę tu dać pojęcie o tej uroczystości którą nazywają **kolenda**. Ta ceremonia kościelna b[ardzo] jest ważną dla dzieci, a dokonywana dawnym porządkiem w duchu pasterskim jest użyteczną dla wiary, bo daje pasterzowi sposobność poznać dbałość rodziców o wychowanie ich dzieci, dbałość o czystość i zamożność domowych utensyliów, łyżek, misek,



„Pajak” - dekoracja wykonywana z łatwo dostępnych surowców tj: słomy, fasoli, grochu, piór, włóczki oraz kolorowych bibulek, wieszana na środku sufitu podczas świąt Bożego Narodzenia jako symbol urodzaju i szczęścia w nowym roku.

z pół-garnca pęczaku i trochę grochu. Wyczekując gromadnie pasterza, za przybyciem witają bez czapek, ukłoniemi. Proboszcz idzie od chaty do chaty poprzędzany organistą trzymającym dzwonek, kropidło i kociołek z wodą święconą. Za wejściem do izby całują ręce wszyscy, a kiedy poświeca izbę, wszyscy klękają i chylą głowy, na odezwe pasterza: *niech będzie pochwalony Jezus Chrystus* odpowiadają: *na wieki wieków amen*. Kapłan mówi modlitwę, a następnie zwołuje działwę i egzaminuje z katechizmu. Stosown[ie] do umiejętności okazanej albo chwali, albo gani i robi napomnienia nie tylko dzieciom ale i ich matce. Czasami gorliwi pasterze rozdają za nagrodę ob-

Adam Bućkiewicz - lekarz, społecznik, patriota. Autor prac z dziedziny medycyny, rolnictwa, oświaty i historii, m.in. pracy pt. „*Obrazki stanu włościan litewskich do ich usamowolnienia, to jest do roku 1864*”, gdzie opisał życie pańszczyźnianych chłopów w podsokólskich wsiach. Ponieważ źródła historyczne pozostawiły bardzo niewiele jego opisów, praca Bućkiewicza jest niezwykle cennym przekazem.

Adam Bućkiewicz urodził się w 1810 roku w majątku Zubowszczyzna pod Babikami (gm. Szudziałowo). Uczęszczał do słynnego gimnazjum w Świsłoczy, Uniwersytetu Wileńskiego a następnie do Akademii Medyko-Chirurgicznej, którą ukończył w 1835 r. jako lekarz I klasy. Krótko pracował na naszych terenach. Niebawem przeniósł się do Płocka, gdzie przez kilkanaście lat był lekarzem miasta i powiatu. Ze względu na zły stan zdrowia przeniósł się na wieś, a następnie powrócił w rodzinne strony. Po powstaniu styczniowym za pomoc powstańcom zesłano go na Syberię (do miasta Niżnyj Łamow), zaś majątek władze sprzedały na licytacji. Po sześciu latach wrócił ze zsyłki. Pod nadzorem policji przez rok mieszkał w Warszawie, później przeniósł się do Płocka, gdzie wrócił do praktyki lekarskiej i pracy naukowej. Zmarł w Płocku w 1895 roku.

razki świętych poświęcone w kościele. Ostatecznie gospodarzowi organista kładzie na stole paczkę opłatków na których jest wyciśnięte wyobrażenie męki Chrystusa Pana i cyfr Matki Boskiej. Organista ofiary zabiera i każe odnieść do bryczki pasterza. Po odwiedzeniu wszystkich domów, włościanie gromadnie żegnają pasterza, kobiety, dzieci otaczają bryczkę i na tem kończy się uroczystość kolendy.

{POTRAWY}

Szlachta litewska **wigilię** nazywa *wilią*, włościanie zaś kucią. **Potrawy konieczne na kucię są te:** z mąki owsianej i zalanej wodą ciepłą robi się kisiel, to jest płyn kwaskowaty, gęstość płynu zależy od gustu. Taka potrawa wpół-płynna nazywa się u włościan litewskich żur – jedzą z chlebem. Drugą potrawą tej wieczery jest kapusta kiszona ugotowana na gęsto z grzybami suszonymi, ze śledziem albo też ze stynką. Trzecią potrawą pęczak – jęczmień otłukany i pozbawiony łuski. Właściwie jest to kasza ze śledziem. Czwartą – groch na gęsto gotowany, też śledziem okraszony. Niektórzy gotują marchew lub brukiew z kartoflami, gotowane gęsto i okraszone śledziem. Cały dzień nic nie biorą do ust, tak dorośli jako też i dzieci. Wieczorem prawie przed północą po opatrzeniu inwentarza wszyscy siadają do stołu. Gospodarz i gospodyni łamią opłatek, dzielą się ze wszystkimi i składają sobie życzenia w bardzo prostych po rusińsku wyrazach *w mniejszych grzechach a w większych pociechach*”.

Fragment publikacji pt.

