



Szept Postomina

nr 302

Rok XXVI
styczeń 2015

Gmina
Postomino



www.postomino.pl
www.postomino.bip.net.pl
ug@postomino.pl
ePUAP: /postomino/skrytka



www.szept.postomino.pl
szept@postomino.pl

nakład: 1500 szt.
ISSN 1429-6578

2015

Szczęśliwego Nowego Roku!

Otwarcie sali wielofunkcyjnej w Postominie



WOŚP w Postominie 11 stycznia 2015



Dzień Babci i Dziadka 21 i 22 stycznia

Wszystkim Babciom i Dziadkom
życzymy
100 lat radosnego życia
w gronie kochających dzieci i wnuków.





Co uradza gminna władza

Na II sesji VII kadencji Rady Gminy Postomino w dniu 10 grudnia 2014 roku Radni podjęli następujące uchwały:

- >> w sprawie wyrażenia zgody na wydzierżawienie nieruchomości na okres powyżej 3 lat
- >> w sprawie przyjęcia Gminnego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Uzależnień dla Gminy Postomino na 2015 rok
- >> w sprawie ustalenia wynagrodzenia Wójta Gminy Postomino
- >> w sprawie zmian w budżecie gminy na 2014 rok
- >> w sprawie zmiany wieloletniej prognozy finansowej Gminy Postomino na lata 2014-2025
- >> w sprawie powołania komisji



rewizyjnej Rady Gminy Postomino

- >> w sprawie powołania stałych komisji Rady Gminy Postomino.

Na mocy stosownych uchwał powołano:

Komisję Rewizyjną Rady Gminy Postomino w następującym składzie:

1. Paweł Czechowski
2. Jan Chabowski
3. Mariusz Franczak
4. Zygmunt Karwacki
5. Janusz Sowiński
6. Helena Żukowska

Komisje stałe Rady Gminy Postomino:

Komisję Budżetu i Finansów w składzie:

1. Zygmunt Karwacki – Przewodniczący Komisji
2. Danuta Rapalska – Zastępca Przewodniczącego
3. Agnieszka Ludwikowska - członek

4. Emilia Foryś - członek
5. Paweł Jędrzejewski – członek
6. Roman Wojtaś – członek
7. Roman Streubel – członek

Komisję Rozwoju Gospodarczego i Rolnictwa w składzie:

1. Paweł Jędrzejewski - Przewodniczący Komisji
2. Mariusz Franczak – Zastępca Przewodniczącego
3. Jan Chabowski - członek
4. Danuta Kujawa - członek
5. Roman Wojtaś – członek
6. Paweł Czechowski – członek
7. Helena Żukowska – członek

Komisję Społeczno - Oświatową w składzie:

1. Emilia Foryś – Przewodniczący Komisji
2. Janusz Sowiński – Zastępca



Przypominamy, że pełną treść każdej uchwały z ostatniej sesji i nie tylko można znaleźć na stronie biuletynu informacji publicznej gminy Postomino pod adresem internetowym:

www.postomino.bip.net.pl
(dział „prawo lokalne”, zakładka „uchwały”)

Przewodniczącego

3. Danuta Kujawa - członek
4. Agnieszka Ludwikowska -członek
5. Danuta Rapalska –członek
6. Roman Streubel - członek

Pierwsza publikacja albumowa Gminy Postomino

Aby przybliżyć turystom odwiedzającym naszą gminę i wszystkim zainteresowanym piękno postomińskiej ziemi, a zarazem umożliwić jej promocję w kraju i za granicą Gmina Postomino wydała album ukazujący wspaniałe walory turystyczne gminy.

Pierwsza tego typu publikacja gminna przyjęła formę ilustrowanego albumu z około 170 fotografiami, wydana na kredowym papierze w twardej oprawie, w formacie 210 x 297 mm, w trzech wersjach językowych: polskiej, niemieckiej i angielskiej. Publikacja wydana została przez wydawnictwo VEGA Studio Adv. z Kwidzyna, w nakładzie 500 egzemplarzy. W liczącym ponad sto stron albumie prezentowana jest m.in.: otaczająca nas przyroda,

zabytki, infrastruktura turystyczna. Wszystkie osoby zainteresowane zapoznaniem się z publikacją zapraszamy do bibliotek i szkół znajdujących się na terenie Gminy Postomino oraz Urzędu Gminy Postomino.

Wydanie albumu zostało zrealizowane w ramach zadania pn. "Wydanie albumu promującego lokalne dziedzictwo kulturowe, historyczne i przyrodnicze Gminy Postomino", dofinansowanego z budżetu Fundacji Partnerstwo Dorzecze Słupi przeznaczonego na wdrażanie Lokalnej Strategii Rozwoju w ramach Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2007-2013 z zakresu małych projektów. Kwota dofinansowania to 17 352,00 zł.



Jasełka w Zespole Szkół w Pieszczu

Jest taki dzień, bardzo ciepły choć grudniowy;
dzień, zwykły dzień, w którym gasną wszelkie spory.
Jest taki dzień, w którym radość wita wszystkich,
dzień, który już każdy z nas zna od kołyski...

19 grudnia w naszej szkole od samego rana pachniało świętami. Tego dnia wszyscy przyszli do szkoły w odświętnych ubraniach. Sale lekcyjne wyglądały bardzo świątecznie. Uczniowie mieli okazję podzielić się opłatkiem, złożyć sobie życzenia. Na ławkach szkolnych zamiast książek zawitały wigilijne śledzie, barszczyk czerwony z uszkami, pierogi, makowiec i inne pyszności. Po wigiliach klasowych wszyscy udali się na widowie szkolną, gdzie odbyło się przedstawienie jasełkowe. Uroczystość rozpoczęła Pani Dyrektor Renata Mazur witając zebranych

i składając wszystkim życzenia. Po wystąpieniu Pani Dyrektor rozpoczęła się część artystyczna. Jako pierwszy wystąpił zespół wokalny „Pieszczanki”. Panie zaśpiewały najbardziej znane polskie kolędy i otrzymały od wszystkich gromkie brawa. Kolejnym punktem programu było przedstawienie jasełek. Organizatorami było stowarzyszenie M.I.S.J.A i nauczyciele Zespołu Szkół w Pieszczu. Scenografia, uczniowie grający z wielkim zaangażowaniem, wspólne śpiewanie kolęd - wszystko to sprawiło, że poczuliśmy atmosferę zbliżających się Świąt Bożego

Narodzenia. Nasi uczniowie popisali się talentem aktorskim i wokalnym. Uroku dodawały barwne stroje naszych uczniów, którzy w tym dniu na chwilę stali się postaciami biblijnymi. Po przedstawieniu nasi goście, członkowie Stowarzyszenia M.I.S.J.A, nauczyciele i pracownicy szkoły udali się na spotkanie wigilijne.

Spotkania wigilijne zamknęły rok 2014. Spotkamy się w styczniu z nowymi pomysłami i chęciami na wszelkie zmiany.

Marzena Juszczak



Otwarcie sali wielofunkcyjnej oraz koncert Zbigniewa Wodeckiego



Piątek 19 grudnia 2014 roku był dniem szczególnym dla społeczności Gminy Postomino, w tym dniu dokonano uroczystego otwarcia Sali Wielofunkcyjnej w Postominie. Sala wspólnie z siedzibą Centrum Kultury i Sportu tworzy znakomity kompleks kulturalno – rozrywkowy, który ma służyć mieszkańcom naszej gminy.

Symbolicznego przecięcia wstęgi dokonali: Janusz Bojkowski – Wójt Gminy Postomino, Daniel Pakos – Przewodniczący Rady Gminy Postomino, Jadwiga Krakowska – Przewodnicząca poprzedniej Rady Gminy Postomino, Marek Leśniewski – Dyrektor Centrum Kultury i Sportu w Postominie, jak również obecni i byli Radni: Danuta Rapalska, Janusz Sowiński, Zbigniew Czerwiński oraz Przewodnicząca Rady Sołectkiej Pieńkowo - Wiesława Dankowska i Sołtys Postomina – Marek Domżałowicz. Poświęcenia nowo wybudowanego obiektu dokonał

proboszcz postomińskiej parafii Grzegorz Faś.

Na zaproszenie Wójta i Dyrektora Centrum Kultury i Sportu na uroczystość przybyli m.in.: radni, sołtysi, dyrektorzy szkół, przedstawiciele firm i instytucji oraz władze gminy. Wójt – Janusz Bojkowski przekazał symboliczny klucz do obiektu Dyrektorowi Centrum Kultury i Sportu – Markowi Leśniewskiemu, który zapewnił obecnych ze będzie się starał, aby Sala była wykorzystywana jak najczęściej i służyła jak największej liczbie mieszkańców Gminy Postomino.

Z okazji uroczystego otwarcia na scenie Sali Wielofunkcyjnej o godz. 18 wystąpił Zbigniew Wodecki. Publiczność przywitała artystę gromkimi brawami. Muzyk przez ponad 60 minut bawił wszystkich swoimi największymi przebojami m.in.: Pszczółką Mają, Zaczynij od



Bacha oraz zabawnymi anegdotami. Niecodziennie mamy okazję odsłuchać tak wspaniałej gry na skrzypcach, czy też trąbce, jaką zapewnił przybyłym do Postomina Zbigniew Wodecki. Recital zakończył kolędą „Oj maluśki, maluśki...”, która wprowadziła wszystkich w świąteczny nastrój.

W podziękowaniu za wspaniały występ Wójt Janusz Bojkowski wraz z Dyrektorem Centrum Kultury i Sportu Markiem Leśniewskim wręczyli artyście statuetkę Rybaka oraz obraz wykonany przez Wychowanków Pracowni Sztuk Pięknych GAMMA.



Ważne w styczniu



*Styczeń rok stary z nowym styka,
czasem zimnem do kości przenika,
czasem w błocie utoyka.*

*Gdy w styczniu mrozy i śniegi,
będą stodoły po brzegi,
gdy styczeń mrozów nie daje,
prowadzi nieurodzaje.*

1 stycznia (czwartek)

Nowy Rok,
Światowy Dzień Pokoju,
Świętej Bożej Rodzicielki

6 stycznia (wtorek)

Trzech Króli
(Objawienie Pańskie),
Dzień Filatelisty

8 stycznia (czwartek)

Dzień Sprzątania Biurka

9 stycznia (piątek)

Dzień Ligi Ochrony Przyrody

11 stycznia (niedziela)

Dzień Wegetarian

17 stycznia (sobota)

Dzień Dialogu z Judaizmem
(obchodzony przez Kościół Katolicki)

21 stycznia (środa)

Dzień Babci

22 stycznia (czwartek)

Dzień Dziadka

24 stycznia (sobota)

Światowy Dzień
Środków Masowego Przekazu

25 stycznia (niedziela)

Dzień Sekretarki i Asystentki

26 stycznia (poniedziałek)

Światowy Dzień Transplantacji,
Światowy Dzień Celnictwa

27 stycznia (wtorek)

Dzień Pamięci Ofiar Reżimu
Hitlerowskiego,
Dzień Pamięci Ofiar Nazizmu,
Dzień Dialogu z Islamem

28 stycznia (środa)

Międzynarodowy Dzień Mobilizacji
przeciwko Wojnie Nuklearnej

Ostatni dzień miesiąca

to 31 stycznia

Wschód słońca: 7:19

Zachód słońca: 16:19

Dzień trwa 9 godz. 0 min

Do końca astronomicznej zimy
pozostaje 47 dni





Uzależnienia behawioralne (część II)

„Nigdy nie wiesz od czego jesteś uzależniony, dopóki sobie tego nie odmówisz”

Uzależnienia behawioralne – czym są i skąd się biorą? – część II.

