

Wakacje z cyrkiem i wolontariatem. Różanystok 2020

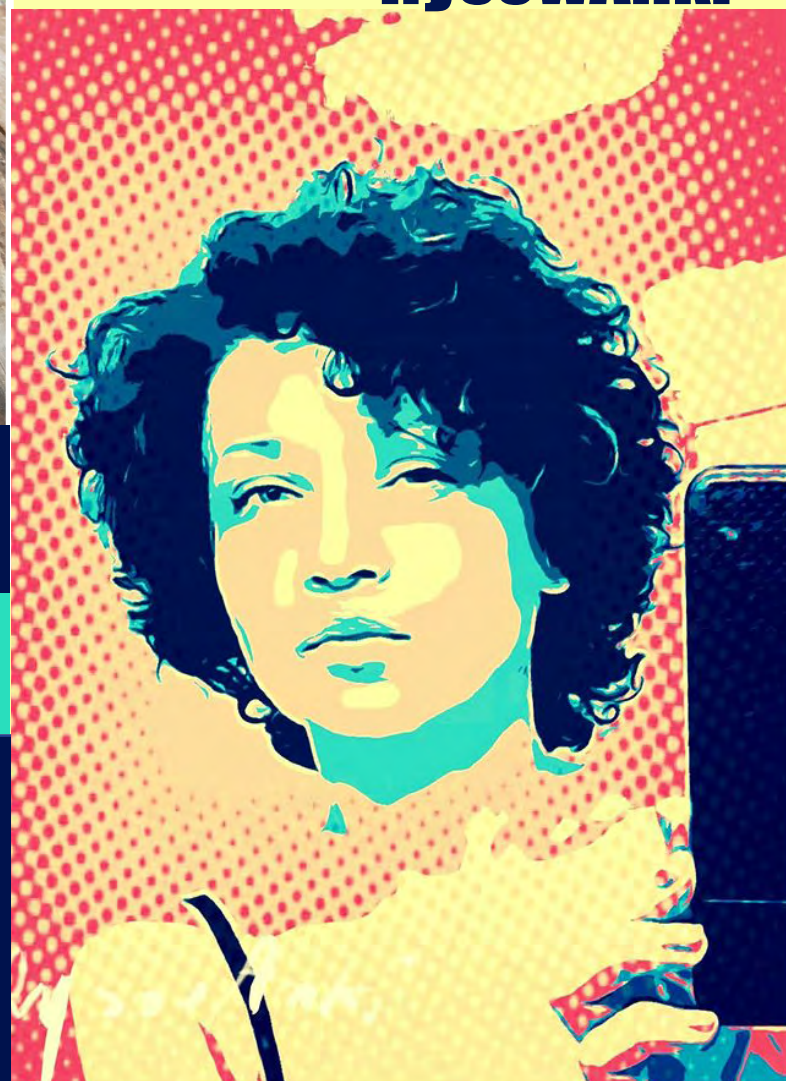


Wakacje z rehabilitacją



**Strzelnica VLS
w Łozowie**

**„Łatwiej jest mi
pokazać coś grafiką
niż opisać słowami...”
- RysowAnki**



Odpust na Jana w Siderce

**Uroczyste wprowadzenie
na urząd proboszcza
ks. Jarosława Ciuchny**

Drewnal w Sitawce



W Sitawce powstało nietypowe dzieło. 6 lipca artysta z Sanoka Arkadiusz Andrejkow na zlecenie miejscowego Koła Gospodyń Wiejskich stworzył wielkoformatowy malunek na deskach stodoły. Praca powstała w kilka godzin, wcześniej malarz stworzył 2 podobne prace w okolicach Bielska Podlaskiego.

Członkowie koła chcieli, aby postacie mieszkańców sprzed lat zdołały fronty budynków. Zaczęło się od zebrania zdjęć i wysłuchania historii mieszkańców, potem był etap wyboru zdjęcia. Następnie było wybieranie lokalizacji drewnalu przy głównej drodze, aby mogło go podziwiać jak najwięcej osób. Ostatecznie wybór padł na najbliższych właścicieli budynku państwa Dzienisów.

Pani Teresa Dzienis chętnie opowiedziała o postaciach ze zdjęcia. „Pierwszy z prawej na fotografii jest mój ojciec, który był bardzo życzliwym i miłym człowiekiem, on zawsze mówił i powtarzał, że słuchaj, pamiętaj - jeżeli ktoś do ciebie przyjdzie, każdego masz czymś poczęstować, czymś ugościć, zawsze będziesz wszystkiego miała i - to

jest prawda. Drugi to mój stryjek Witold, w latach wojny był więziony do niewoli, też dużo przeszedł. Dalej moja mama seniorka rodu, która już chciała nam odchodzić kiedyś, ale jeszcze chyba Pan Bóg powiedział stop i zatrzymał ją. No, pan Masłowski w Sitawce też ponad 52 lata mieszkał, żył się z tymi ludźmi. Wszyscy co są na tej fotografii pracowali na roli i tym żyli, byli bardzo dobrymi osobami. Bardzo się cieszę, że coś takiego powstało to będzie piękna pamiątka i dobra promocja wsi”.

Wieczorem odbyła się prezentacja pracy transmitowana na żywo, mimo deszczu nie przeszkodziło to mieszkańcom w uczestnictwie w naszym wiejskim „wernisażu”, jak również wspólnym spotkaniu przy ognisku po odsłonięciu dzieła. To dopiero początek naszych wakacyjnych działań niebawem ukaże się terminarz warsztatów dofinansowanych ze środków Urzędu Marszałkowskiego. A z Arkadiuszem Andrejkowem na pewno spotkamy się jeszcze jesienią bo jeden drewnal to zdecydowanie za mało.

Informuje Koło Gospodyń Wiejskich Sitawka

Niedziela, 5 lipca to kolejna data, która zapisze się w historii parafii pw. św. Antoniego Padewskiego w Sokółce. W tym dniu, podczas uroczystej Eucharystii, wspólnota wiernych oficjalnie powitała swojego nowego pasterza ks. kanonika Jarosława Ciuchnę, dotychczasowego proboszcza parafii pw. Świętej Trójcy w Sidrze. Z początkiem czerwca, ks. Stanisław Gnidziejko zakończył swoją posługę proboszcza w parafii i został wicekustoszem do spraw pielgrzymów w Sanktuarium Najświętszego Sakramentu w Sokółce.