„*Obraz wsi sokólskiej połowy XIX wieku w rękopisie Adama Bućkiewicza*” w oprac. i pod red. **Radosława Tumiele, Andrzeja Garbuza, Sokółka 2011**



Spotkanie w Staro

Sesja Rady Powiatu



Powiat Sokółski

Podczas XVIII Sesji Rady Powiatu Sokółskiego, oprócz stałych punktów, rozpatrzono projekt uchwały w sprawie przyjęcia rezygnacji i zwolnienia z pełnienia obowiązków Wicestarosty Sokółskiego oraz członka Zarządu Powiatu Sokółskiego. Dotychczasowa Wicestarosta Bożena Jelska-Jaroś złożyła rezygnację z pełnionej funkcji, zaś Jerzy Białomyzy złożył rezygnację z funkcji członka Zarządu Powiatu Sokółskiego. Przewodniczący Rady Powiatu Krzysztof Krasieński przeszedł do punktu - Wybór Wicestarosty Sokółskiego. Starosta Sokółski Piotr Recko przedstawił kandydata na to stanowisko w osobie ww. Jerzego Białomyzego. Po wyborze

członków Komisji Skrutacyjnej, nastąpiło tajne głosowanie, w którym wzięło udział 16 radnych (3 nieobecnych) i wszystkie 16 głosów otrzymał powyższy kandydat. „Chciałbym państwu powiedzieć, że ze wszystkich sił i w miarę mojej wiedzy i umiejętności, będę pracował na rzecz Powiatu Sokółskiego i jego mieszkańców.” - oznajmił nowy Wicestarosta.

Kolejny punkt obrad dotyczył wyboru członka Zarządu Powiatu Sokółskiego. Starosta ponownie przedstawił i zarekomendował kandydata, którym była Bożena Jolanta Jelska-Jaroś. Ponownie przeprowadzono tajne głosowanie, w wyniku którego Bożena J. Jelska Jaroś została wybrana na członka Zarządu Powiatu Sokółskiego, otrzymując 16 głosów. „Chciałam bardzo

podziękować panu Staroście za miłe słowa. Państwu radnym dziękuję za zaufanie, jakim mnie obdarzyliście rok temu i dzisiaj ponownie. Wszystkim ludziom,

których spotkałam na swojej drodze przez miniony rok - za miłe słowa, szczególnie w ostatnim, trudnym dla mnie okresie - za słowa wsparcia. W zasadzie w mojej

pracy społecznej nic się nie zmieni - tytuły nie są istotne - tak samo będę pracować na rzecz Powiatu Sokółskiego”.

Patrycja A. Zalewska



anie opłatkowe ostwie Powiatowym

Spotkanie opłatkowe w sali konferencyjnej Starostwa Powiatowego w Sokółce zgromadziło wielu gości, których przywiał gospodarz miejsca Starosta Sokółski Piotr Recko. Zaproszenie przyjęli także m.in. Minister Edukacji Narodowej Dariusz Piontowski, Senator RP Mariusz Gromko, Członek Zarządu Województwa Podlaskiego Wiesław Burnos, Proboszcz Parafii pw. Wniebowzięcia NMP w Sokółce ks. Adam Baranowski, Proboszcz Parafii pw. św. Antoniego Padewskiego w Sokółce ks. Stanisław Gniedziejko, Proboszcz Parafii św. Aleksandra Newskiego w Sokółce ks. mitrat Włodzimierz Misie-

juk. Obecni byli również burmistrzowie i wójtowie, dyrektorzy szkół i wielu instytucji, komendanci jednostek mundurowych, radni powiatowi i miejscy oraz pracownicy Starostwa Powiatowego.

Nie zabrakło wspólnego koledowania, modlitwy oraz życzeń. Wydarzenie uświetniły występy Powiatowego Chóru Młodzieżowego pod kierunkiem Krzysztofa Zalewskiego oraz Chóru „Jemiola” pod dyktando Ewy Dębko.

Na zakończenie wszyscy podzieli się opłatkiem i częstowali się wigilijnymi specjałami.

A. Sielewicz



Krok po kroczku - idą święta...



Grudniowe propozycje Oddziału dla Dzieci Biblioteki Publicznej obfitowały w akcenty świąteczne. Niewątpliwą okazją do świętowania były Mikołajki. 5 grudnia dzieci z grupy „Stokrotki” z Przedszkola nr 5 wzięły udział w „Mikołajkowych poczytankach”. Na milusińskich czekał okazały stosik świątecznych książeczek, z których do głośnego czytania została wybrana biblioteczna nowość pt. „Czy to już święta?” J. Chapmana. Po lekturze był czas na zajęcia plastyczne. Bibliotekę odwiedził także sam, zapracowany teraz, Święty Mikołaj z workiem pełnym słodkich niespodzianek.

W mikołajkowe popołudnie Oddział dla Dzieci odwiedziła klasa 1c ze Szkoły Podstawowej nr 1 im. A. Mickiewicza w Sokółce.