Uzależnienia behawioralne występują u osób, które poświęcają dużo swojego czasu na wykonywanie jakiejś czynności, bardzo dużo o niej myślą i nie potrafią zaprzestać jej wykonywania mimo, że powoduje to w ich życiu wiele problemów.

Można powiedzieć, że osoba uzależniona od robienia czegoś np. jedzenia, zakupów, podporządkowuje temu całe swoje życie i wszystko inne traci dla niej znaczenie. Osoba uzależniona coraz mniej czasu spędza z rodziną, przyjaciółmi, bywa, że traci pracę, popada w dług. Unika ludzi, kłamie i robi różne rzeczy chcąc utrzymać swoje nałogowe zachowanie. Coraz gorzej się czuje. Kiedy nie może wykonywać swojej „ulubionej czynności” popada w zły nastrój. Coraz częściej towarzyszy jej smutek, zniechęcenie i rozdrażnienie.

Do uzależnień behawioralnych zaliczamy: JEDZENIOHOLIZM.

Jedzenioholizm jest to nawykowe, niekontrolowane objadanie się, mające na celu przede wszystkim „zajadanie” problemów i „zagłuszenie” emocji. Jedzenie staje się automatyczną reakcją na stan podwyższonego napięcia, lęku, niepokoju i innych emocji, nie tylko negatywnych. Pełni rolę „narkotyku” pozwalającego zapomnieć – choćby na chwilę – o przykrych przeżyciach.

KIEDY JEDZENIE STAJE SIĘ NAŁOGIEM – zwykle jemy wtedy, kiedy

jesteśmy głodni. Niekiedy jednak ludzie jedzą nie tylko po to, aby zaspokoić uczucie głodu, ale po to, aby poprawić sobie nastrój. Kiedy zauważają, że za każdym razem gdy jedzą, polepsza im się samopoczucie, zaczynają robić to coraz częściej i coraz bardziej się do tego przyzwyczajają. Inne sposoby na poprawienie humoru zaczynają się wydawać coraz mniej pomocne. Częste powtarzanie tej czynności prowadzi do uzależnienia. Oznacza to, że organizm zaczyna się domagać tego, co wprawia nas w dobry nastrój. O uzależnieniu od jedzenia, czyli jedzenioholizmu mówimy wtedy, kiedy dana osoba dużą część swojego czasu poświęca nie tylko jedzeniu, ale także myśleniu o nim. Osoby uzależnione od jedzenia podporządkowują mu wszystkie sfery życia. To nawykowe, niekontrolowane objadanie się, ma na celu przede wszystkim „zajadanie” problemów i „zagłuszenie” emocji. Niekontrolowane jedzenie staje się automatyczną reakcją na stan podwyższonego napięcia, lęku, niepokoju i innych trudnych do wytrzymania emocji.

JAKIE CZYNNIKI ZWIĘKSZAJĄ RYZYKO UZALEŻNIENIA OD JEDZENIA – Jesteśmy podatni na uzależnienie jeżeli:

- nasz sposób żywienia jest nieprawidłowy (np. jemy więcej niż potrzebujemy);
- byliśmy karmieni wtedy, kiedy przeżywałeś trudne emocje (uczy to kojarzenia jedzenia z radzeniem sobie

z emocjami);

- jemy wtedy, kiedy mamy złe samopoczucie albo problemy;
- w naszym organizmie doszło do zaburzeń w mechanizmach odpowiedzialnych za regulację apetytu;
- mamy niską samoocenę i poczucie, że niewiele jesteśmy warte;
- nie umiemy sobie radzić z frustracją, stresem i trudnymi emocjami.

OBJAWY ŚWIADCZĄCE O TYM, ŻE KTOŚ MOŻE MIEĆ PROBLEM:

- czujemy, że MUSIMY wykonywać daną czynność;
- TRACIMY kontrolę nad wykonywaniem tej czynności: to znaczy, że nie możemy się powstrzymać, żeby tego czegoś nie zrobić, robimy to częściej i dłużej niż planujemy;
- nasz nastrój się POGARSZA gdy musimy OGRANICZYĆ wykonywanie tej czynności;
- musimy poświęcać coraz WIĘCEJ CZASU na wykonywanie tej czynności, aby czuć się dobrze;
- ZANIEDBUJEMY swoje obowiązki, przyjaciół i bliskich, dotychczasowe przyjemności i zainteresowania, ponieważ poświęcamy na wykonywanie danej czynności i myślenie o niej większość czasu;
- mimo tego, że doświadczamy PRZYKRYCH KONSEKWENCJI (do nich zaliczamy gorsze samopoczucie, czasami nawet choroby, długi, kłótnie z domownikami, problemy w szkole

lub w pracy itd.) dalej wykonujemy daną czynność,

KONSEKWENCJE UZALEŻNIENIA OD CZYNNOCI:

- Pogorszenie relacji i kontaktów z najbliższymi osobami i otoczeniem;
- Wzrastające osamotnienie;
- Pogorszenie samopoczucia (wykonywanie danej czynności poprawia nastrój tylko na chwilę);
- Pogłębiający się smutek, rozdrażnienie;
- Pogorszenie samooceny;
- Zaniedbywanie codziennych obowiązków, utrata zainteresowań;
- Rezygnacja z przyjemności i rozrywek, poza wykonywaniem danej czynności;
- Problemy z koncentracją uwagi;
- Zaniedbywanie szkoły lub pracy;
- Problemy zdrowotne.

CO POWINIŃMY ROBIĆ, ŻEBY ZMNIJSZYĆ RYZYKO UZALEŻNIENIA SIĘ OD CZYNNOCI:

- PO PIERWSZE: Nauczmy się radzić sobie z naszym stresem, napięciem i przykrymi emocjami,
- PO DRUGIE: Rozwijamy naszą samoocenę poprzez poznawanie swoich mocnych i słabych stron;
- PO TRZECIE: Rozwijamy swoje zainteresowania;
- PO CZWARTE: Starajmy się w sposób urozmaicony spędzać czas wolny;
- PO PIĄTE: Dbajmy o relacje z najbliższymi i starajmy się



- poznawać nowych ludzi;
- PO SZÓSTE: Sprawdzajmy, czego naprawdę potrzebujemy.

Jedz z umiarem – tylko tyle, ile naprawdę potrzebujesz! Informacja o tym, że jesteśmy najedzeni dociera do naszego mózgu z opóźnieniem. Warto więc po jedzeniu odczekać chwilę, żeby zorientować się, że jesteśmy najedzeni, ale nie przejeżeni. Staraj się przy tym ograniczyć słodkie i kaloryczne rzeczy!

Gdzie szukać pomocy?

Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży Fundacji Dzieci Niczyje 116-111 (telefon czynny jest od 12.00 do 20.00). Strona internetowa www.116111.pl (można zadać anonimowo pytania on-line przez całą dobę).

Punkt Konsultacyjny w Postominie 85A w każdy poniedziałek przyjmuje pani Psycholog od 15.15 – 17.15 (telefon w trakcie dyżuru 59 810 85 13).

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Postominie

źródło: Miesięcznik REMEDIUM, Miesięcznik ŚWIAT PROBLEMÓW

Dla zdrowia, ducha, urody: jak dbać o siebie na co dzień?

Jak dbać o siebie każdego dnia, żeby cieszyć się dobrym zdrowiem, samopoczuciem, a na dodatek świetnie wyglądać? O zdrowych nawykach powinniśmy pamiętać nie tylko od święta albo wtedy, gdy ciało daje znać, że coś jest nie tak.

Przedstawione poniżej zalecenia wydają się oczywiste, a jednak tak często o nich zapominamy. Tymczasem, żeby wpłynąć korzystnie na swoje zdrowie, samopoczucie i piękny wygląd, wcale nie trzeba cudów i masy pieniędzy. Wystarczy dbać o siebie każdego dnia w prosty sposób. Oto garść porad, które ci w tym pomogą.

1. Postaw na regularny tryb życia. Zobacysz sam, że twój organizm szybko się przyzwyczai, a korzyści z nowych nawyków będą wymierne. Zadbaj o to, żeby spać 7-8 godzin na dobę. Pory kładzenia się do łóżka i wstawania powinny być podobne, wówczas unikniesz senności i kiepskiego samopoczucia w ciągu dnia. Przestrzegaj też zasad higieny snu - sypialnia powinna być wywietrzona i cicha. Postaraj się nie jeść 3 godziny przed pójściem spać, unikaj też wieczornego picia napojów kofeinowych i alkoholu (choć alkohol pomaga zasnąć, jakość snu po spożyciu procentów jest gorsza).

2. Odżywiaj się prawidłowo. Jedz pięć posiłków dziennie - jeden duży (obiad), dwa mniejsze (śniadanie, kolacja) i dwa skromne (lunch,

podwieczorek). Unikaj potraw gotowych, przetworzonych i smażonych, zbyt gorących i zbyt zimnych. Sięgaj po produkty świeże, pełnoziarniste pieczywo i makarony, kasze, warzywa, owoce, ryby morskie, nasiona, orzechy, jajka. Na ile to możliwe, urozmaicaj menu. Wcale nie musisz się ciągle odchudzać. Wprowadź do jadłospisu takie produkty, które w naturalny sposób wspomagają przemianę materii i zapobiegają odkładaniu się tłuszczu. Cytrusy, kapusty, brokuły, otręby owsiane czy zielona herbata powinny zawsze zajmować w twojej kuchni miejsce honorowe. Sól, cukier, biała mąka, napoje gazowane czy utwardzone tłuszcze nie pomogą ci w zachowaniu zdrowia i pięknej sylwetki.

3. Kiedy tylko możesz, ruszaj się. Siedzący tryb życia prowadzi do otyłości i licznych problemów zdrowotnych. Ponadto ten, komu brakuje ruchu, jest ospały i apatyczny.