W uroczystej mszy uczestniczyli m.in. Starosta Sokółski Piotr Rečko, Wicestarosta Jerzy Białomyzy, Członkowie Zarządu Powiatu Bożena Jelska-Jaroś i Romuald Gromacki, Przewodniczący Rady Powiatu Krzysztof Krasieński, Członek Zarządu Województwa Podlaskiego Wiesław Burnos, Dyrektor Finansowy w Starostwie Powiatowym Daniel Supronik, Dyrektor Wydziału Promocji w Starostwie Powiatowym w Sokółce Zbigniew Dębko.

Podczas ceremonii zgodnie z zasadami prawa kanonicznego nowy proboszcz złożył wyznanie wiary, zobowiązał się do troski o sprawy duchowe i materialne powierzonej mu parafii. Widzialnym znakiem objęcia urzędu było symboliczne przekazanie mu kluczy kościoła. Słowa powitania do nowego pasterza skierował m.in. ks. Stanisław Gnidziejko.

Drogi księżo proboszczu, mój następco, pragnę z radością powitać cię w tej świątyni Sanktuarium Najświętszego Sakramentu, gdzie moc Chrystusa w szczególny sposób daje się odczuć. Przez ponad 20 lat doświadczając tej mocy, z czego przez 7 lat ty byłeś świadkiem służąc naszej wspólnotie. [...] Przekazuję ci parafję w dobrej kondycji duchowej. [...] Teraz czekają mnie nowe wyzwania, więc zostaję z wami i liczę na ścisłą współpracę.

Starosta Sokółski Piotr Rečko w imieniu własnym oraz całego Powiatu Sokólskiego, podziękował ustępującemu proboszczowi za wiele lat posługi.

Dziękujemy za wiele lat posługi proboszczowskiej, pasterza parafii św. Antoniego, nad mieszkańcami i ojcowską troskę nad naszą parafją. Dziękujemy za szerzenie Kultu Najświętszego Sakramentu Ciała i Krwi Chrystusa oraz coroczne Obchody Cudu Eucharystycznego w Sokółce. Wyrażamy wdzięczność

Uroczyste wprowadzenie na urząd proboszcza ks. Jarosława Ciuchny



za wrażliwość na pamięć historyczną, kultywowanie rocznic patriotycznych i dbałość o uroczyste obchody wydarzeń historycznych: Bitwy Niemeńskiej, Oblawy Augustowskiej, miejsc pamięci wywózek na Sybir, Krzyża Katyńskiego, Bitwy Warszawskiej - Cud nad Wisłą. Przekazujemy słowa uznania i szacunku za ogrom pracy włożony w remont kościoła (...) i budynków przykościelnych, stworzenie projektu Domu Pielgrzyma, utworzenie Sanktuarium Najświętszego Sakramentu w Sokółce i przyczynienie się do powstania ruchu pielgrzymkowego w parafii. Niech dobry Bóg obdarza Jego Wielbność wszelkimi łaskami w dalszej drodze posługi duszpasterskiej.

Następnie Starosta Sokółski Piotr Rečko pogratulował nominacji ks. Jarosławowi Ciuchnie na Proboszcza Parafii Świętego Antoniego Padewskiego w Sokółce i Sanktuarium Najświętszego Sakramentu, wręczając list gratulacyjny.

Przewielebny Księżo Proboszczu gratulujemy nominacji na Proboszcza parafii Świętego Antoniego Padewskiego w Sokółce i Sanktuarium Najświętszego Sakramentu. Jesteśmy głęboko

przekonani, że Ksiądz Proboszcz będzie budowniczym naszej wspólnoty w wymiarze duchowym jak i materialnym. Wiemy, że Ksiądz Proboszcz będzie spajać ludzkie serca i wypełniać je wiarą. Wyrażamy nadzieję, że Eksceleńcja jako pasterz wspólnoty poprowadzi nas ścieżką pełną dobra, nadziei i miłości Boga. (...) Gratulując wyboru na tak zaszczytną funkcję, pragniemy zarazem życzyć zapału do budowania i pragnienia, by ten wspólny dom był przepełniony miłością, wzajemnym zrozumieniem ale przede wszystkim prawdami ewangelicznymi. (...) Jako Samorząd Powiatu Sokólskiego deklarujemy wszelką pomoc w realizacji misji Księza Proboszcza. Bardzo nam zależy na wzajemnej współpracy dla dobra mieszkańców.

Wyrazy wdzięczności za dobrą współpracę i pełnienie funkcji ks. Stanisławowi Gnidziejko złożyła również Członek Zarządu Województwa Podlaskiego Wiesław Burnos.

Na zakończenie mszy proboszcz ks. Jarosław Ciuchna, witając się z nową parafją, mówił: Dziękuję za każde dobre słowo. Dziękuję Wam, Panu Staroście, Pani Burmistrz, wszystkim któ-



rzy wsparli mnie dziś modlitwą, dziękuję parafianom. Życzę, aby nie zabrakło entuzjazmu życia Jezusem Chrystusem. Jest to tak szczególne miejsce, że z drżącymi nogami i kolącym sercem stawałem dziś u stóp ołtarza [...] Na koniec chciałbym podziękować Księdzu Stanisławowi i zaprosić do gorącej i serdecznej współpracy.