Dzieci wraz z wychowawczynią wzięły udział w zajęciach pt. „Książka pod choinkę”. 9 grudnia „Życzenie do Złotej Rybki” wysłały dzieciaki z „Klubu Młodego Artysty” działającego przy Przedszkolu nr 1. Maluchy z paniami miały okazję wysłuchać i obejrzeć „Bajkę o Rybaku i Złotej Rybce” wystawioną w teatrze Kamishibai. Po bajce młodzi klubowicze mieli szansę zaprezentowania własnych scenicznych talentów.

W kolejny grudniowy poranek Oddział dla Dzieci BP odwiedziły panie: Teresa Galewska, Alina Struczevska oraz Anna Wasilewska z Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Sokółce, by przybliżyć przedszkolakom (z Przedszkola nr 4) tradycje świąteczne, które pamiętają z własnego dzieciństwa. Zbliżające się święta były

także okazją do stworzenia wspólnie niezwyklej ozdoby świątecznych, efekty były zachwycające!

Informacja na podst.:
Oddział dla Dzieci Biblioteki Publicznej w Sokółce

BURMISTRZ DĄBROWY BIAŁOSTOCKIEJ
RADA MIEJSKA W DĄBROWIE BIAŁEJ
MIEJSKI OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ
MIEJSKO-GMINNY OŚRODEK KULTURY

ZAPRASZAJĄ NA

WIGILIĘ MIEJSKĄ

22 grudnia 2019 r. /niedziela/ godz. 12:30
Rynek Miejski

W PROGRAMIE:

- OBRZĘDY WIGILIJNE, DZIELENIE SIĘ OPLATKIEM
- WYSTĘPY ARTYSTYCZNE
- WSPÓLNY POSILEK WIGILIJNY
- KIERMASZ ŚWIĄTECZNY
- SPOTKANIE Z MIKOŁAJEM

Odbiór robót związanych z remontem drogi dojazdowej w m. Bagny

11 grudnia dokonano odbioru robót związanych z zadaniem pn. „Remont drogi dojazdowej, część działki nr 170 w miejscowości Bagny”. W ramach zadania wykonano remont drogi na odcinku 250 mb szerokości 5,0 m oraz przepust śr. 40 cm. Wartość zadania wynosi 18 016,39

zł (słow.: osiemnaście tysięcy szesnaście, 39/100 zł). Wykonawcą był Zakład Usług Rolniczych i Transportowych Żwirownia Lipsk II Krzysztof Zieziula. Przedsięwzięcie jest dofinansowane przez Nadleśnictwo Czarna Białostocka.

Urząd Miejski
w Dąbrowie Białostockiej



Odbieranie świata przez dzieci niepełnosprawne



W ramach projektu „Wsparcie otoczenia osób niepełnosprawnych w przezwyciężaniu trudności” realizowanego przez Stowarzyszenie na Rzecz Wspierania Osób Niepełnosprawnych „Pod Skrzydłami” 12.12.2019 r. w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Sokółce odbyły się warsztaty pt. „Sposób odbierania świata przez dzieci niepełnosprawne intelektualnie i z autyzmem”. Warsztaty skierowane były do rodziców podopiecznych Stowarzyszenia. Prowadziły je certyfikowane terapeutki integracji sensorycznej posiadające kwalifikacje do edukacji i rehabilitacji osób z niepełnosprawnością intelektualną i zaburzeniami ze

spektrum autyzmu: Bożena Rećko - wieloletni pracownik Ośrodka, wychowawca dzieci i młodzieży oraz Elżbieta Januszko-Szymaniuk - pedagog szkolny. Podczas warsztatów uczestnicy poznali czynniki determinujące psychikę i zachowanie osób niepełnosprawnych. Szczegółowo omówiono wpływ rodziców i otoczenia w jakim wzrasta dziecko niepełnosprawne. Podkreślono rolę komunikacji w relacjach osób niepełnosprawnych oraz ich „otwarcie” się przed światem. Podczas warsztatów prowadzący wyjaśniali słuchaczom, w jaki sposób odczuwają świat osoby z autyzmem. Omawiali przykłady zachowań trudnych w odniesieniu

do dysfunkcji układów zmysłowych i sposoby radzenia sobie z nimi przez rodziców. W przerwie między wykładami rodzice poprzez udział w ćwiczeniach praktycznych mogli doświadczać jak zaburzenia wybranych układów sensorycznych utrudniają codzienne funkcjonowanie osób niepełnosprawnych. Mieli również możliwość skorzystania z indywidualnych porad i konsultacji z prowadzącymi.

Zadanie jest realizowane we współpracy ze Starostą Sokólskim oraz Specjalnym Ośrodkiem Szkolno-Wychowawczym w Sokółce.