4. Znajdź czas na relaks i ciekawe aktywności - to wiąże się z punktem poprzednim, bo idealnym sposobem na relaks jest ruch na świeżym powietrzu. Poza tym jednak warto znaleźć sposoby na uniknięcie życiowej monotonii. Nie trzeba od razu



Jedz owoce i warzywa
Bo w nich mieszka witamina.
Kto je lekceważy?
Musiałby iść do lekarza.
(autor: E. Burakowska)

wyruszać w podróż dookoła świata. Nowy przepis, nowa znajomość, wyjście do opery, na festiwal, kilka lekcji jazdy konnej - poznawanie nowych rzeczy pobudza umysł, wzmacnia entuzjazm, sprawia, że stajemy się ciekawszymi i szczęśliwsiymi osobami.

5. Obserwuj siebie i wykonuj regularne badania - cytologia, badania piersi, morfologia, mocz, regularne kontrole u stomatologa. Często brakuje nam czasu na wizytę u lekarza, a przecież jeśli zachorujemy, stracimy go dużo więcej. Gdy coś ci dolega, po prostu zapisz się na kontrolę i oddaj problem w ręce fachowca.

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Postominie
źródło: www.w-spodnicy.ofeminiunum.pl

Oddziały przedszkolne w trakcie modernizacji



Już możemy zobaczyć efekty realizowanego projektu pn. „Modernizacja oddziałów przedszkolnych, czyli likwidacja barier w dostępie do edukacji przedszkolnej na terenie Gminy Postomino”.

Główny cel projektu to poprawa warunków funkcjonowania istniejących w szkołach podstawowych oddziałów przedszkolnych, czyli tzw. „zerówek”. Oddziały przedszkolne w Jarosławcu, Pieszczu i Staniewicach zostaną dostosowane do realizacji nowych zadań, tj. świadczenia opieki przedszkolnej wobec 3 i 4-latków.

W szkołach objętych projektem zmodernizowane i dostosowane zostały toalety dla dzieci i personelu - wymienione zostały umywalki i ustępy, zakupione zostały nowe akcesoria łazienkowe.

Zakupione zostało także

wyposażenie zapewniające bezpieczne warunki opieki nad dziećmi, nowe zabawki, pomoce dydaktyczne, artykuły plastyczne, sprzęt komputerowy, sprzęt audiowizualny, tablice i programy interaktywne.

Dla oddziałów przedszkolnych w Zespole Szkół w Jarosławcu utworzony został nowoczesny plac zabaw z bezpieczną syntetyczną nawierzchnią.

Niebawem nastąpi dostawa wyposażenia stanowisk nauczycieli, mebli i wyposażenia sal, mebli do szatni, wyposażenia wypoczynkowego: puf, leżarek, kanap itp. Projekt zrealizowany zostanie do końca lutego 2015 roku.

Projekt jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

100 lat Janiny Drzewieckiej

Piękny jubileusz 100-lecia 03 grudnia 2014 roku obchodziła długoletnia mieszkanka naszej gminy Pani Janina Drzewiecka.

W roku 1946 wraz z małżonkiem przybyła z okolic Konina do Pieszcza, gdzie wspólnie pracowali we własnym gospodarstwie rolnym o pow. 10,5 ha. Pani Janina to mama szóstki dzieci, babcia dwunastu wnuków i prababcia dwudziestu czterech prawnuków. Od czterech lat mieszka z jedną z córek w Darłowie.

Dostojną Jubilatkę w dniu setnych urodzin odwiedziła delegacja postomińskiego samorządu – Wójt

Janusz Bojkowski, Przewodniczący Rady Gminy Daniel Pakos, Kierownik Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej Krystyna Ślebioda oraz jej współpracownicy. Wójt złożył Jubilatce życzenia i gratulacje od całej społeczności Gminy Postomino odczytał także list od Pani Premier Ewy Kopacz.

Dla Pani Janiny przybycie tak wielu gości było miłym zaskoczeniem, a zarazem wielkim przeżyciem.

Zacnej Jubilatce i jej bliskim życzymy, aby radość z życia towarzyszyła im jak najdłużej i już nie sto, ale dwieście lat!



Od lewej:
Daniel Pakos - Przewodniczący
Rady Gminy,
Janina Drzewiecka - jubilatka
Janusz Bojkowski - Wójt Gminy



Wójt Gminy - Janusz Bojkowski
odczytuje list
od Premier Ewy Kopacz



Jubilatka z córkami
i najmłodszym prawnukiem

Aktualności inwestycyjne

Kolejna Schetynówka cieszy mieszkańców Gminy Postomino

Dnia 18 grudnia dokonano odbioru końcowego inwestycji pn.: Przebudowa i budowa drogi gminnej w miejscowości Rusinowo. To już piąta inwestycja zrealizowana przez Gminę Postomino w ramach Narodowego Programu Przebudowy Dróg Lokalnych - Etap II Bezpieczeństwo - Dostępność - Rozwój.

W ramach zadania przebudowano drogę gminną w miejscowości Rusinowo na odcinku 1280 m, gdzie zastosowano brukową kostkę betonową. Następnie wybudowano drogę rozpoczynającą się w miejscowości Rusinowo, a kończącą przy pasie startowym. Inwestycja ta na odcinku o długości 695,5 m biegnie

w obszarze leśnym w pasie nadmorskim, a jej konstrukcja wykonana została z betonu asfaltowego. Dodatkowo wzdłuż drogi wybudowano ciąg pieszo - rowerowy. Całkowity koszt zadania wyniósł 3 007 111,48 zł.

Prace trwają

Wciąż trwają prace remontowe remizy OSP w Karsinie i przebudowa drogi gminnej w obrębie Pieńkowo oraz budowa chodnika z przebudową zatoki autobusowej w miejscowości Nacmierz.

Ogłoszono przetarg

W grudniu ogłoszony został przetarg nieograniczony na dostawę dwóch średnich samochodów ratowniczo-gaśniczych dla jednostek OSP w Chudaczewie i Karsinie.





wieści szkolne ***

wieści szkolne ***

wieści szkolne

Mistrzostwa Świata w Warcabach Stupolowych



Dzieci ze Szkoły Podstawowej ze Staniewic uświetniły otwarcie Mistrzostw Świata w Warcabach Stupolowych, które rozpoczęły się 17.12.2014r. w Dąbkach.

Pierwszoklasiści ze Staniewic dumnie wkroczyli na parkiet w rytm poloneza, natomiast dziewczynki ze starszych klas zatańczyły taniec nowoczesny.

Oba występy zostały nagrodzone gromkimi brawami uczestników Mistrzostw ze wszystkich stron świata. Przygotowaniem choreografii oraz strojów zajęły się Pani Magdalena Woropaj - Stępień oraz Pani Janina Perelka.

Elżbieta Walkowiak

Międzynarodowy Dzień Praw Człowieka



Dnia 10.12.2014 r. po raz kolejny w kl. III b Szkoły Podstawowej w Postominiu obchodzono Międzynarodowy Dzień Praw Człowieka – Praw Dziecka. Od rana uczniowie uczestniczyli w nietypowych zajęciach teoretyczno-praktycznych poświęconych prawom i obowiązkom najmłodszych na zajęciach komputerowych. Po

prezentacji uczniowie rozmawiali na temat praw dziecka oraz wskazywali przykłady ich łamania. Uczyli się również jak zachować się w sytuacji, gdy łamane są ich prawa. Następnie w części warsztatowej dzieci ilustrowały najważniejsze dla nich prawa tworząc „pociąg praw dziecka”. Największą atrakcją była jednak przygotowana przez wychowawczynię

niespodzianka – zamiana ról, a mianowicie uczniowie prowadzili zajęcia - byli nauczycielami.

Mam nadzieję, że ustanowienie takiego dnia uświadomi dzieciom, iż mają swoje prawa i powinny wiedzieć, jak z nich korzystać, a dorosłym przypomni, że mają tych praw zawsze przestrzegać.

Ewa Kulczak - Leśniewska

„Metafora nie zna granic”



Kolejny raz grupa teatralna Metafora z Zespołu Szkół w Pieszczu udowodniła, że jeśli coś się robi z pasją, to musi się udać i dnia 27 listopada 2014 roku zaprezentowała kabareton, składający się z pięciu znanych scenek - trochę zmienionych i ocenzurowanych.

Grupa wystąpiła w składzie: Daria Szwiec, Kamil Lisek, Agnieszka Kowal, Zuzanna Kowalska, Adrianna Zielonka, Patryk Pasternak - to weterani grupy i osoby, które dołączyły w bieżącym roku szkolnym: Natalia Gołębiowska, Weronika Sałata i Natalia Sirko.

Uczniowie z przymrużeniem oka zaprezentowali najpierw „Lekcję języka polskiego”, w której uczestniczyli również nauczyciele i widzowie. „Rozmowa mamusiek” była żartobliwym dialogiem zbudowanym z wyrazów, których brzmienie jest

podobne, ale znaczenie zupełnie inne, co wywoływało wiele śmiechu, bo jakże można pomylić latorośl z naroślą? „Smerfne przesłuchanie” przeniosło wszystkich na komisariat policji, a „Dresiara w SPA” pokazała jak nie należy się zachowywać. Na koniec znany Romeo wspinał się po drabinie na balkon do swojej ukochanej Julii. Niestety wpadł nagle Tarzan i tak „namieszal”, że Julia wyśpiewała: „Nie będę Julią wierną na balkonie”. To z kolei doprowadziło do tego, że chłopcy wybrali „wolność i swobodę”.

Mottem przewodnim kabaretonu była myśl jednego z członków grupy - „Metafora nie zna granic”. Oklaski i łyzy wywołane śmiechem są najlepszym dowodem tego, że początkujący aktorzy stanęli na wysokości zadania i zagrali swe role niemal jak profesjonaliści. Warto dodać, że ogromnym dystansem do siebie wykazali się nauczyciele, którzy wspaniale się bawili, bo wiedzą że „śmiech niekiedy może być nauką, kiedy się z przywar, nie z osób natrzęsa”.

Podziękowania składamy naszej niezawodnej obsłudze technicznej, czyli Bartkowi Opalka.

Alicja Bukowska

Konkurs „Karuzela z piosenkami”

Dużą popularnością cieszył się konkurs piosenki zorganizowany w klasie III C Zespołu Szkół w Postominiu. Dzieci prezentowały zarówno piosenki szkolne, jak i najnowsze przeboje polskich gwiazd muzyki rozrywkowej. Najpiękniej wystąpiła Ines Schönwald z piosenką „Kundel bury” i to ona zdobyła pierwsze miejsce i puchar ufundowany przez wychowawcę. Wszystkim uczestnikom serdecznie gratuluję.

Krystyna Gąsiorowska



Mikołajki w Pieszczu



9 grudnia był wyjątkowym dniem w naszej szkole. Tego dnia nasi uczniowie spędzili czas bez troski. Do naszych milusińskich przybył Mikołaj przynosząc wszystkim bogate paczki. Nastrój był iście przedświąteczny. Z twarzy wszystkich nie zniknęły uśmiechy. Na każdego czekało coś miłego. W tym dniu odbywały się rozgrywki sportowe, konkurs plastyczny na najładniejszą kartkę świąteczną, różnego rodzaju gry edukacyjne. W klasie nr 4 można było się pośmiać oglądając kabarety, a w dalszej kolejności film „Szybcy i wściekli”. W pracowni informatycznej można było zaprojektować swoją kartkę świąteczną oraz zagrać w gry edukacyjne.