ODROBINA HISTORII
Ks. Stanisława Gnidziejko, przybył do Sokółki z Krypna

w 1998 r., a 1.12.2002 r. został proboszczem tej parafii. Od tego czasu rozpoczęły się intensywne prace remontowe i porządkowe w kościele i w jego otoczeniu. Dokonano wymiany blachy na dachu świątyni na miedzianą, przeprowadzono remont elewacji i muru otaczającego świątynię, wymieniono nagłośnienie i dokonano remontu kapitalnego organów, przebudowano dom katechetyczny na plebanię, powstał też nowy duży parking. Dużym wyzwaniem inżynierskim była wymiana starej konstrukcji drewnianej dzwonów na nową. Po jej zakończeniu został zamontowany do dzwonów napęd elektroniczny i kuryanty. Inne realizacje to m.in. odnowienie polichromii ołtarzy, kaplic, posadzki kościelnej, budowa ołtarza polowego, stworzenie Projektu Domu Pielgrzyma, utworzenie Sanktuarium Najświętszego Sakramentu w Sokółce, przyczynienie się do powstania ruchu pielgrzymkowego w parafii. Z racji bardzo dobrej akustyki wnętrza świątyni koncertują w nim m.in. chóry z Białegostoku. Z sokólskiej ziemi pochodzą ludzie, którzy poświęcili się w obronie wolności Ojczyzny biorąc czynny udział w zrywach niepodległościowych. Na placu przy kościele są groby powstańców, Pomnik Sybiraka,

OGŁOSZENIE PŁATNE

PCPR
SOKÓŁKA

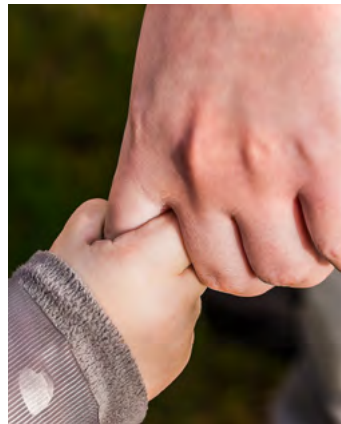
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sokółce realizuje projekt pt. „Wspieramy Rodziny Zastępcze i Osoby Usamodzielniające się z terenu Powiatu Sokólskiego”

Projekt „Wspieramy rodziny zastępcze i osoby usamodzielniające się z terenu Powiatu Sokólskiego” realizowany jest w ramach OSI priorytetowej VII Prawa 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.”

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sokółce w ramach realizowanego projektu „Wspieramy rodziny zastępcze i osoby usamodzielniające się z terenu Powiatu Sokólskiego” realizuje szkolenie dla Trenerów Programu PRIDE.

W lipcu br. dwóch pracowników PCPR ukończyło szkolenie w związku z czym nabyli uprawnienia do prowadzenia szkoleń dla kandydatów na rodziny zastępcze i

adopcyjne poprzez: zapoznanie się z założeniami, standardami oraz treściami programów PRIDE dla kandydatów na opiekunów zastępczych i rodziców adopcyjnych; zapoznanie się z praktycznymi narzędziami analizy umiejętności kandydatów na opiekunów zastępczych i rodziców adopcyjnych; umiejętność określania motywacji opiekunów zastępczych i rodziców adopcyjnych; zdobycie oraz dosko-



Źródło: Pixabay/Myriams-Fotos

nalenie umiejętności pracy trenerskiej w zakresie szkolenia kandydatów na opiekunów zastępczych i rodziców adopcyjnych, a także prowadzenia grupy zgodnie z zasadami procesu grupowego, rozwój umiejętności współpracy w parze trenerskiej oraz pracy zespołowej na rzecz dziecka będącego w systemie pomocy społecznej, wymiana doświadczeniami w zakresie praktycznych rozwiązań dotyczących organizacji lokalnych

systemów pieczy zastępczej; zapoznanie się z Modelem 14 kroków Programu PRIDE oraz z podstawami organizacji i przeprowadzenia lokalnych kampanii na rzecz rodzicielsstwa zastępczego, pozyskiwania kandydatów czy współpracy z mediami.

Uzyskane uprawnienia umożliwią prowadzenie przez PCPR w Sokółce szkoleń dla kandydatów na rodziny zastępcze i adopcyjne z powiatu sokólskiego. PCPR w Sokółce



**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.

„Łatwiej jest mi pokazać coś grafiką niż opisać słowami...”

- RysowAnki -

ANIA JAKONIUK

(rocznik '76)

ilustratorka, rysownicza, grafik, autorka plakatów, absolwentka Wydziału Architektury i Urbanistyki na Politechnice Białostockiej. Swoje prace prezentuje w sieci na autorskim profilu fb „RysowAnki” oraz na Instagramie. Prywatnie miłośniczka motoryzacji i wyczynowej jazdy na rowerze. Serce dzieli między Bieszczady i Podlasie, gdzie spędziła ponad 11 lat. Dumna matka Marcina. O sobie mówi: *Jestem inżynierem i artystą - rysuję to, czego nie umiem wyrazić słowem.*



Aniu, gratuluję wystawy w sokólskiej Bibliotece, dzięki Twoim pracom – warto po dwakroć zajrzeć pod ten adres. Po pierwsze można wyjść z lekturą na wakacje a po drugie: zaspokoić głodek artystycznych doznań... bo z ręką na sercu mówię: fajne te Twoje grafiki...

Dziękuję, czuję się prawie tak jakbyś komplementowała moje dzieci, bo w sumie każda z nich, jak dziecko - zawiera część mnie.

Zdradź, proszę, trochę „kuchni.” Jak powstają graficzki? Długo? Na czym jej tworzysz?

Powstają w komputerze, czasem szkicuję coś ołówkiem, kredką, mazakiem, ale generalnie to grafika komputerowa. Jest impuls, coś „zaklika” w głowie i natychmiast muszę to narysować. Moje narzędzia to Illustrator, Photoshop i tablet graficzny. Nieraz jest to praca kilkudniowa, a czasem wystarcza kilka części mnie.

godzin. Kora np. była impulsem – powstała błyskawicznie w ciągu ok. 2 godzin.

Na co dzień planujesz przestrzeń w urzędzie gminy w Firleju (woj. lubelskie), a kiedy powstają grafiki?

Zwykle późnym wieczorem, a nawet w nocy. Gdy zaczynam rysować wyłączam się i jestem tylko ja, komputer i muzyka w słuchawkach. Tracę poczucie czasu.

Bardzo śledziłam Twój graficzny coming out na FB. 1 czerwca pokazałaś światu swoją szufladę artystyczną – jak wspominasz ten moment, coś się zmieniło od tego dnia? Warto było, a może żal?