Elżbieta Januszko-Szymaniuk



Zadanie współfinansowane przez Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Białymstoku ze środków PFRON oraz Stowarzyszenie na Rzecz Wspierania Osób Niepełnosprawnych „Pod Skrzydłami” w Sokółce



Eweliny Bandzińskiej lokalnej społeczności raczej przedstawiać nie trzeba. To kobieta o olbrzymim sercu i wielkiej empatii, inicjatorka wielu, wielu licytacji internetowych na rzecz osób potrzebujących. Często prowadzi akcje charytatywne i zbiórki publiczne. Organizowała kampanie społeczne, happeningi na rzecz niepełnosprawnych. Zawodowo pomaga rodzinom, a społecznie prezesuje w Stowarzyszeniu „Q Pomocy”. Dwukrotnie nominowana w „Plebiscycie Sokół” w kategorii Dobroczynność i dwukrotnie stała na podium. Raczej nie ma lokalnie akcji pomocowej, w której w „napisach końcowych” nie byłoby jej nazwiska.

Tym razem, skrzyknęła przyjaciół i znajomych na portalu społecznościowym, i wspólnymi siłami stworzono dwie Szlachetne Paczki dla potrzebujących rodzin.

Szlachetna Paczka jest jednym z najbardziej rozpoznawalnych projektów społecznych w Polsce. Jest oparta na pracy z Darczyńcami i Wolontariuszami. To oni pomagają Rodzinom w potrzebie. Wolontariusze szukają Rodzin i pracują z nimi. Darczyńcy przygotowują pomoc. Od 2001 roku Wolontariusze SP spotykają się z potrzebującymi, przychodzą do ich domów, docierają do prawdziwej biedy. Dopiero gdy dogłębnie poznają indywidualną sytuację rodziny, podejmują decyzję o jej włączeniu do projektu. Dla rodzin zakwalifikowanych do otrzymania pomocy w ramach SP kontakt z Wolontariuszem i pomoc materialna stają się impulsem do zmiany. Czytamy na portalu www.szlachetnapaczka.pl.



Ewelina Bandzińska

„Dzięki pomocy innym, łatwiej docenić nam to, co mamy”

Ewelino, jaki był odzew na Twój wpis na fb: „Szukam chętnych osób, z którymi wybierzemy jedną rodzinę, zrobimy zrzutkę i paczkę”...

Odzew, moim zdaniem, był ogromny. Jestem pod wrażeniem. Napisałam ten post i szczerze mówiąc, nie liczyłam na duży sukces. Pomyślałam sobie - może uda się nazbierać na pralkę... a tu niespodzianka - zgłosiło się ponad 40 osób, które zadeklarowały pomoc. Udało się nazbierać około 4.700 zł!

Udało się kupić te rzeczy oraz żywność, kołdry, poduszki, pościel itp. Zostały jeszcze pieniądze, więc postanowiliśmy wybrać jeszcze jedną rodzinę. W drugiej rodzinie jest 4 dzieci i trudna sytuacja. Potrzeby tej rodziny to mikser, garnki, patelnie, buty i ubrania dzieciom. Najbardziej wzruszyło mnie chyba marzenie dziewczynki, chciały duże misie. Wydawało mi się, że dzieci, a właściwie młodzież w tym wieku, chce jakieś telefony, tablety, kosmetyki.. a tu - po prostu miś. Oczywiście marzenie zostało spełnione. (uśmiech)

Co musimy wiedzieć, żeby mądrze pomagać innym?

Przede wszystkim, musimy mieć świadomość, że nie da się pomóc każdemu... chociaż by się chciało. Z rzeczy teoretycznych - to zbiórka pieniędzy powinna być weryfikowana przez jakąś fundację i zgłoszona w Ministerstwie Spraw Wewnętrznych i Administracji. Każda zbiórka publiczna powinna mieć nadany numer. Nie można tak sobie stanąć z puszką i zbierać pieniędzy. Pomaganie innym często odbywa się kosztem własnego czasu, kosztem rodziny czy znajomych... ale uśmiech



i zadowolenie ludzi, którym się pomogło - wynagradza wszystko. Pomoc to nie tylko zbiórka pieniędzy. Czasami krótka rozmowa, mały gest, podanie ręki - sprawia, że świat staje się bardziej ludzki. Zachęcam do tego, tym bardziej, że teraz jest taki cudowny przedświąteczny czas... A więc świąteczny apel od Bandzińskiej: nie odwracajmy się od ludzi, nie udawajmy, że ich nie ma, bo np. ktoś inaczej wygląda, jest chory, czy nie ma „wypasionych” ubrań, to też jest człowiek... też ma uczucia. Podejść, uśmiechnij się, podaj rękę, zrób zakupy, wytrzep dywan sąsiadce... czasami w codziennej gonitwie - zapominamy jakie to jest ważne. Dzięki pomocy innym, łatwiej docenić nam to, co mamy. Cudownych świąt wszystkim życzę!