Chciałabym bardzo podziękować mojej uczennicy Oliwii Szczepanek za nieopisaną pomoc w organizacji Mikołajek.

Marzena Juszczyk



„Andrzejkowe czary”



Jest taka noc w roku, kiedy świat realny łączy się ze światem magii, czarów, wróżb. Noc Św. Andrzeja jest nocą niezwykłą. Niezwykła była też zabawa andrzejkowa, która odbyła się 28 listopada 2014 r. w kl. III b w Szkole Podstawowej w Postominie. Dzieci często zastanawiają się, co ich w życiu spotka, planują i marzą, o przyszłości m.in. jaki zawód będą wykonywać, gdzie udadzą się w podróż, czy też

czego powinny się wystrzegać. Nie zabrakło ustawiania buczków i tradycyjnego lania wosku. Czas pomiędzy wróżbami urozmaicał poczęstunek – wspaniała pizza w wykonaniu Pani Ani Ruchniak. Andrzejkowe zabawy dostarczyły wszystkim uczestnikom wielu niezwykłych przeżyć i emocji.

Ewa Kulczak – Leśniewska

Mikołajki w III b



W polskim kalendarzu zapisany jest dzień, który niesie wiele radości, zabawy i upominków – to dzień 6 grudnia, tzw. Mikołajki.

Już od rana na szkolnych korytarzach widać było „pomocników” Mikołaja w charakterystycznych czapkach. W każdej z klas mówiono

o postaci „pogodnego staruszka w czerwonym stroju, z białą brodą zwanym „Świętym Mikołajem”, który przyjedzie saniami. Święty Mikołaj wreszcie przybył. Dla każdego ucznia klasy III b ze Szkoły Podstawowej w Postominie miał słodki upominek, który został wręczony po

wyrecytowaniu wierszy i odśpiewaniu piosenki. Spotkanie z Mikołajem minęło w bardzo miłej atmosferze. Za organizację imprezy serdecznie dziękuję pani Oli Dziewięckiej, pani Justynie Laska, panu Henrykowi Laska i pani Halinie Zębackiej.

Ewa Kulczak - Leśniewska

Mikołajkowy biwak



Uczniowie klasy III C Zespołu Szkół w Postominie już po raz drugi nocowali w swojej klasie. Tym razem odbyło się to w mikołajkową noc, co jeszcze bardziej uatrakcyjniło pobyt dzieci w szkole. Wszystko udało się znakomicie. Każde dziecko samodzielnie przygotowywało sobie posiłki, czas upływał na wesołych zabawach i konkursach. Cisza nocna ogłoszona została dopiero o północy, więc każdy mógł do woli nacieszyć się kolegami. Atrakcją wieczoru były zajęcia plastyczne i możliwość pośpiewania ulubionych piosenek. Był

też czas na zabawy i zajęcia profilaktyczne. Dzieci w czapkach mikołajkowych opowiadały dowcipy i fantastyczne historyjki. Najbardziej tajemniczy moment nastąpił jednak rano. Okazało się bowiem, że mimo zamkniętych drzwi wejściowych odwiedził nas w nocy św. Mikołaj i położył pod poduszki dzieci i pani słodkie upominki. To intrygujące zdarzenie nie daje dzieciom spokoju do dziś.

Krystyna Gąsiorowska



„Kolorowe sny”

Szkola najczęściej kojarzy nam się z miejscem, w którym należy się pilnie uczyć, z ocenami, sprawdzianami, obowiązkami i z ławkami, w których ciężko czasami wysiedzieć. Uczniowie z Zespołu Szkół w Pieszczu, zostając w szkole na noc z dnia 21 na 22 listopada 2014 r. mieli możliwość przekonać się, że nie zawsze tak musi być. Okazało się, że w klasach całkiem fajnie można się bawić, rozmawiać i wspólnie coś stworzyć, ale przede wszystkim spędzić noc na szkolnych materacach, (które nawiasem mówiąc są całkiem wygodne). Należy dodać, że grupa uczniów była zróżnicowana wiekowo, ale bardzo zgrana, czego dowodem może być stwierdzenie jednej z uczestniczek – Klaudii Majrowskiej: „najfajniejsze było to, że młodszy mogli



zaprzyjaźnić się ze starszymi”.

Na koniec spotkania uznaliśmy, że takie chwile należy powtarzać i już wiemy, co będziemy robić następnym razem. Opiekunami grupy byli: M. Banasiak i P. Cuch. Składamy

serdeczne podziękowania Pani dyr. Renacie Mazur, Panu Arturowi Struś, Pani Marzenie Juszczak i Pani Grażynie Pietrzyk.

M. Banasiak

W Muzeum Pomorza Środkowego



Śladami zamków Grafitów podążali uczniowie klas II A, II C i III A Zespołu Szkół w Postominie. W ubiegłym roku zwiedzali Zamek Książąt Pomorskich w Darłowie, a teraz odwiedzili zamek w Słupsku. Była to bardzo pouczająca wycieczka. Dzieci utrwaliły sobie znane już

wiadomości i nauczyły się bardzo ciekawych rzeczy. Pogłębiły wiedzę o naszym regionie, o zwyczajach ludzi tu mieszkających, o historii Pomorza Środkowego i jego tradycjach. Wielką atrakcją było też zwiedzenie wspaniałej galerii obrazów Stanisława Ignacego Witkiewicza, która mieści się

w Muzeum Pomorza Środkowego w Słupsku. Dzieła zrobiły na uczniach ogromne wrażenie. Za najciekawszą dzieci uznały jednak ekspozycję historii oręża książąt pomorskich oraz pamiątki po Annie de Croy i jej synu Erneście.

*K. Gąsiorowska,
M. Bukowska i M. Maroszek*



XIV Ogólnopolski Bieg Mił



Dnia 6 grudnia br. Jarosławiec opanowany został przez miłośników biegania oraz Nordic Walking z całego Pomorza jak również z innych regionów Polski, a nawet z Wielkiej Brytanii. Imieniny Mikołaja uczcili oni udziałem w XIV Ogólnopolskim Biegu Mikołajkowym „Powitanie Zimy 2014”. Łącznie zimę powitało 426 zawodników w różnym wieku, to o 78 więcej osób niż w roku poprzednim. Wszystkie biegi rozpoczynały i kończyły się tuż obok pomnika „Jarosławieckiego Rybaka” przy latarni morskiej.

Biuro biegu, szatnie oraz natryski, dzięki gościnności Pani Dyrektora Elżbiety Safaryn, znajdowały się w budynku Zespołu Szkół w Jarosławcu. Z kolei w szkolnej stołówce wszyscy mogli skosztować przepysznej, pachnącej na odległość

Przedsiębiorstwa Budownictwa Specjalistycznego „Olszewski i Synowie” w Sławnie; Radni Rady Gminy Postomino: Daniel Pakos - Przewodniczący, Danuta Rapalska, Zygmunt Karwacki oraz znani słupscy olimpijczycy: Jan Huruk i Barbara Madejczyk.

Zimowe święto biegania o godzinie 11.00 rozpoczęły biegi młodzieżowe. Trasy biegów na dystansach: 600m, 800m, 1000m, 1200m wytyczone były na „Osiedlu Południe”. Łącznie biegi te zgromadziły 228 uczestników ze szkół z całego pomorza. Dystanse poszczególnych biegów dostosowane były do grup wiekowych zawodników. Rozegrano łącznie 8 biegów na 4 dystansach. Zwycięzili:

800 m dziewcząt rocznik 2002-2003:

1. Gradek Zuzanna – Złocieniec
2. Frączyk Nikola – Przechlewo
3. Borkowicz Oliwia – Sławno
4. Kołodziejka Anna – Wszędzień
5. Ginter Monika – Przechlewo
6. Rumińska Marlena – Rędzików

800 m chłopców rocznik 2002-2003:

1. Brzezicki Jakub – Smołdzino
2. Maziejuk Norbert – Smołdzino
3. Raczyński Dawid – Złocieniec
4. Spurek Dominik – Sławno
5. Maciąg Dominik – Damnica
6. Kowalkowski Mateusz – Lejkowo

1.000 m dziewcząt rocznik 2000-2001:

1. Przybyszewska Wiktoria – Ustka
2. Lewno Weronika – Słupsk

2. Kunc Natalia – Smołdzino
3. Barska Kamila – Objazda
4. Przysiecka Katarzyna – Smołdzino
5. Kowal Agnieszka – Pałówko
6. Sapowicz Kamila – Ustka

1.200 m chłopców rocznik 1999:

1. Jefimczyk Norbert – Damnica
2. Kurkul Jan – Pałówko
3. Wysokiński Seweryn – Ustka
4. Kazimieruk Rafał – Smołdzino
5. Mazur Kacper – Smołdzino
6. Różalski Mateusz – Smołdzino

Każdy z młodych zawodników już przy zapisach dostał mikołajową czapkę, bon na grochówkę, a na mecie na każdego czekał okolicznościowy medal oraz tabliczka czekolady.

Zwycięzcy biegów podczas uroczystej ceremonii pod pomnikiem

Szudarska, następną pozycję zajęły: Janina Rudnik i Magdalena Ostrowska.

Wszyscy zawodnicy startujący w zawodach Nordic Walking oprócz pakietów sponsorskich otrzymali również mikołajowe czapki, pamiątkowe medale, okolicznościowe kubki ufundowane przez Stowarzyszenie Kultury Fizycznej Aktywni w Postomino oraz bony na grochówkę.

Podczas dekoracji zwycięzcy otrzymali Puchary Wójta Gminy Postomino natomiast pierwsze trójki w klasyfikacji kobiet i klasyfikacji mężczyzn nagrody rzeczowe.

O godzinie 13.00 przyszedł czas na bieg główny. Na linii startu stanęło 174 zawodników w tym 37 kobiet i 137 mężczyzn. Wśród kobiet najlepsza okazała się Kamila Pobłocka z Lęborka



„Rybaka” otrzymali medale ufundowane przez Starostę Sławieńskiego za miejsca I-III i wejściówki do Parku Wodnego „Jan” w Darłównie, ponadto za miejsca I-VI otrzymali dyplomy i nagrody rzeczowe.

O godzinie 12.20 na starcie stanęli miłośnicy Nordic Walking. W IV Mikołajkowych 2 milach Morskich Nordic Walking „Powitanie Zimy 2014” na dystansie 3.704 m udział wzięło 24 zawodników w tym 12 kobiet i 12 mężczyzn.