RysowAnki powstały dużo wcześniej, ponad rok temu, co jakiś czas wrzucałam jakąś grafikę, z opisem lub bez i tak to sobie spokojnie dryfowało. Aż przestało mi to wystarczać. Potrzebna była zmiana, jakiś ruch, zbyt wiele spokoju mnie męczy. (śmiech) Jak śpiewa Basia Wrońska „Teraz jest najlepszy czas, żeby w skrzydła puścić wiatr. Nie czekaj” i ja właśnie

poczułam, że to TEN moment. Zebrałam to, czego nie pokazywałam wcześniej i stworzyłam coś w rodzaju wystawy wirtualnej. Czy było warto? Tak, jak najbardziej. Wydarzenie spotkało się ze sporym odzewem, przybyło wielu nowych fanów, jest większe zainteresowanie, pojawił się kontakt z odbiorcą – ludzie piszą, pytają. Więc tak, zdecydowanie nie żałuję.

Muszę zapytać o inspiracje, masz swoich graficznych guru?

Marta Frej. Kocham ją bezgranicznie, śledzę karierę, kocham jej spojrzenie na świat, bardzo bliskie mojemu zresztą.

Myszę, że w moim spojrzeniu na kobietę jako taką, jest też trochę Franciszka Starowieyskiego, którego nawia-



sem mówiąc miałam zaszczyt i ogromną przyjemność poznać osobiście w czasie studiów i spędzić miesiąc wakacji obserwując jego wystawę, a wcześniej przygotowania do niej.

Kontempluję Twoje graficzki – i to nie są przypadkowe tematy, portrety...

To są impulsy, takie nagłe błyski. Pykl i coś widzę, i nie mogę już „odzobaczyć”. (śmiech) Przychodzą do mnie nagle. Czasem w związku z jakąś sytuacją, jakąś emocją. Przychodzą i nie chcą odejść zanim nie zwizualizuję ich w grafice. Często wkręcam się w temat i powstaje mini seria – jak np. baletnice albo łobuziaki – czyli Pippi i spółka.

Kobieta, kobiecość to motyw, po który sięgasz bardzo często... i to w różnych odsłonach: znajdziemy tu efemeryczne baletniczki, ale także pięściarki w akcji, dużo większych i mniejszych ikon popkultury... ale wszystkie trochę bliskie tytułowi książki sprzed lat „Grzeczne dziewczynki idą do nieba, niegrzeczne idą tam,

Oj tak, zdecydowanie bliżej. Nigdy nie byłam grzeczna. (śmiech) Buntowałam się już od czasów przedszkolnych, potem ciągle walka osobowości z szablonością, i wizyty rodziców w szkole. Dorosłe życie, cóż ciągle szukam swoich dróg. Nie godzę się na „jakoś tam”, zawsze chcę więcej. Nigdy do końca nie wpisałam się w żaden schemat – to nudy. (śmiech) Generalnie zawsze jestem przede wszystkim sobą, nie wszyscy to moje JA akceptują (śmiech), ale nie mam z tym problemu.

Nie stronisz także od autoportretu, może to w myśl wspomnianej Fridy: „Jestem tematem, który chcę znać najlepiej”?

Tak, często rysuję po prostu siebie, a raczej swoje wnętrze. Te grafiki związane są zawsze jak u Fridy Khalo z jakimś stanem emocjonalnym, wyrażam się właśnie w ten sposób. A że temperament mam iście włoski - to ten kociołek we mnie buzuje. Łatwiej jest mi pokazać coś grafiką niż opisać słowami, rysując siebie, rysuje swoje emocje, rozprawiam się z nimi niejako...



gdzie chcą” (U. Ehrhardt). Frida Khalo, Amy Winehouse, Monica Bellucci, Kasia Nosowska, Kora, Audrey Tautou... chyba bliżej Ci do buntowniczek i łobuziar życiowych i artystycznych – takich, które podążają absolutnie własną drogą?

Miłość i muzyka - je też znajdziemy na w Twoich grafikach...

No cóż, miłość to coś co jest bliskie każdemu człowiekowi, albo tego doświadczył albo o tym marzy. Nie mniej wszyscy bez wyjątku zоста-

liśmy nią „dotknięci”. Miłość romantyczna, rodzicielska, ta pierwsza i ta dojrzała. A muzyka? Jest obecna na co dzień, nie wyobrażam sobie bez niej życia.

Nie byłabym sobą, gdybym nie zapytała o Pippi – jej figlarną facjata także zerka na nas z Twoich grafik, czyżby bliskie jej „idee” – nie były też obojętne Tobie: żyj po swojemu i bądź odważna, jesteś piękna taka, jaka jesteś, i najważniejsze: nie bądź taka na serio...?

Bo tak właśnie trzeba żyć – z przymrużeniem oka. (śmiech) Bycie bardzo „serio” niesamowicie i niepotrzebnie obciąża.

Kock, w którym mieszkasz - podobnie jak Sokółka – to nie za duża miejscowość na ścianie wschodniej, czym teraz żyje? Może warto się tam zapuścić letnią porą?

Zdecydowanie warto. Kock ma ogromny ładunek historyczny. Był świadkiem wielu ważnych wydarzeń. I tę historię i poszanowanie dla niej widać w atmosferze miasteczka. Bliżej można ją poznać w muzeum multimedialnym, gdzie można np. pobawić się w architekta, zbudować makietę średniowiecznego miasta, zajrzeć przez okno do żydowskiej chaty oraz spróbować swoich sił na jednym z dwóch stanowisk strzeleckich z replikami karabinów. Dla mnie jako architekta i urbanisty szczególnie cenną wartość ma zachowany układ urbanistyczny centrum, oraz zabytkowe obiekty. Palce maczał w tym jeden z najwybitniejszych architektów klasycyzmu

Szymon Zug. Dzięki temu, że jestem z Kocka, w czasie studiów zdałam z marszu „zerówkę” z historii architektury u bardzo wymagającej profesor. Tak się rozgadałam, że nie miałam więcej pytań. (śmiech)

A wracając, do grafik - jeśli ktoś zapragnie mieć RysowAnkę na własnej ścianie, co ma zrobić?

Skontaktować się ze mną oczywiście, najlepiej w wiadomości za pośrednictwem strony. (FB RysowAnki - red.)