Ewelino, dzięki że Ci się chce, dzięki za Twoje serce... fajnie, że Cię mamy!

Aneta Tumiel

fot. prywatne archiwum EB

Jaki były potrzeby rodzin?

Początkowo kupiliśmy rzeczy jednej rodzinie, w której chłopak bardzo choruje i większość budżetu domowego idzie na jego leczenie. Rodzina głównie potrzebowała pralki, odkurzacza, drzwi wejściowych. O tym, że rodzina potrzebuje drzwi - dowiedziałam się od pielęgniarki, która odwiedza tę rodzinę. Sama rodzina o tym nie wspomniała, jest skromna i jedyne, co chcieli to, żeby ich syn wyzdrowiał. Niestety, na to nie mamy wpływu, ale uśmiech na twarzach domowników wywo-

Paczki już przekazane - jaki było odbiór rodzin?

Ta chwila wniesienia paczek... Było wzruszenie, płacz, radość, chwila zadumy... Niedowierzanie... „Czy to na pewno dla nas?” Rodziny bardzo miło nas przyjęły - herbatką i ciastem, opowiadały o swoim życiu, troskach, problemach, a także o chwilach radości. Do tej pory, jak o tym wspominałam, to kręci się łezka w oku... Ale kto mnie zna, wie że Bandzińska często się wzrusza w takich momentach. (śmiech)

Oplątek u Salezjan

Podopieczni Salezjańskiego Domu Młodzieżowego w Różanymstoku razem z kadrą dydaktyczną podzielili się opłatkiem.

W spotkaniu wziął udział Wicestarosta Jerzy Białomyzy oraz Burmistrz Dąbrowy Białostockiej Artur Gajlewicz wraz z małżonką. Wspólną wieczrę poprzedziło oglądanie filmu przygotowanego przez młodzież z SDM.

W czasie wieczery nie zabrakło wspólnego śpiewania kołęd. „W imieniu swoim i Starosty Sokólskiego, życzę nam wszystkim zgody, miłości i tego, żebyśmy potrafili w drugim człowieku zobaczyć dobro. Żebyśmy przy-

jaźnili się ze sobą i rozumieli wzajemnie” – mówił Wicestarosta.

Po życzeniach przyszedł czas na prezenty przygotowane dla młodzieży przez Powiat Sokólski.

Pba



Spotkanie opłatkowe SFL

W kawiarni „Lira” odbyła się Wigilia Ekumeniczna Sokólskiego Funduszu Lokalnego. Spotkali się tam przedstawiciele różnych wyznań oraz organizacji, które realizują program „Działaj lokalnie”. W tym roku fundacja obchodziła swoje 20-lecie. W pierwszej kolejności głos zabrała prezes Fundacji Maria Talarczyk. Rozstrzygnięto również konkurs

filmowy pt. „Opowiedz”, w którym stowarzyszenia przedstawiają zrealizowane projekty.

Po prezentacji działań Funduszu oraz jasełkach, które zaprezentowała młodzież, przystąpiono do modlitwy. Wszyscy podzielili się opłatkiem i z okazji nadchodzących świąt Bożego Narodzenia życzyli sobie wszystkiego, co najlepsze. KG



„Jesteśmy jedną wielką rodziną” Opatek w UKS Boxing

Jak co roku, młodzi adepci boksu spotkali się na uroczystym opłatkach w Zespole Szkół w Sokółce. Na stole nie zabrakło tradycyjnych potraw oraz słodkości. Trener UKS Boxing Sokółka Tomasz Potapczyk wręczył sportowcom dyplomy oraz pamiątkowe tabliczki. Podziękowania otrzymały również osoby wspierające UKS Boxing Sokółka.

Bardzo dziękuję naszym władzom za pomoc okazaną w tym roku, to dzięki nim funkcjonujemy i dzięki nim uczestniczymy w zawodach na najwyższym szczeblu. Bardzo dziękuję też rodzicom za przybycie. Jak co roku podzielimy się opłatkiem, jest to już tradycją, nieważne, kto jakiego jest wyznania. (...) Jesteśmy jedną wielką rodziną. - mówił trener Potapczyk.

Pięściarze, trenerzy oraz przyjaciele UKS Boxing Sokółka złożyli sobie życzenia z okazji nadchodzących Świąt Bożego Narodzenia. Wieczór upłynął w miłej atmosferze. KG



KAWETA

- ZŁOMOWANIE AUT
- ZAŚWIADCZENIE DO WYREJESTROWANIA
- POMOC DROGOWA
- TRANSPORT DO 12 TON
/CIĄGNIKI, MASZyny BUDOWLANE/

SOKÓŁKA tel. 600 486 444

PEPERONI

pizza. bistro



PRZYJMIEMY DO PRACY:
Kucharza / Kelnerkę / Pomoc kuchenną
Doświadczenie nie jest wymagane, liczą się chęci.