Pierwszy na mecie zjawił się – Piotr Brzozowski z klubu „Aktywni Postomino”, na drugim miejscu finiszował Edward Szudarski ze Słupska. Najlepszą trójkę uzupełnił Andrzej Kępa z Koszalina. Wśród kobiet zwyciężyła Saturnina Wilkołek-

przed Angeliką Maciejewską z UKS „Traper” Złocieniec i trzecią Małgorzatą Kasprowicz ze Stopy Słupsk. W kategorii mężczyzn zwyciężył Piotr Pobłocki z Lęborka przed Damianem Gałkowskim ze Sławna i Marcinem Czerniewskim ze Słupska. Najlepszą zawodniczką powiatu Sławieńskiego została Grażyna Antosik, natomiast gminy Postomino Aneta Szostek. Wśród mężczyzn w powiecie najlepszy okazał się drugi na mecie Damian Gałkowski, w gminie zaś najszybszy był mieszkaniec Naćmierza Tomasz Szopiński, który o „włos” wyprzedził swojego kolegę z Klubu Biegacza Bryza Postomino Grzegorza Antosika. Najwcześniej urodzoną zawodniczką była Zofia Kilar, a najwcześniej urodzonym zawodnikiem Wiktor



grochówki.

W tym roku w rolę Mikołajów wcieliły się Panie: Jadwiga Krakowska, Renata Zarzycka oraz Daniela Igras, które wręczały medale oraz czekolady wszystkim uczestnikom.

W rolę starterów poszczególnych biegów wcielili się: Marek Leśniewski – Dyrektor Centrum Kultury i Sportu w Postomino, pełniący zarazem rolę Dyrektora Biegu; sponsorzy: Paweł Pączek – Dyrektor Oddziału BGŻ S.A. w Sławnie, Bogdan Szławski – Prezes Gminnego Przedsiębiorstwa Komunalnego w Postomino, Włodzimierz Olszewski – właściciel

600 m dziewcząt rocznik 2004 i młodsze:

1. Stroike Maria – Przechlewo
2. Stelmach Zuzanna – Szczecurze
3. Kosicka Jagoda – Słupsk
4. Konkol Adrianna – Szczecurze
5. Burzyńska Antonina – Słupsk
6. Springer Jagoda – Złocieniec

600 m chłopców rocznik 2004 i młodszy:

1. Udyć Jonasz – Bobrowo
2. Papice Marcel – Szczecurze
3. Nurkowski Aleksander – Ustka
4. Klementowicz Rafał – Złocieniec
5. Łuczak Sylwek – Lejkowo
6. Białowąg Kacper – Postomino

3. Zielonka Adrianna – Pieszcz
4. Czechowska Łucja – Smołdzino
5. Kowal Wiktoria – Słupsk
6. Białek Adrianna – Ustka

1.000 m chłopców rocznik 2000-2001:

1. Pacenko Rafał – Postomino
2. Kamiński Michał – Smołdzino
3. Schismak Łukasz – Smołdzino
4. Słomka Bartosz – Ustka
5. Żakowski Patryk – Postomino
6. Stankowski Karol – Postomino

- 1.200 m dziewcząt – rocznik 1999:
1. Maciejewska Katarzyna – Złocieniec



Mikołajkowy „Powitanie Zimy”



Parwanicki. Dzięki sponsorom uhonorowano również zawodników, którzy zajęli miejsca 50, 100, 150. Nagrodę specjalną ufundowaną przez Marka Czerwińskiego za zajęcie 50 miejsca otrzymał Grzegorz Nawiński, za zajęcia 100 miejsce nagrodę ufundowaną przez sołtysa sołectwa Jarosławiec Piotra Żuchowskiego otrzymała Sylwia Rutecka, natomiast nagrodę ufundowaną przez Przewodniczącą Rady Gminy Postomino Daniela Pakosa za zajęcie 150 miejsca otrzymał zawodnik z Wielkiej Brytanii Lain Twitchett.

Wszyscy zawodnicy startujący w biegu oprócz pakietów sponsorskich otrzymali tradycyjne mikołajowe czapki, koszulki okolicznościowe i bony na grochówkę. Z kolei na mecie czekały na nich pamiątkowe medale i czekolady. Zwycięzcy w kategorii open

kobiet i mężczyzn otrzymali puchary Wójta Gminy Postomino, natomiast za miejsca II-X pamiątkowe statuetki. Głównymi nagrodami były rowery, które ufundowali: w kat. kobiet – Włodzimierz



Olszewski – Przedsiębiorstwo Budownictwa Specjalistycznego Olszewski i Synowie ze Sławna, a w kategorii mężczyzn – Sklep Sportowy Decathlon Słupsk. Ponadto zajmujący miejsca I-X otrzymali nagrody rzeczowe.

Klub Biegacza „Bryza” Postomino reprezentowało 12 zawodników: Aneta Szostek, Ewa Brzostowska, Beata Wachholz, Tomasz Szopiński, Grzegorz Antosik, Adam Cichy, Dawid Ciesielski, Maciej Januszewski, Jan Kazusek, Ireneusz Topoliński, Janusz Sowiński, Jarosław Białek.

Obsługę sędziowską zawodów zapewnili sędziowie Postomińskiego Kolegium Sędziowskiego Lekkiej Atletyki: Kazimierz Gąsiorowski, Artur Struś, Krzysztof Jurewicz, Marek Domżałowicz. Trasę biegu przygotowali pracownicy CKiS, a zabezpieczali ją funkcjonariusze

przeprowadzić dzięki ogromnemu wysiłkowi włożonemu przez pracowników Gminnego Przedsiębiorstwa Komunalnego w Postominie. Nieoceniony jest też

współorganizatorom i sponsorom jarosławieckiego mikołajkowego święta. Bez Was ta impreza nie mogłaby się odbyć.



Sponsorzy XIV Ogólnopolskiego Biegu Mikołajkowego „Powitanie zimy 2014”:

- Zespół Szkół w Jarosławcu
- Gminne Przedsiębiorstwo Komunalne Sp. z o.o. w Postominie
- LAMINOPOL Sp. z o.o. – Słupsk
- Bank Gospodarki Żywnościowej S. A., Oddział w Sławnie
- Strauss Cafe Poland Sp. z o.o.
- Ciastkarnia, Wytwórnia Lodów TAJA – Roman Tama – Jarosławiec
- DECATHLON Słupsk
- Głos Koszaliński
- Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Postominie
- Gospodarstwo Agroturystyczne u MARZENY – Rusinowo
- Gospodarstwo Rolne – Joanna i Zenon Lech – Wszędzień
- Kiosk Warzywny – Zenon Witek – Postomino
- KRÓL PLAZA SPA & WELLNESS – Jarosławiec
- Lasy Państwowe – Nadleśnictwo Sławno
- MEGAWAT POLSKA – Przedsiębiorstwo Wielobranżowe S. C. – Kazimierz Ordon
- Ośrodek Kolonijno-Wypoczynkowy RAFA – Sylwia i Igor Kwiatkowsy – Jarosławiec
- Ośrodek Wczasowo-Kolonijny BARKA – Ewelina i Stefan Kwiatkowsy – Jarosławiec
- Ośrodek Wczasowo-Kolonijny MARYSIEŃKA – Wojciech Gajewski – Jarosławiec
- Ośrodek Wczasowo-Rehabilitacyjny ARKA – Stefan Kwiatkowski – Jarosławiec
- Park Wodny JAN w Darłóweku
- Przedsiębiorstwo Budownictwa Specjalistycznego OLSZEWSKI I SYNOWIE – Włodzimierz Olszewski – Sławno
- Sklep Sportowy PUMA – Krystyna Grabowska – Sławno
- Sklep Wielobranżowy – Robert Szczepański – Postomino
- Sołtys Sołectwa Jarosławiec – Piotr Żuchowski
- Zakład Piekarniczy JAKUBOWSCY – Wanda i Tadeusz Jakubowsy – Sławno
- Zakład Uboju i Przetwórstwa Mięsnego SENDECKI – Maria i Grzegorz Sendecy – Bobrowiczki
- Zarobkowy Przewóz Osób – Alojzy Niewiadomski – Sławno
- Marek Czerwiński – „Tawerna Maltańska” – Jarosławiec
- Daniel Pakos – Przewodniczący Rady Gminy Postomino

Straży Gminnej z Postomina wraz ze strażakami OSP. Policjanci z Komendy Powiatowej Policji w Sławnie oraz funkcjonariusze Placówki Straży Granicznej w Darłowie zadbali o bezpieczeństwo drogi w Jarosławcu. Całość zabezpieczenia koordynował Komendant Straży Gminnej w Postominie Jarosław Kwiatek. Obsługę medyczną sprawowali ratownicy z grupy „MagMed” z Ustki. Pracę w sekretariacie sprawnie przeprowadzili pracownicy Urzędu Gminy Postomino i Centrum Kultury i Sportu w Postominie, zaś z mikrofonem nie rozstawał się Roman Tobała. Imprezę udało się

wkład i pomoc Elżbiety Safaryn – Dyrektora oraz pracowników Zespołu Szkół w Jarosławcu, w tym pań kucharek, które serwowały znakomitą grochówkę oraz konserwatorów, którzy od początku do końca byli w gotowości do jakiegokolwiek pomocy. Tego dnia było z nami też wielu wolontariuszy. Wszystkim wam serdecznie dziękujemy. **Dziękujemy wolontariuszom,**



Ozłoczone Staniewice



Pod koniec listopada 2014 w Lidzbarku Warmińskim odbyły się Mistrzostwa Polski LZS w warcabach 100 - polowych. Szkoła Podstawowa w Staniewicach wystawiła w tych zawodach dziesięciu reprezentantów: Kacpra Surmę, Oliwię Szwiec, Szymona Pakosa, Annę Gołojuch, Marcela Skrobka, Dominika Girko,

Wiktora Wójcika, Kingę Czarnuch, Nadię Mikołajczak i Milenę Pakos. Swoją grą wszyscy potwierdzili swój wysoki poziom a w szczególności Anna Gołojuch i Marcel Skrobek, którzy w swoich kategoriach wiekowych zajęli I miejsce. Opiekunem i trenerem podczas zawodów była Anna Chylewska-Sroka.