Co przed Tobą graficznie?

Mam nadzieję, że jeszcze wiele, że to dopiero początek tej drogi. W przygotowaniu duża wystawa w Lublinie, o tematyce kobieco- (a jakże) sportowej. Planowana jest na wrzesień. A potem kto wie, może „Taniec z Gwiazdami” (śmiech)

Dziękuję Ci serdecznie za rozmowę i za sympatyczny „wernisaż” skrojony na miarę stanu epidemii. Gorąco Cię tu do nas zawsze zapraszamy, wiedz że babka ziemniaczana – to nie jest nasze ostatnie słowo, mamy jeszcze kiskę... hihi

Och, macie mnóstwo dobrych rzeczy, a przede wszystkim dobrą energię i zapewniam Cię, że nie raz jeszcze skorzystam z zaproszenia.

Rozmawiała Aneta Tumiel

Wystawę można oglądać w holu Biblioteki Publicznej w Sokółce, w dni robocze, w godz. 8.00-16.00. Prace autorki będą prezentowane w lipcu i sierpniu. Zafrapowanych grafikami odsyłamy na FB: RysowAnki.



29 czerwca w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym im. J. Korczaka w Sokółce grupa 23 podopiecznych Stowarzyszenia Na Rzecz Wspierania Osób Niepełnosprawnych „Pod Skrzydłami” rozpoczęła półkolonie warsztatami i zajęciami specjalistycznymi (zajęcia SI, ceramiczne, rekreacyjno-sportowe, Sensoplastyka, kulinarne oraz polisensoryczne w Sali Doświadczenia Świata).

Zajęcia / warsztaty grupowe oraz indywidualne prowadziła wykwalifikowana kadra. Tematyka była różnorodna oraz dostosowana do potrzeb podopiecznych i warunków epidemicznych.

Indywidualne zajęcia z SI pod kierunkiem Elżbiety Januszko-Szymanik, służyły rozwojowi bogatych doznań podopiecznych płynących z otoczenia i poprawie ich odczuwania. W zależności od sposobu odbierania bodźców przez dziecko, ćwiczenia były dobierane w taki sposób, aby stymulowały bazy sensoryczne, sprzyjały ich integracji i wpływały na pracę innych zmysłów – słuchu, wzroku, smaku, węchu. W efekcie zajęć dzieci powinny poprawić równowagę, usprawnić koordynację wzrokowo-słuchowo-ruchową, w tym samym zwiększyć sprawność i wydolność fizyczną oraz poprawić koncentrację uwagi.

Na warsztatach ceramicznych uczestnicy modelowali z gliny, formowali według własnych pomysłów oraz za pomocą foremek. Kontakt z gliną przyniósł doskonały efekt terapeutyczny: relaksował, uspokajał, wyciszał oraz pozwalał na rozładowanie negatywnych emocji. Dodatkowo poprzez pracę z gliną dzieci i młodzież uczyły się koncentracji, cierpliwości, odpowiedzialności, planowania oraz współpracy. **Zajęcia prowadziła Bożena Recko.**

Zajęcia rekreacyjno-sportowe miały na celu zaspokojenie naturalnej, biologicznej potrzeby aktywności ruchowej. Umożliwiały one wspomaganie harmonijnego rozwoju psychofizycznego podopiecznych, a także rozwijanie poczucia odpowiedzialności za zdrowie swoje i innych. Główną formą aktywności ruchowej były gry oraz zabawy ruchowe i zespołowe. Podopieczni, pod czujnym okiem p. Iwony Gieniusz dbali o bezpieczeństwo swoje i współtowarzyszy. Mieli możliwość utrwalenia podstawowych zasad



ruchu drogowego dotyczących pieszych i rowerzystów, a także udoskonalenia sposobów udzielania pierwszej pomocy w razie stłuczenia lub skręcenia kończyny dolnej lub górnej.

Zajęcia z zakresu Sensoplastyki* były poszukiwaniem porozumienia z dzieckiem poprzez wszystkie zmysły, rozwój ich osobowości, usprawnianie ruchowe i manualne, rozwijanie świadomości własnego ciała. Podopieczni w działaniach warsztatowych mogli obserwować, ugniatać, lepić, tworzyć dowolne kształty, a przy tym wszystkim fantastycznie się bawili. Masy były wyjątkowe. Było twórczo, kolorowo, pachnąco, kreatywnie i „brudno”. Zabawa w atmosferze życzliwości, swobodzie działania, braku przymusu dostarczała uczestnikom dużo emocji, radości i uśmiechu. **Zajęcia prowadzone były przez certyfikowanego Trenera 1 stop. Sensoplastyki, p. Katarzynę Dylewską.**

Na warsztatach kulinarnych podopieczni skoncentrowali się na warzywach, owocach - oraz jogurtach, określając ich rolę w żywieniu człowieka i praktyczne zastosowanie. W efekcie swojej pracy sporządzili z nich zdrowe potrawy i napoje, zwracając uwagę na zachowanie zasad BHP, porządek na stanowisku pracy i higienę w okresie pandemii. **Wrażenia wzrokowe, smakowe i zapachowe były najlepszą nagrodą za pracę podopiecznych pod okiem p. Bożeny Mróz.**

Grupowe zajęcia polisensoryczne w Sali Doświadczenia Świata były doświadczeniem doznań zmysłami wzroku, dotyku, słuchu i węchu oraz doświadczenie odprężenia, relaksu

i wyciszenia. Kontakt z różnymi materiałami i przedmiotami za pomocą: dotyku, słuchu, wzroku, węchu, dał możliwość lepszego zrozumienia zjawisk zachodzących w otoczeniu. Zajęcia odbywały się w Sali Doświadczenia Świata z wykorzystaniem specjalistycznego sprzętu: kolumny bulgoczącej, kolumny z piórkami, kurtyny światłowodów, łóżka wodnego, emitera zapachów i wielu innych. Wiele doznań zmysłowych podopieczni przeżyli podczas zabawy ze światłem ultrafioletowym, **Zajęcia przeprowadziła p. Marta Kulmaczewska.**

Po zajęciach grupa wybrała się na lody do Domu Rodzinnego Serce, po tyłu atrakcjach w upalny dzień była to chwila relaksu. W drodze powrotnej uczestnicy poszli na spacer nad jezioro i podziwiali przyrodę. Pierwszy dzień półkolonii sprawił wiele radości i przyjemnych wrażeń wszystkim podopiecznym. **Tekst na podst. Beata Żółtko**

W drugi dzień półkolonii grupa wybrała się pod opieką wychowawców: p. Beaty Boguszewskiej, Beaty Mozołewskiej, Katarzyny Bubieniec, Małgorzaty Hołownia-Iwanow do Ciechanowca. Celem wyprawy było Muzeum Rolnictwa im. Ks. Krzysztofa Kluka. Kierownikiem wycieczki była p. Beata Tur.