Sokółka, ul. Monte Cassino 12A
DOWÓZ tel. 573 257 189

ELDOM

AGD-RTV-MULTIMEDIA

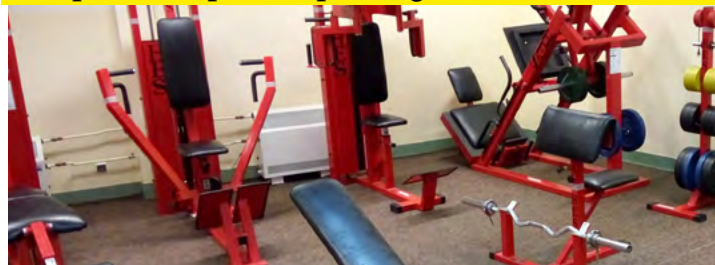


DĄBROWA BIAŁOSTOCKA
ul. Solidarności 3, 502 855 111
SOKÓŁKA
ul. Wyszyńskiego 2 /UNIKAT/, 504 926 662

SIŁOWNIA ZS w Sokółce

ul. A. Mickiewicza 11

zaprasza od pon. do pt., od godz. 16:30 do 21:30



Sala wyposażona w profesjonalny zestaw do ćwiczeń siłowych i aerobowych / Abonament miesięczny (70 zł), dostępny po wpłacie na konto SOSW w Sokółce: Bank Spółdzielczy w Sokółce 07 80 93 0000 0013 90 74 2000 0030 i okazaniu przy pierwszym wejściu dowodu płatności. Abonament dla uczniów szkół ponadgimnazjalnych - 35 zł. Osoby z orzeczeniem o niepełnosprawności - wchodzi za darmo.

REKLAMA

CSA wróciło z medalami z Mińska!

15 grudnia Combat Sports Academy był jedynym reprezentantem Polski na Międzynarodowym Bożonarodzeniowym Turnieju Taekwon-Do w Mińsku. Pobyt w stolicy Białorusi rozpoczęliśmy w sobotę od odwiedzenia miejscowego delfinarium. Z niekłamanym zachwytem podziwialiśmy foki, uchatkę patagońską i oczywiście delfiny. Natomiast, w niedzielę stanęliśmy do rywalizacji z 870 zawodnikami z 11 krajów! Oficjalne otwarcie mińskiego turnieju miało niesamowicie ciekawą oprawę. Obejrzelśmy występ trio młodych

perkuszistów, popis akrobatyki cyrkowej na szarfie oraz występ zespołu cheerleaders. Nasz klub reprezentowała dziewięcioosobowa grupa taekwondzistów, którzy przywieźli ze sobą 9 krążków - 3 srebrne i 6 brązowych - potwierdzając tym swoją dobrą dyspozycję. Srebro zdobyli: Malwina Borodziuk w układach wyższych stopni uczniowskich w kategorii 10-11 lat; Antonina Bułkowska w walkach do 42 kg w kategorii 12-13 lat oraz Julia Sičko w walkach do 55 kg w kategorii 12-13 lat. Brązowe medale przywieźli: Malwina

Borodziuk w walkach do 38 kg w kategorii 10-11 lat; Julia Kułak w walkach junierek do 45 kg i układach wyższych stopni uczniowskich junierek, Natalia Kułak w walkach junierek do 45 kg i układach wyższych stopni uczniowskich junierek; Paweł Majewski w walkach juniorów do 62 kg. Pozostali nasi zawodnicy: Kinga Stefanowska, Jakub Cieszkowski oraz Dawid Humienny zebrali nowe doświadczenia i sporo materiału do analizy na przyszłość. Nasz wyjazd na turniej w Mińsku został dofinansowany przez Urząd Marszałkowski w Białymstoku - za co bardzo dziękujemy.

Ze sportowym pozdrowieniem-



Zapasy i Sumo dla wszystkich

14 grudnia w Zabłudowie odbył się Turniej pod nazwą „Zapasy i Sumo dla wszystkich”.

Trener Elżbieta Carewicz na zawody zabrała, oprócz młodzików, również swoich najmłodszych podopiecznych, w sumie 10 zawodniczek i zawodników. Wyniki prezentują się następująco: Sumo: I miejsce - Piotr Sipko,

II - Antonina Carewicz i Michalina Hajduk, III - Lila Gembicka i Krzysztof Sipko; Młodziczki: Kat. 47 kg, II - Ula Jankiewicz, III - Emilia Carewicz, III - Agnieszka Palacz Kat. 53 kg, I msc. - Julia Pul; młodzicy styl klasyczny kat. 62 kg, II miejsce - Mikołaj Carewicz.

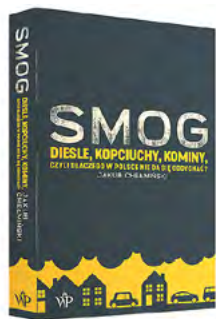
Gratuluję z całego serca, zwłaszcza najmłodszym moim

wychowankom. Jestem dumna z Was wszystkich! - napisała trener Elżbieta Carewicz.