Przygoda z Mikołajem



W niedzielę 7 grudnia 2014r. na pływalni „Hala Gryfia” w Słupsku odbyły się Mikołajkowe Zawody Pływackie dla dzieci i młodzieży z terenu Słupska i okolic organizowane przez Słupskie Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe i Słupski Ośrodek Sportu i Rekreacji. W zawodach wzięło udział 461 uczestników, którzy rywalizowali o miano najlepszego pływaka. Wśród nich była Marta Maciejewska uczennica klasy IVa Zespołu Szkół

w Postominiu, która reprezentowała Szkolny Klub Pływacki „NEON” Darłówek. Wspaniała atmosfera udzieliła się wszystkim uczestnikom zawodów. Sportowcy oprócz okolicznościowego medalu otrzymali słodką paczkę od świętego Mikołaja, który aktywnie zachęcał wszystkie dzieci do wspólnej zabawy, a pomagali mu pomocnicy-ratownicy. Czekamy na następne zawody pływackie, a Marcie życzymy kolejnych sukcesów.

maciejka

Kolejne sukcesy naszych karateków

380 najlepszych w kraju zawodników reprezentujących 87 klubów uczestniczyło w rozgrywanym 13 grudnia 2014 roku w Białej Podlaskiej XXXI Pucharze Polski Seniorów oraz XI Pucharze Polski Juniorów Młodszych i Młodzików Karate Kyokushin. Wśród nich znalazło się również pięcioro karateka z Postomina, którzy godnie reprezentowali swój klub na największej w historii polskiego Kyokushin imprezie tej rangi. Trzeba przyznać, że impreza stała na najwyższym poziomie nie tylko pod względem sportowym, ale także organizacyjnym. Tak duża liczba zawodników sprawiła, że zmagania toczyły się aż na czterech matach, które obsługiwało 50 sędziów oraz wiele innych osób, które odpowiedzialne były za obsługę techniczną. Reprezentanci klubu z Postomina spisali się bardzo dobrze, plasując się w czołówce swoich



kategori. Najlepszy wynik zanotował Łukasz Cichy, który w kategorii seniorów - 70kg. zdobył brązowy medal przegrywając dopiero w półfinale z późniejszym triumfatorem kategorii Wojciechem Żytkiewiczem. Na piątym miejscu w kategorii junierek - 60kg. uplasowała się Agnieszka

Olszowiec, która również w konkurencji kata spisała się nieźle awansując do rundy finałowej i ostatecznie zajęła w niej szóstą lokatę. Na piątych pozycjach znalazły się także Monika Cicha oraz Aleksandra Karpuk. Pierwsza rywalizowała w kategorii senierek - 55kg, druga zaś w kategorii senierek +65kg. W wadze do 55 kilogramów senierek walczyła także Agnieszka Cicha, która w tej kategorii zakończyła udział na 9 miejscu.

Start w Białej Podlaskiej zakończył zmagania karateków z Postomina w 2014 roku. Podsumowując, był to bardzo udany rok w wykonaniu naszych zawodników. Zdobyli oni w nim 27 medali, z czego 3 to medale Mistrzostw Europy, a 5 Pucharu oraz Mistrzostw Polski. Mamy nadzieję, że ciężka praca, jaką zawodnicy wykonują na treningach, również w przyszłym roku zaowocuje równie dobrymi wynikami!

Kąpiel morsów na 262 kilometry polskiego wybrzeża



Nadeszło ochłodzenie, wreszcie optymalne warunki do kąpieli. Wbrew pozorom kąpiel w zimnej wodzie nie jest dla człowieka czymś wyjątkowym. Dowodem tego jest niedzielne południe 30 listopada 2014r., gdzie na integracyjne spotkanie Postomińskiego Klubu Morsów „Wiking” ze Stowarzyszeniem Rozwoju Miejscowości Wicie i jego mieszkańcami, zjechały się trzy morsowe kluby: Darłowscy Twardziele, Korzybskie Reki i Postomińskie Wikingi, którzy na 262 km Polskiego Wybrzeża odbyli kolejną III kąpiel.

„Na Pomorzu my mieszkamy, grupę morsów silną mamy. W zimnej wodzie się kąpiemy, swoje ciało

hartujemy. Jeśli chcesz zachować zdrowie, wskakuj z nami w zimne morze. Gdy spróbujesz, chociaż raz będziesz morsmem cały czas.”

W kąpiel tej udział wzięło 69 morsów, temperatura wody miała 2 stopnie Celsjusza, a powietrza -2 stopnie Celsjusza, plaża przymrożona, falochrony po części oblodzone mrozem. Przywitania uczestników kąpiel dokonał Prezes Stowarzyszenia Rozwoju Miejscowości Wicie – Bogusław Starck.

Dyrektor Centrum Kultury i Sportu w Postominiu Marek Leśniewski, uhonorował statuetką Jarosławieckiego Rybaka przybyłych przedstawicieli władz

samorządowych: Wójta Gminy Darłowo – Radosława Głazewskiego, Burmistrza Miasta i Gminy Kępice – Magdalenę Gryko, Zastępcę Wójta Gminy Sławno – Artura Ciróga, prezesa Stowarzyszenia Rozwoju miejscowości Wicie – Bogusława Starcka.

Rozgrzewkę przeprowadziła instruktorka Marta Wachholz. Po kąpiel na integracyjne spotkanie uczestnicy udali się do świetlicy wiejskiej w Barzowicach, gdzie czekało ciasto z morskich burzyn, herbatka z morskich fali i Neptunowski grzaniec z rumem. Na miejscu odbyło się morsowe podziękowanie gospodarzom i zapowiedź powrotu za rok.

Aktywne Mikołajki w gminie



W dniach 4 i 5 grudnia br. na zajęciach aerobiku w Postominiu i Jarosławcu organizowanych przez Centrum Kultury i Sportu w Postominiu oraz we Wszędzienniu organizowanych przez sołectwo odbyły się aktywne „Mikołajki”. Uczestniczki razem z instruktorką Martą Wachholz w czerwonych przebraniach i czapkach mikołajowych na głowach wspólnie bawiły się w rytmie tanecznych utworów.

Turniej Warcab Stupolowych zakończył Współzawodnictwo Sołectw 2014

29 listopada br. na sali sportowej przy Szkole Podstawowej w Staniewicach odbył się Turniej Warcab Stupolowych rozgrywany w ramach Współzawodnictwa Sołectw 2014. Był to ostatni turniej w całorocznym cyklu. Do rywalizacji przystąpiło 7 sołectw: Staniewice, Postomino, Nosalin, Pieszcza, Królewo, Naćmierz, Pałowo. Warcaby to gra wielopokoleniowa, co udowadnia imponująca różnica wieku pomiędzy najmłodszym, a najstarszym zawodnikiem, były to aż 53 lata.

Rywalizacja była bardzo zacięta. Niespodzianką okazała się drużyna z Pieszcza, która w składzie: Ochocka

Katarzyna, Czyżykowski Bogusław, Czyżykowski Mariusz stawiała opór drużynom z Nosalina i Staniewic, które trenują w tamtejszej sekcji i ostatecznie zajęła 2 miejsce. Najlepsza okazała się reprezentacja Nosalina w składzie: Surma Kacper, Surma Sebastian, Anna Gołojuch, która zwyciężyła wszystkie mecze. Zawodnikami, którzy zdobyli komplet punktów byli: Kacper Surma z Nosalina i Bogusław Czyżykowski z Pieszcza. Najwcześniej urodzonym uczestnikiem był Pan Machelski Zdzisław z Postomina, natomiast najpóźniej Jakob Kukowski z Pałowa.

Serdeczne podziękowania składamy Pani Dyrektor Bogumile

Roman-Struś za udostępnienie sali oraz Pani Annie Chylewskiej-Sroka za sprawne przeprowadzenie rozgrywek.

Wyniki Turnieju Warcab Stupolowych: 1. Nosalin, 2. Pieszcza, 3. Staniewice, 4. Naćmierz, 5. Postomino, 6. Królewo, 7. Pałowo.

W klasyfikacji końcowej Współzawodnictwa w czołówce nie zaszło zmian. Pewnie zwyciężyło sołectwo Postomino, które na 105 punktów wywalczyło aż 98, wyprzedzając drugi Pieszcza i trzeci Naćmierz. Największy progres zanotowało sołectwo Nosalin, które z miejsca 8 awansowało na miejsce 5, spychając sołectwo Jarosławiec na miejsce 7.

Bezpieczni na drodze

Dzieci ze Świątlicy Środowiskowej „Razem lepiej” w Staniewicach aktywnie uczestniczyły w kampanii społecznej pod nazwą „Odpowiedzialny kierowca” firmowanej przez Gminną Komisję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Postominiu.

Dzieci otrzymały miniporadniki dla rowerzystów, kodeks drogowy w pigułce oraz inne materiały edukacyjne. Były rozmowy o bezpieczeństwie, były scenki i test na kartę rowerową. Wszyscy zdali na piątkę z plusem, bo teoretycznie opanowali zasady bezpiecznego poruszania się w pasie ruchu drogowego.

Zwieńczeniem działań edukacyjnych był marsz życzliwości przez Staniewice. Dzieci pod opieką wychowawców: Teresy Rysztak i Hanny Matuszczak stanęły z okazjonalnymi plakatami na parkingu i wręczały kierowcom serduszka. Przejżdżający kierowcy zwalniali, czytali hasła, pozdrawiali i uśmiechali się. Była to ciekawa „lekcja” ucząca zasad bezpiecznego poruszania się po drodze, ucząca szacunku i zasad, zarówno wśród



zmotoryzowanych, jak i pieszych.

Założenia kampanii:

- edukacja najmłodszych w zakresie bezpiecznego uczestnictwa w ruchu drogowym, wskazanie różnic między ruchem na wsi a ruchem w mieście,
- budowa świadomości dotyczącej kultury na drodze i przestrzegania przepisów drogowych,
- promowanie kulturalnego zachowania się w komunikacji publicznej,

- propagowanie ruchu drogowego; zaznajomienie dzieci z przepisami drogowymi i zasadami bezpiecznej jazdy rowerem; przygotowanie do egzaminu na kartę rowerową,
- promocja ekologicznego trybu życia – przybliżenie zasad segregacji śmieci i dbania o środowisko naturalne.

Teresa Rysztak
Hanna Matuszczak

Iskierka radości z Pieszcza



Nie ma jeszcze wprawdzie zimy, ale dookoła panuje już atmosfera zbliżających się Świąt Bożego Narodzenia - czasu magicznego, wypełnionego ciepłem rodzinnym i radością. Są wśród nas ludzie chorzy lub samotni, o których nie możemy zapominać. Dlatego grupa uczniów działająca w zespołach artystycznych przy Zespole Szkół w Pieszczu postanowiła wnieść iskierkę radości w życie innych ludzi i 15 grudnia 2014 roku wybrała się do Ośrodka Pomocy Społecznej „Leśna Oaza” w Słupsku, a 17 grudnia do Rodzinnego Domu Opieki „Leśny Dworek” w Jarosławcu. Celem było nie tylko sprawienie radości i umilenie czasu przebywającym tam osobom, ale i uwrażliwienie uczniów na potrzeby drugiego człowieka i rozwijanie w nich poczucia szacunku oraz pokory wobec osób starszych.

Występy artystyczne rozpoczęła grupa teatralna Metafora przedstawiając zabawną scenkę kabaretową o Mikołaju. Następnie z koncertem piosenek o zimie i Mikołaju zaprezentował się zespół wokalny Brejktu, których śpiew wywołał radość, ale i łzy wzruszenia. Z kolei dynamiczny mikołajkowy taniec grupy tanecznej NAMAWO wprawił wszystkich w żywiołowy nastrój. W organizacji spotkania pomagali uczniowie ze szkolnego Wolontariatu, którzy w „Leśnej Oazie” częstowali wszystkich pysznymi ciastami upieczonymi przez nasze niezastąpione mamy. Do „Leśnego Dworku” pojechaliśmy natomiast z koszem owoców, wszak z pustą ręką nie wypada iść w gości.