Zwiedziliśmy dworską wozownię, obejrzelśmy jedną z największych w Polsce wystaw zabytkowych ciągników, lokomobil i silników. Następnie mogliśmy się wyciszyć w Świątyni pw. Wszystkich Świętych wzniesionej w 1865 r. Dalej udaliśmy

się do wiejskiej chaty wyrobnika - najbardziej znanego mieszkańca wsi wybudowanej w 1851 r. W zabytkowej obórze obok spotkał się przesympatyczne czarne owce - wrzosówki. Po drodze do kolejnej zagrody mijaliśmy muzealną pasiekę uli. Zwiedziliśmy chatę dworską szlachty zagrodowej. Kolejnym obiektem był dwór myśliwski z 1858 r. Trwającą tam wystawą przeniosła nas w bajkowy świat tradycji wielkanocnych Ciechanowskiego Muzeum Pisanki z blisko 2 tys. okazów. Kolejnymi obiektami, które zwiedziliśmy był młyn wodny i wiatrak. Miejschem w Muzeum, w którym odczuwa się obecność patrona ks. Kluka - przyrodnika. jest ogród roślin leczniczych. Była to bardzo ciekawa i pouczająca wycieczka. Pobyt w Muzeum sprawił, że spacer nad jezioro i podziwiali przyrodę. Pierwszy dzień półkolonii sprawił wiele radości i przyjemnych wrażeń wszystkim podopiecznym. **Tekst na podst. Małgorzata Hołownia-Iwanow**

1 lipca podopieczni Stowarzyszenia Na Rzecz Wspierania Osób Niepełnosprawnych „Pod Skrzydłami” pod opieką: p. Bożeny Mróz, p. Bożeny Recko, p. Zyty Biernackiej, p. Agaty Geniusz, p. Małgorzaty Hołownia-Iwanow wzięli udział w kolejnej wyprawie. Jej celem była rehabilitacja społeczna, utrwalenie zasad bezpiecznego korzystania z terenów zielonych, obserwacje przyrodnicze, wdrażanie do przestrzegania zasad higieny z zachowaniem środków ostrożności związanych z pandemią. Wychowankowie z zainteresowaniem obserwowali różne gatunki zwierząt: rysia, niedźwiedzia, kozy, konie, żu-

bra, wilki, danielę, dziki. Spacer po tym pięknym parku dostarczył wiele pozytywnych wrażeń estetycznych. Kolejnym punktem wycieczki był Jurajski Park Dinozaurów w Jurówcach. Dzięki wspaniałemu przewodnikowi wychowankowie mieli okazję poznać fascynującą historię dinozaurów, ich różnorodny wygląd i zwyczaje. Wycieczka była doskonałą okazją do społecznej integracji naszych podopiecznych, kształtowania postaw proekologicznych i rozwijania umiejętności samoobsługowych. **tekst na podst. Agata Gieniusz**

Czwartego dnia półkolonii wszystkie grupy uczestniczyły w wycieczce do Kraśnian na hipoterapię. Celem wyjazdu było wykorzystanie hipoterapii do usprawniania ruchowego i intelektualnego naszych podopiecznych, doskonalenie równowagi, koordynacji, orientacji w schemacie ciała, poczucia rytmu w trakcie jazdy konnej, poszerzenie wiedzy na temat opieki nad końmi oraz rehabilitacja społeczna uczestników wyjazdu.

Otwarta przestrzeń wokół gospodarstwa-łaki, pola las umożliwiły wspaniały relaks na łonie natury, wpłynęły na rozwijanie wrażliwości na piękno otaczającej przyrody w okresie letnim. W porze obiadowej piękny kielbaski oraz jedliśmy pyszny bigos.

Dodatkową atrakcją były przygotowane przez gospodarzy zajęcia zręcznościowe, w których z niezwykłym entuzjazmem i ciekawością wzięli udział chętni i najodważniejsi uczestnicy wyjazdu.

Po zakończonych zajęciach hipoterapii i zabawach na terenie gospodarstwa wyruszyliśmy autokarem do kina Sokół na seans filmowy pt. „Bayala i ostatni smok”- zorganizowany dla uczestników półkolonii. Bajkowe przygody elfów i wrózków zachwyciły widownię.

Składamy podziękowania wszystkim osobom, które umożliwiły atrakcyjny wypoczynek podopiecznym Stowarzyszenia „Pod Skrzydłami” w tak trudnym dla wszystkich czasie. Mamy nadzieję, że wspaniałe emocje których doświadczaliśmy dadzą dobrą energię na cały okres wakacyjny. **Tekst na podst. Katarzyna Bubieniec**

Półkolonie pn. „Wakacje z rehabilitacją” to przedsięwzięcie zorganizowane z otrzymanych dotacji: z Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Sokółce ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, z dotacji otrzymanej z Kuratorium Oświaty w Białymstoku ze środków Podlaskiego Urzędu Wojewódzkiego oraz środków własnych Stowarzyszenia „Pod Skrzydłami” w Sokółce pozyskanych na Charytatywnym Balu Karnawałowym.

„Staramy się zarażać innych pasją do broni” - Strzelnica VIS w Łozowie -

Jest fajne miejsce, niedaleko Dąbrowy Białostockiej, gdzie w bardzo przyjaznych okolicznościach przyrody (no, może gdy trochę psują entourage), można świetnie spędzić czas z rodziną, z przyjaciółmi, znajomymi, w pojedynkę... i zdecydowanie odreagować trudy zmagani z codziennością... Świetna baza na „zrobienie” urodzin, imienin, czy uczczenie innej ważnej, bądź mniej ważnej rocznicy: Łozowo.