Podsumowując mijający rok, był on bardzo pracowity i obfitujący w sukcesy zawodników klubu. Coraz większe grono wychowanków - już w tej chwili 22 - pozwala z optymizmem patrzeć na nadchodzący rok.

Informuje Prezes UKS Feniks w Krynkach Natalia Godlewska.





„SMOG. Diesle, kopciuchy, kominy, czyli dlaczego w Polsce nie da się oddychać?” Jakub Chelmiński

W Trójmieście batalię ze smogiem rozpoczęto już w ubiegłym stuleciu.

W Warszawie to aktywiści wskazują błędy urzędnikom i apelują o wymianę pieców.

Na Śląsku z pomocą przychodzą drony.

W Skawinie stężenie zanieczyszczeń jest tak duże, że mieszkańcy mówią „wyjść na otwarte powietrze”, bo o świeżym mogą tylko pomarzyć.

Jakub Chelmiński odwiedza wielkie aglomeracje, miasta oraz wsie, by zobaczyć jak w praktyce wygląda problem smogu w Polsce i jakie są przyczyny zanieczyszczenia powietrza. Opisuje zaangażowanie mieszkańców i rozmawia z działaczami, którzy niejednokrotnie walczą nie tylko ze smogiem, lecz także z urzędowymi procedurami. Rewiduje fakty i mity narosłe wokół smogu: czy paląc drewnem w piecu też możemy przyczynić się do jego powstawania? Co bardziej truje środowisko: diesel czy benzyna? Dlaczego wiele maseczek anty-smogowych jest nieskutecznych? Czy wdychając zanieczyszczone powietrze będziemy żyć rok krócej? Jak działają tabletki antysmogowe? I czy Kraków ma najgorsze powietrze ze wszystkich miast w Polsce?

Prawdziwa. Zrozumiała. Szokująca.

Polaku, Polko, dzięki niej otworzysz oczy i uszy i już nie będziesz mógł ich zamknąć na smog, który pozbawia życia i zdrowia nas i naszych bliskich. Zrozumiesz, że dziś państwo postawione jest na głowie – rocznie przedwcześnie umiera 45 tysięcy ludzi, żeby garstka innych mogła więcej zarobić lub nie narazić się wyborcom. Kiedy już poznasz prawdę, możesz zacząć działać. Działajmy razem! Katarzyna Ankudowicz, aktorka i ambasadorka akcji #pozywamsmog

Wydawnictwo Poznańskie

REFERAT REJESTRACJI POJAZDÓW w Starostwie Powiatowym w Sokółce

**21 GRUDNIA (sobota)
i 24 GRUDNIA BR. (wtorek - Wigilia)**
będzie przyjmował
interesantów
w godz. 7.30-15.30.

21 grudnia (sobota) – wszelkie opłaty (za rejestrację pojazdów, wydanie prawa jazdy) można będzie uiścić wyłącznie za pomocą karty płatniczej.
24 grudnia – wszelkie opłaty można będzie uiścić wyłącznie za pomocą karty płatniczej po godz. 11.15 (wcześniej w kasie Starostwa).

Wydział Komunikacji i Dróg w Starostwie Powiatowym w Sokółce

Uwaga, rejestrujący pojazdy!

Sprawy, do których będą miały zastosowanie kary pieniężne w związku z wejściem w życie art. 140mb Prawo o ruchu drogowym

Uwzględniając:

- nowe brzmienie art. 71 ust. 7 i 140 mb P.r.d. od 1 stycznia 2020 r.
- Zaprojektowane rozporządzenie wykonawcze, które może być stosowane do dowodów własności wystawionych od 1 stycznia 2020 r.

prowadzą do oceny ww. przepisów, że nie powinny one działać „wstecz” a będą odnosić się do spraw, które będą miały miejsce od 1 stycznia 2020 r. tj.:

- sprowadzenia albo nabycia pojazdu sprowadzonego z terytorium państwa członkowskiego UE od 1 stycznia 2020 r. i niezarejestrowania pojazdu w terminie 30 dni od daty jego sprowadzenia

- nabycia lub zbycia pojazdu zarejestrowanego na terytorium RP od 1 stycznia 2020 r. i niezawiadomienia o tym starosty w terminie 30 dni od daty zbycia lub nabycia.

Wydział Komunikacji i Dróg w Starostwie Powiatowym w Sokółce

Śnięty Mikołaj – decydujące starcie

Gdyby nie jego codzienna rutyna gimnastyczna na drążku, skrzyłby kark. Udało mu się jednak wykonać przewrót w tył. Wykorzystał jeszcze impet do zrobienia salta i w końcu wyładował na nogach. Spojrzał na przedramię, którym się zasłonił. Jego stalowe mięśnie uchroniły go przed złamaniem ręki.

Stanął w pozycji bojowej. Naprzeciwko niego stał Święty Mikołaj, a za nim...