W obu ośrodkach zostaliśmy przyjęci bardzo ciepło i serdecznie, a dowodem tego, że to

przedsięwzięcie się spodobało, były oklaski pensjonariuszy, uśmiech na ich twarzach, wspólne śpiewanie piosenek i zaproszenie na kolejne spotkania. W Jarosławcu ugoszczono nas ciastem, a dzieci otrzymały także słodkie podarunki. Składamy wielki ukłon w stronę osób, które z wielkim zaangażowaniem i troską zapewniają swoim podopiecznym warunki godnego życia i pomoc w pokonywaniu problemów dnia codziennego.

Działalność artystyczną i wolontarystyczną wspomogło Stowarzyszenie M.I.S.J.A, realizujące projekt „Otwórzmy drzwi do naszej wsi” finansowany przez Gminę Postomino. My dzięki temu otworzyliśmy również nasze serca.

Alicja Bukowska
Anna Cholewczyńska

Mikołajki w Pieszczu

Radość i śmiech towarzyszyły zabawie mikołajkowej w Świątlicy Środowiskowej w Pieszczu. Dzieci w czerwonych czapeczkach uczestniczyły w warsztatach plastycznych. Pracowały w pięciu losowo dobranych grupach. Starsi pomagali młodszym i organizowali pracę tak, aby każde dziecko brało aktywny udział w zajęciach i zasłużyło na słodki

upominek. Zadaniem grup było wykonanie (zgodnie z szablonem) pięciu reniferów przeznaczonych potem do dekoracji pomieszczeń świetlicy i stołówki szkolnej. Zajęcia bardzo podobały się dzieciom i młodzieży. Był to ciekawy element przygotowań do Świąt Bożego Narodzenia.

Krystyna i Kazimierz Gąsiorowscy



W Dzierżęcinie



27 listopada dzieci z Dzierżęcina bawiły się z okazji „Andrzejek”. Było mnóstwo wróżb i tych starych i tych całkiem nowych. Dzieci wspaniale się bawiły przy blasku świec, biorąc jak zawsze aktywny udział w zorganizowanych atrakcjach.

Atmosfera tajemniczości towarzyszyła im przez cały wieczór. Na zakończenie każdy uczestnik otrzymał czekoladowego mikołaja z okazji zbliżających się „Mikołajek”.

Wioletta Jasińska

Andrzejki i Mikołajki w Królewie



Tradycyjne święta na stałe zagościły w kalendarzu imprez w Świątlicy Środowiskowej w Królewie. Andrzejki to wesoła zabawa z wróżkami, a w tym roku także z wróżką, w którą wcieliła się wychowawczyni pani Mariola. Można było poznać swoją przyszłość wróżąc listkami, szpileczkami, kością i innymi magicznymi przyborami. W świetlicy

zawsze jest ciekawie i nikt się nie nudzi. Mikołajki też były udane. Towarzyszyły im roześmiane buzie dzieci podczas zajęć plastycznych i muzycznych. Dzieci robiły bałwanki z papieru i kolorowały sylwetkę Mikołaja, za co otrzymały słodkie nagrody.

Mariola Bukowska i Kazimierz Gąsiorowski

Odpowiedzialny kierowca



W ramach Ogólnopolskiej Kampanii „ODPOWIEDZIALNY KIEROWCA” młodzież ze Świątlicy Środowiskowej w Pieszczu uczestniczyła w bloku zajęć edukacyjnych, plastycznych i warsztatowych. Świątliczanie zapoznawali się z materiałami dotyczącymi przepisów ruchu pieszych, rowerzystów i kierujących pojazdami mechanicznymi. Na zajęciach plastycznych malowali wybrane znaki drogowe. Dużą popularnością cieszyła się gra edukacyjna „Ruch drogowy”.

Podsumowaniem cyklu było spotkanie z Komendantem Straży

Gminnej Panem Jarosławem Kwiatkiem. Pan Komendant w przystępny i zrozumiały dla dzieci sposób usystematyzował wiedzę na temat podstawowych zasad w ruchu drogowym ze szczególnym uwzględnieniem bezpieczeństwa dzieci. Ukoronowaniem spotkania był konkurs „Zdobywamy kartę rowerową”. Młodzież wykazała się doskonałą znajomością zagadnień dotyczących bezpiecznego poruszania się rowerem. Wszyscy uczestnicy otrzymali certyfikaty udziału w kampanii oraz nagrody za udział w konkursie.

Krystyna i Kazimierz Gąsiorowscy



Pierniczkowe warsztaty



Stowarzyszenie „Razem lepiej” oficjalnie zakończyło realizację zadań w ramach projektu współfinansowanego przez Gminę Postomino pn. „Senior kreatywny”. Jednakże raz rozbudzonej kreatywności trudno powiedzieć stop, więc siłą rozpędu zaplanowane zostały jeszcze dwa działania, czyli wspólne pieczenie pierników i wspólne spotkanie oplatkowe z seniorami z Wszędzienia.

Na gorąco krótka relacja z tworzenia pierniczek, czyli z pierniczenia. Siedziby i profesjonalnego ciasta użyczył nasz jedyny mistrz słodkości, czyli szef piekarni Łącka – Norbert Borucki. Mąki dosypywał, blachy dosuwał – zastępca szefa p. Sławek a pozostała część

zgrupowanych członkiń ciasto zagniatła, wykrawała, lukrowała i palce lizała po różnych słodkościach. Zabrakło księgowych, by policzyć te ciastka, jednak szefowa Barbara skrupulatnie liczyła dziesiątki i setki pierników, a po upieczeniu świątecznych ciastek dzieliła je między pracujących. Wspaniale spisał się Józef przy stole operacyjnym podczas działań piernikarskich.

Przy wspólnej pracy i śmiechu był czas na nowe plany i przydział zadań. Pierniczkami zostaną obdarowani rodziny i sympatycy „Razem lepiej”.

Serdeczne podziękowania dla Szefostwa piekarni Boruckich z Łącka i dla osób poznających trud przedświątecznej gorączki.

Teresa Rysztak

Nauka przez zabawę

Zdobywanie wiedzy wcale nie musi kojarzyć się jedynie ze szkołą i podręcznikami. Wystarczy proste połączenie nauki i zabawy, a wówczas dzieci chętniej zdobywają nową wiedzę i pogłębiają zainteresowania. Taki był właśnie cel małego projektu pn. „Wierszowane dróżki”, realizowanego w czasie wakacji na uliczce Biedronkowej w Pieńkowie przez Stowarzyszenie na rzecz rozwoju i aktywności Pieńkowo – Pieńkówko „Razem lepiej”.

Uczestnicy projektu, czyli dzieci mieszkające przy tej uliczce pod opieką Teresy Rysztak i Krysi Ciechanowskiej, pomalowały przydrożne kamienie na biedronki, pozawieszały wierszyki o przyrodzie, wykonały szyfrowane hasła i pozwoliły wszystkim korzystać do woli z swego projektu.

Uliczka ożyła: mamy i dziadkowie przychodzili z dziećmi, by



wspólnie czytać, liczyć i bawić się.

Miło nam poinformować, że w ogólnopolskim konkursie ogłoszonym przez Wydawnictwo „Zielona Sowa” projekt „Wierszowane dróżki - uliczka Biedronkowa” zdobył prestiżowe II miejsce. Gratulacje dla

Wszystkich, którzy pracowali (szczególne słowa podziękowań dla Nastki Michalskiej, Oli i Ali Ciechanowskich, Julki Czaplji), bawili się i uczyli wspólnie z biedronkami.

Teresa Rysztak

Spotkanie mikołajkowe w Pieszczu

Stowarzyszenie M.I.S.J.A we współpracy z Zespołem Szkół w Pieszczu zorganizowało kolejne spotkanie integrujące uczniów, ich rodziców i społeczność lokalną Pieszcza, Pałowa i Pałówka. Realizując tym samym projekt „Otwórzmy drzwi do naszej wsi” finansowany przez Gminę Postomino, postawiliśmy również na kultywowanie tradycji związanych z obchodzeniem Mikołajek i stworzenie możliwości promocji umiejętności grup artystycznych działających w naszym obwodzie.

Impreza odbyła się dnia 9 grudnia 2014 roku w sali wiejskiej w Pieszczu, a otworzyła ją o godzinie 11.00 Pani Renata Mazur- Prezes Stowarzyszenia M.I.S.J.A., która na początku powitała wszystkich zgromadzonych gości. Oprócz rodziców, babć, dziadków i mieszkańców swoją obecnością zaszczytili nas: Pani Ewelina Ciróg - podinspektor ds. promocji i współpracy, Pani Emilia Foryś - Przewodnicząca Komisji Oświatowej, Radni naszego obwodu – Panowie: Roman Wojtaś i Mariusz Franczak, Pan Bogdan Szlowski - Prezes Gminnego Przedsiębiorstwa Komunalnego w Postominie oraz Pan Zenon Morka- Sołtys wsi Pieszcz.

Wspaniała atmosfera panowała od samego początku. Program spotkania wypełniony był tak, aby nikt ani przez chwilę się nie nudził. Dla rozgrzewki i w oczekiwaniu na przybycie Świętego Mikołaja zgromadzeni goście wzięli udział



w teście sprawdzającym wiedzę o nim, z uśmiechami na twarzy uczestniczyli w zabawie ruchowej, a następnie uczyli się wspólnie piosenki na przywitanie Mikołaja. W dalszej części programu goście mieli okazję obejrzeć i ocenić dokonania grup artystycznych działających przy Zespole Szkół w Pieszczu. Najpierw wystąpiły dzieci z punktu przedszkolnego „Radosny Przedszkolak” w piosence o Mikołaju. Następnie podtrzymując mikołajkową atmosferę grupa teatralna Metafora przedstawiła trzy scenki kabaretowe. W jednej z nich sfermni policjanci zajęli się uczniem, który podając się za Świętego Mikołaja, próbował ukraść przygotowane prezenty. Wspaniałe układy zaprezentowały grupy taneczne Tralalinki i NAMAWO, dzięki którym nogi gości same rwały się do tańca. Potem w nastrój zbliżających się Świąt Bożego Narodzenia wprowadziły nas szkolne zespoły

wokalne Brejktu i Pieszczuski. Nie zabrakło oczywiście Pieszczanek, które swoimi występami wokalnymi uświetniają nie tylko imprezy lokalne, ale i od pięciu lat odnoszą sukcesy, promując tym samym Gminę Postomino w województwie i poza nim. Na sam koniec swoją obecnością zaszczycił nas Święty Mikołaj, który obdarował gości podarunkami, a piękna scenografia i aromat domowego ciasta były dopełnieniem ciepłej i serdecznej atmosfery.