Po co do Łozowa? Postrze-lać! Mówisz, że to nie dla ciebie, że broń cię nie pociąga – spróbuj, sprawdź na własnej skórze – emocje gwarantowane! I wiem, co mówię. Nawet jeśli nigdy nie trzymałaś/eś broni w ręku i

Panie Arku, mam taką fantazję – chcę zorganizować koleżance nietypowy wieczór panieński, albo urodziny... możemy się umówić do Państwa na strzelnicę?

Oczywiście, istnieje możliwość zorganizowania wieczoru panieńskiego, kawalerskiego czy też innej imprezy okolicznościowej np. z okazji urodzin, firmowej itp. Nasza oferta jest skierowana do różnych grup i dla każdego znajdzie się coś ciekawego.

Co powinniśmy wiedzieć, przygotować... założymy, że nigdy nie miałyśmy z bronią kontaktu?

Tak naprawdę nie musimy wiedzieć niczego na temat broni. Dla każdej osoby podczas korzystania ze strzelnicy udzie-



co dzień pracujemy zawodowo, a to zajęcie traktujemy bardziej jako hobby - dlatego też staramy się zarażać innych pasją do broni.

Jaka broń jest do dyspozycji?

W swoim zasobie posiadamy ponad 20 sztuk broni róż-



ustawiasz się do strzelania, tak jak widziałas/eś na filmach, hiii, niezwykle życzliwi i otwarci panowie prowadzący strzelnicę cierpliwie i jasno poinstruuja cię w każdym calu, żeby przede wszystkim nikomu włos z głowy nie spadł. Reszta - to już twoja działka: cel-pal-fun!

Kto stoi za strzelnicą? Podlaskie stowarzyszenie o charakterze strzeleckim i kolekcjonerskim „VIS”.

O miejsce zapytałam jednego z właścicieli – ARKADUSZA KONDRACKIEGO.

lamy indywidualnego instruktora, omawiamy z każdym zasady bezpiecznego zachowania się z bronią, ponadto zapewniemy niezbędny sprzęt. Gdy już będziemy gotowi - przystąpimy do strzelania - czyli do dobrej zabawy.

Kiedy strzelnica zaprasza amatorów broni?

Nasza strzelnica otwarta jest zawsze w weekendy, w godz. od 11 do 15, natomiast jeśli chodzi o dni robocze to istnieje możliwość korzystania z niej po wcześniejszym kontakcie telefonicznym i umówieniu się. Na

niego rodzaju i ciągle coś dokupujemy. Do dyspozycji mamy broń przeznaczoną wyłącznie dla osób dorosłych, ale również posiadamy broń przystosowaną dla dzieci. Dlatego zapraszamy na strzelcie całe rodziny, z pewnością każdy znajdzie coś odpowiedniego dla siebie.

Jak trzeba mieć zasobny portfel żeby u Państwa postrze-lać?

Koszt strzelania uwzględniony jest od rodzaju i ilości wystrzelanej amunicji. Ceny wahają się od 1zł do 4 zł za sztukę wystrzelonej amunicji.

Szczegółowy cennik znajduje się na naszym profilu na Facebooku.

Obok strzelnicy nie da się nie zauważyć wiaty pod ogniskowanie – nazwana przez Was „Strefą Relaksu”, rozumiem że też jest do dyspozycji odwiedzających?

Miejsce to powstało właśnie z myślą o osobach korzystających ze strzelnicy, którzy podczas strzelania mogą skorzystać z paleniska i przygotować sobie posiłek i chwilę odpocząć na łonie natury, ale również z myślą o osobach, które chciałyby zorganizować różnego rodzaju spotkania rekreacyjne.

Jak długo strzelnica działa? Dużo ludzi przewinęło się od początku jej istnienia?

Strzelnica została oddana do użytku na jesieni 2018 r. i do tej pory skorzystała z niej spora grupa ludzi. Strzela na niej Stowarzyszenie VIS, Policja i osoby komercyjne.

Dzięki za rozmowę i za świetne emocje na strzelnicy.

Dziękuję również i zapraszam wszystkich tych, którzy chcą spróbować lub już próbowali swoich sił w strzelectwie do odwiedzenia Strzelnicy VIS w Łozowie.

Pytała Aneta Tumiel

Mój jest ten kawałek podłogi

prawdziwe prawdziwka

– Ale, że niby o co chodzi? Szczębieć już zwróciłem, niczego nie zrobiłem.

– Nie chodzi o żade... – dowódca ludzi z aktówkami zamyślił się. Po chwili postanowił zupełnie zignorować to, co powiedział Dziadek – Chodzi o to! – wskazał wyremontowany dom. – Ale że niby o moją chałupę?

– Tak! Właśnie o nią! Byliśmy tu dziesięć lat temu. To był piękny dom! Skansen! Wspaniały i piękny!

– Czy ty mi przypadkiem nie ubliżasz? – spytał podejrzliwie dziadek.

– Skansen! – krzyczał – A ty musiałeś go zniszczyć tymi... nowoczesnymi pierdołami! Tym paskudnym remontem!

– Ale przecież ja tu mieszkam. No i mogę przecie...Tłum z aktówkami zahuczał, a ich szef dalej się piekło.

– A odpowiedzialność moralna?! A zachowanie dorobku kulturowego?

– Panie, czy pana w młodości w azbest przewijali? Przeżute przez korki krokiwe dziedzictwem nazywasz?

– Proszę pana! Dziedzictwo!

– Wolę mieć łeb cały i nic ci do mojego dziedzictwa, cholerniku ty!

– Spotkamy się w sądzie! – krzyknął, a jego armia zaczęła wyciągać jakieś pisma.

- W sądzie? Sądzie? Już ja ci cholera pokażę to dziedzictwo... Dziadek wyciągnął spod ławki szablę i bandolet.

Ech... no cóż. I takie weekendy bywają...