- Rudolf Czerwononosi Renifer – przedstawił śpiewnie swego ochroniarza grubas w czerwonym płaszczu. Gigantyczne zwierzę stało na tylnych łapach. Miało cztery metry wzrostu i przednie kończyny wystarczająco długie, by osłonić swego pana przed każdym ciosem niczym tarczą. Zarówno Mikołaj jak i Rudolf mieli czerwone nosy od mrozu, alkoholu i radiacji.

- Potrafi przyłożyć, nie powiem,

prawdziwe prawdziwki

he, he – Dziadek Kotleta uśmiechnął się kwaśno masując siniaka
- Jednak, to ci nie pomoże, draniu!

- Draniu? – Mikołaj podniósł białe brwi – Daję dzieciom zabawki.

- Nie wszystkim! A jeśli już, to nie są to zabawki z fabryki elfów z Laponii. I nie są Made in Heaven, tylko Made in China! Wspierasz współczesne niewolnictwo, panie... Święty? W ilu twoich fabrykach pracują za dolara tygodniowo?

Broda Mikołaja nastroszyła się.
- Powinieneś być się nie wtrącać. Nie powinieneś zadzierać z moją marką. W grę wchodzi za wiele pieniędzy, żebym pozwolił jakiemuś podlaskiemu, chytremu, stetrycznemu wieśniakowi zniszczyć mój American Dream!

- No, no, tylko nie wieśniakowi. Stawaj do walki!

- Proszę bardzo! Ho! Ho! Ho! Ho! Ho! Ho! Ho! Ho! Ho! Ho! Ho! Ho! Ho! Ho!

Szukamy domku



Kocie rodzeństwo do adopcji:
dwa puchatki, jeden gładki, a
wszystkie śliczne.

Kontakt w sprawie adopcji
606 782 474

facebook.com/wolontariuszesokolka



Fundacja Vita Canis

źródło FB: Schronisko dla zwierząt w Sokółce-wolontariusze

KONKURS ♥ Dobrych Życzeń 2020 ♥

Niebawem wejdziemy w nowy rok 2020, jest zatem okazja by sobie i innym dobrze „pożyczyć”.

Co trzeba zrobić? Do 31 grudnia br. wysłać życzenia na adres: redakcja@infosokolka.pl
Do kogo adresowane? A tu pełna dowolność - może do bliskich, a może do samych siebie, może

do sąsiadów, przyjaciół, może do włodarzy, może do powiatowego miasta, a może... W jakiej formie? Dowolnej - tradycyjnej, albo wierszowanej, z rymem, bądź bez...

Najciekawsze życzenia opublikujemy w noworocznym wydaniu INFO Sokółka i nagrodzimy książkami. A za rok, wrócimy do nich by sprawdzić, na ile się spełniły :)
RedNacz

galeria

JEDEN KADR

Anioł pasterzom mówił...
fot. Agnieszka Sielewicz

Twórz z nami Galerię
Wyślij swoją fotografię
o dowolnej tematyce
redakcja@infosokolka.pl



– śmiał się Mikołaj, gdy Rudolf wyskoczył zza jego pleców przygotowując morderczą serię ciosów. Dziadek Kotleta wyciągnął z kurtki dwa pistolety z wygrawerowanymi różami.

- Zaraz posłuchacie Gun's and Roses! – krzyknął dziadek i wtedy... ciemna plama.

Oderwałem wzrok od rękopisu dziadka Kotleta. Przyjrzałem się słowom, które były przysłonięte przez plamę kawy. Spojrzałem na zadowolonego z siebie emeryta. Jeśli piekło istniało, to tkwiło gdzieś w tym szalonym umyśle... Spojrzałem znowu na scenariusz, w którym świętego Mikołaja miał zagrać David Bowie.

- Dziadek, czy ty w ogóle wiesz, czym są Jasełka?

- No, przedstawienie muzyczne... są tam też trzej królowie. No, po angielsku King, ale wiesz...

- King Crimson to zespół muzyczny, a nie mędrzec! Zresztą, w jasełkach nie ma raczej Mikołaja.

- Nie ma? To z kim mam się bić w

finalowej walce?

- W jasełkach nie ma walki – westchnąłem.

- To co to za przedstawienie? – naburmuszył się.

- Dziadek, święta to czas spokoju, miłości i wybaczenia. Zaraz... czy ty dalej jesteś obrażony za kiepski prezent od Mikołaja w tamtym roku?

- Nie chcę o tym rozmawiać – odparł burkliwie.
Kamyk



ISSN 2450-999X

Wydawca:
Stowarzyszenie „Towarzystwo Ziemia Sokółska”
Redakcja: ul. Białostocka 28
16 -100 Sokółka
redakcja@infosokolka.pl
www.infosokolka.pl
Redaktor naczelna: Aneta Tumiel
Nakład: 10 000 egzemplarzy