Kamyk

W pierwszy wtorek lipca 2020 r. Cerkiew w Siderce wspomniała narodzenie św. Proroka i Poprzednika Jana Chrzciciela. To parafialne święto, które dla lokalnej społeczności jest jednym z najważniejszych wydarzeń w całym roku. Już od wczesnych godzin porannych przybyli modlili się nad mogilkami swoich bliskich. W odpuscie uczestniczyli m.in.: Wicestarosta Sokólski Jerzy Białomyzy, Komendant Powiatowej SP st. brg. Dariusz Wojtecki, Komendant SG Placówki



Odpust na Jana w Siderce

w Nowym Dworze kap. Wojciech Zyskowski, Komendant Komisariatu Policji w Dąbrowie Białostockiej nadkomisarz Paweł Jakubiak, Wójt gminy Sidra Jan Hryniewicz, Ks. Wojciech Ejsmont, Przewodniczący bractwa Św. Spirydona Daniel Szczurko.

Dzisiaj jesteśmy w miejscu, które powinno nam przypo-

minąć jednoznacznie o tym, kto daje i zabiera nam życie. Jesteśmy na cmentarzu, spoglądamy na naszych przodków. Dzisiaj na świat przychodzi TEN, który mimo, że nie czuł się godny, to ochrzcił naszego Zbawiciela Jezusa Chrystusa. [...] Drodzy bracia i siostry, w sposób szczególny witam dzieci, młodzież, dlatego, że to właśnie oni będą



w przyszłości dbać o ten piękny cmentarz. (...) W tym szczególnym miejscu chciałbym pozdrozić w sposób szczególny wszystkich, którzy noszą święte imię Jan – mówił proboszcz Piotr Hańczaruk.

Boskiej Liturgii przewodniczył ks. młt. mgr Mikołaj Dejnego. Po Liturgii odbyła się uroczysta procesja wokół

cmentarnej świątyni, podczas której wznoszone były modlitwy za spoczywających na cmentarzu parafian. Chciałbym po raz kolejny złożyć serdeczne podziękowania wam wszystkim za to, że dbacie o nasz cmentarz. Kapliczka dzięki waszym ofiarom, pięknieje w oczach - na zakończenie ponownie zabrał głos proboszcz.

A. Siewiewicz

Wakacje z cyrkiem i wolontariatem. Różanystok 2020



W Różanymstoku w ramach Ogólnopolskiego Projektu FIO, trwają intensywne i niezwykle inspirujące prace warsztatowe z zakresu umiejętności cyrkowych ale także rozwoju osobistego i wolontariatu. 18 wychowanków Młodzieżowego Ośrodka Wychowawczego pod okiem wykwalifikowanych fachowców kształci swoje umiejętności praktyczne jak i teoretyczne. Zajęcia ruszyły pełną parą już od lutego, mimo trudnych okoliczności związanych z wybuchem pandemii, zrekrutowano i zakwalifikowano do zajęć młodych i zdolnych chłopaków, przygotowując ich do roli świadomych artystów. Praktyczne zajęcia trwają od kilku tygodni, chłopcy spotykają się cyklicznie, działając w dwóch podgrupach liczących po 9 osób. Jak dotąd odbyły się zajęcia ze specjalistami z zakresu pedagogiki cyrku podczas, których chłopcy wzięli udział w regularnych warsztatach cyrkowych z żonglerki, jazdy na

monocyklu, poi, budowania pokazu cyrkowego, bezpieczeństwa pokazywania ognioch, kija, manipulowania różnymi przedmiotami. W trakcie warsztatów ważnym elementem były gry i zabawy, polegające na budowaniu zaufania, integracji między chłopcami. Wychowankowie wzajemnie się uczyli i mieli ogromny wpływ na atmosferę podczas spotkań warsztatowych. Warsztaty i wykłady z wolontariatu przy użyciu metody doceniającej (appreciative inquiry) pozwalającej odkryć potencjał wolontariatu jako drogi rozwijania swoich zainteresowań, realizowania marzeń i dzielenia się nimi z otoczeniem. Pokazującej inspirującą i motywującą siłę, ale i ryzyko zaangażowania w działalność społeczną osobistych pasji i emocji. Rozwijającą twórcze i niesztampowe myślenie o wolontariacie oraz podsuwając metody pracy wolontariackiej przy zaangażowaniu własnych pasji.

Katarzyna Borowska

Partner

Powiat Sokólski

Stowarzyszenie Towarzystwo „Ziemia Sokólska” organizuje

NABÓR TRWA

KOLONIE

dla dzieci rolników objętych rolniczym systemem ubezpieczenia społecznego

Turnus: **29.07. – 07.08.2020 r. AUGUSTÓW, Hotel Karmel**

Wiek uczestników: **od 10. do 16. roku życia** (pełna informacja u organizatora)

Całkowity koszt turnusu: **1 200 zł/osoba***

Dokumenty do pobrania na: www.sokolka-powiat.pl/2020/06/22/kolonie-2020/

REKRUTACJA TRWA

Budynek Starostwa Powiatowego w Sokółce, Biuro Obsługi Klienta, pok. nr 3 - parter.

Kontakt: **783 583 930**

UWAGA: Decyduje kolejność zgłoszeń, pierwszeństwo mają dzieci i młodzież niekorzystający dotychczas z kolonii organizowanych przez Stowarzyszenie.

ZAPEWNIAMY: transport, 2-, 3-, 4-osob. pokoje z łazienką, 5 posiłków dziennie, wykwalifikowaną kadrę wychowawców, zajęcia w ramach promocji zdrowia i profilaktyki zdrowotnej.

PLANOWANE ATRAKCJE TO M.IN.: wycieczki rowerowe, spływy kajakowe, zajęcia w parku wodnym i na kąpielisku otwartym, zajęcia rekreacyjno-sportowe, rejsy statkiem białej floty, gondolami, zwiedzanie parków pojezierza suwalsko-augustowskiego, ogniska integracyjne.

FUNDUSZ SKŁADKOWY UBEZPIECZENIA SPOŁECZNEGO ROLNIKÓW

*Wypoczynek letni w formie kolonii w ramach promocji zdrowia i profilaktyki zdrowotnej został dofinansowany ze środków Funduszu Składowego Ubezpieczenia Społecznego Rolników w kwocie 750 zł na każdego uczestnika.