Dziękujemy serdecznie przybyłym gościom, którzy aktywnie uczestniczyli w spotkaniu i obdarowali dzieci słodkimi upominkami oraz zaangażowanym w organizację pracownikom i nauczycielom, a niezawodnym mamom składamy ogromne podziękowania za pyszne domowe wypieki.

Alicja Bukowska

„Balladyna”



Realizacja projektu „Otwórzmy drzwi do naszej wsi” finansowanego przez Gminę Postomino pozwoliła uczniom Gimnazjum z Zespołu Szkół w Pieszczu odwiedzić Nowy Teatr w Słupsku. Uczniowie obejrzeli sztukę pt. „Balladyna” w reżyserii Jana Machulskiego. Wprawdzie scenariusz „Balladyny” powstał ponad półtora wieku temu, ale słupski spektakl przeznaczony jest dla widza współczesnego. Tekst Słowackiego został skrócony, pozbawiony nadmiaru romantycznego patosu i oczyszczony ze słów, dzisiaj znaczących co innego niż wtedy, a niekiedy - wobec współczesnych kanonów obyczajowości - śmiesznych. Wypadły też ze scenariusza fragmenty niewiele wnoszące do akcji. Jan Machulski, reżyser spektaklu, skupia

się głównie na ludziach i konfliktach. Aktorzy doskonale wczuli się w swoje role. Balladynę zagrała Magdalena Kozłowska, a Kirkora Jacek Ryś. Wiele entuzjazmu wzbudziła rola Jerzego Karnickiego - postać Grabca. Doskonale udawał upojenie alkoholem chwiejnym krokiem chodząc po scenie. Scenografem był Bogdan Semotiuk, kostiumologiem - Zofia de Ines. Muzykę skomponowała Anna Saraniecka, a zaśpiewała Renata Przemek. Niemalą rolę odgrywało także światło. W czasie zabójstw czerwona poświata otaczająca Balladynę czyniła ze spektaklu wyjątkowe widowisko.

Na końcu zagrzmiały zasłużone gromkie brawa dla aktorów.

A. Bukowska
A. Cholewcyńska

NAMAWO w Szkole Tańca „Magnetica”

Realizacja projektu „Otwórzmy drzwi do naszej wsi” finansowanego przez Gminę Postomino pozwoliła uczniom Zespołu Szkół w Pieszczu oraz grupie NAMAWO wziąć udział w warsztatach tanecznych. Spotkanie przeprowadzone było w sławieńskiej szkole tańca „Magnetica” przez

instruktorkę tańca Panią Agatę Ludwikowską.

Dwugodzinne warsztaty pozwoliły na trening w profesjonalnym miejscu i pod okiem specjalisty. Zajęcia taneczne kształtowały poczucie rytmu, pamięć ruchową, spostrzegawczość, koncentrację oraz precyzję. Trening

wniósł bardzo ważny aspekt wychowawczy – pokazał, że aby coś osiągnąć potrzeba wysiłku. Należy pamiętać, że taniec kształtuje tancerza wszechstronnie i całościowo. Uczy wytrwałości i konsekwencji. Zdobyta wiedza praktyczna buduje poczucie własnej wartości i świadomość

własnego ciała, które w niezauważalny sposób stają się przydatne nie tylko na parkiecie, ale również w życiu codziennym. To umiejętność zaangażowania duszy w pracę nad ciałem.

Chcielibyśmy bardzo podziękować Pani Agacie za miłe

przyjęcie, fachowe wskazówki oraz pomoc w dążeniu do perfekcji. Nawet późniejsze „zakwasy” nie odebrały nam radości z tańca. Takie spotkania są małym początkiem do spełniania wielkich marzeń.

A. Cholewcyńska

Kącik poetycki



Boże Narodzenie

Jest taki jeden dzień w roku,
gdy składamy sobie życzenia,
to jest dzień Bożego Narodzenia.
Spotykamy się razem w tym pięknym dniu,
aby ten piękny dzień wszystkie troski
usunął w cień.
Zdrowie, szczęście niech w naszych
sercach gości
na dalsze życie razem w miłości.
Żeby wszyscy zdrowi byli i nigdy się nie
kłócili.
Oplatkiem się łamali, zawsze się sobie
kłaniali.
Co do tego jeszcze trzeba?
Brak nam tylko gwiazdki z nieba.
Nasze Stowarzyszenie „Razem lepiej”
To jedna wielka rodzina
Życzę wszystkim dużo zdrowia, szczęścia
na nadchodzący 2015 rok.

Zofia Długońska

Korzenie

rośliny zapuszczają korzenie
umacniają się w ziemi głęboko
można je przesadzać do pewnego czasu
wrastamy jak rośliny w krajobraz dzieciństwa
wracamy w myślach choć z drugiej półkuli

tam się zaczęło życie
na tej wsi mocniejszy nieba lazur
i słońce promieniami
obejmuje całuje jak matka

sny i marzenia malują obrazy
utrudzeni wędrowcy
z bocianim gniazdem jaskółką
wracają z wiosenną nadzieją
by dotknąć tej ziemi dorodnej
zachłystnąć się czystym powietrzem
napić się wody ze źródła

na całym świecie tak nie pachnie bez
i nie ma piękniejszych drzew
co skrywają w szumie swych liści
niezwykle przodków historie

Jadwiga Michalak

Spotkanie Wigilijne

Zespół wokalny „Pieszczanki” oraz Rada Sołecka Pieszcz pragnie podziękować wszystkim gościom zaproszonym na Spotkanie Wigilijne za to, że byliście, za to że wspólnie spędziliśmy te chwile. Chwile, które ciężko opisać słowami, dały tyle radości, wspomnień, uśmiechu, wzajemnej życzliwości, były również łzy wzruszenia i szczęścia. Każdy z nas w tym momencie zapomniał o tabletkach na nadciśnienie na cholesterol, na ból kręgosłupa... i inne dolegliwości, bo atmosfera tego spotkania była wspaniała, miła, taka ciepła, świąteczna, nie boimy się powiedzieć – Rodzinna.

Dziękujemy wszystkim za słowa uznania trudu naszej pracy, wspieranie nas w naszej działalności oraz motywacji do dalszego działania.

Szczególnie dziękujemy za obecność przedstawicielom: Urzędu Gminy, CKiS-u, Radnego Gminy, Pana Prezesa GPK, który tyle ciepłych słów podziwu skierował do nas, Pani Dyrektora i V-ce Dyrektora Zespołu Szkół w Pieszczu, na które zawsze możemy liczyć, są z nami na dobre i złe. Dziękujemy naszym



mieszkańcom „seniorom” koleżankom i kolegom zespołu ludowego „Pieńkowanie” za dopełnienie miłych chwil tego wieczoru oraz wszystkim, tym którzy przed i w trakcie pomagali w przygotowaniach Spotkania Wigilijnego.

Każda jedna, druga, trzecia... godzina, spędzona w miłej atmosferze, to tak jakby ubyło 10 lat życia i napelnia nasze serce radością.

Zdrowych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia oraz Szczęśliwego Nowego Roku życzą Zespół „Pieszczanki” oraz Rada Sołecka w Pieszczu.



Kochanej Jubilatce i Solenizantce

Ewie Ciróg

najpiękniejsze życzenia

pełne szczęścia, radości, zdrowia i uśmiechu

każdego dnia

składają mąż i dzieci z rodzinami

Razem w Wigilię lepiej



Postomińskie Stowarzyszenie „Razem lepiej” wspólnie z mieszkańcami Wszędzienia spotkało się na uroczystym wieczorze oplatkowym w nowym miejscowym budynku świetlicy.

Piękny wystrój, miły nastrój, wspaniałe nakryty stół wigilijny oraz piękne słowa kolęd przy akompaniamencie gitary towarzyszyły temu spotkaniu.

Serdeczne słowa życzeń świątecznych przekazali zebrany dyrektor CKiS Marek Leśniewski, sołtys Wszędzienia Maria Lech Szajner i prezes stowarzyszenia Teresa Rysztak.

Uroczystego rozpoczęcia spotkania oplatkowego dokonał ksiądz proboszcz Andrzej Bagiński.

Sobotnie popołudnie – mimo wietrznej aury – było pełne radości i życzliwości, było wspólne śpiewanie, sąsiedzkie rozmowy, dobre jedzonko i drobne prezenty. Czy do szczęścia trzeba więcej?

Dziękujemy wszystkim za zaangażowanie się w przygotowanie i udział we wszędzieńskim spotkaniu oplatkowym.

Teresa Rysztak

SUNRISE
restaurant disco cafe

organizujemy imprezy okolicznościowe

jubileusze, chrzciny, komunie, rocznice, urodziny, 18-stki, wieczór panieński, wieczór kawalerski, i inne...

firmowe

bankiety, spotkania biznesowe, konferencje, pikniki, szkolenia, imprezy integracyjne, imprezy dla firm

młodzieżowe

studniówki, party, komersy, bale

ATRAKCYJNE CENY · WOLNE TERMINY

Jarosławiec ul. Nadmorska 34
tel. 601 644 083 lub 601 444 118
www.sunrise.net.pl

Harmonogram zajęć popołudniowych

Harmonogram zajęć organizowanych na terenie Gminy Postomino przez Centrum Kultury i Sportu w Postominie w styczniu 2015 r.

| | Poniedziałek | Wtorek | Środa | Czwartek | Piątek |
|----------------------------------|-----------------------|-------------------------|-----------------------|-------------------------|-----------------------|
| Break Dance (grupa młodsza) | 15:30 - 17:30 | | | | |
| Break Dance (grupa starsza) | 17:30 - 19:30 | | | | |
| Zajęcia plastyczne GAMMA (CKiS) | dzieci młodsze | 15:00 - 17:00 | | | Sobota 14:00 - 16:00 |
| | dzieci i młodzież | 17:00 - 19:00 | | | 16:00 - 18:00 |
| Zajęcia karate (hala Postomino) | | | 17:00 - 19:00 | | 17:00 - 19:00 |
| Taneczny Aerobik (sala sportowa) | 18:00-19:00 Postomino | 19:00-20:00 Jarosławiec | 18:00-19:00 Postomino | 19:00-20:00 Jarosławiec | 18:00-19:00 Postomino |
| Świetlica Wiejska w Chudaczewie | | 16:00 - 19:00 | | 16:00 - 19:00 | |
| Świetlica Wiejska w Dzierżęcinie | | 16:00 - 19:00 | | 16:00 - 19:00 | |
| Świetlica Wiejska w Kaninie | 16:00 - 19:00 | | 16:00 - 19:00 | | |
| Świetlica Wiejska w Karsinie | 16:00 - 19:00 | | 16:00 - 19:00 | | |
| Świetlica Wiejska w Masłowicach | 16:00 - 19:00 | | | 16:00 - 19:00 | |
| Świetlica Wiejska w Nosalinie | 15:30 - 17:30 | | 15:30 - 17:30 | | 15:30 - 17:30 |
| Świetlica Wiejska w Pałowie | 16:00 - 19:00 | | 16:00 - 19:00 | | |
| Świetlica Wiejska w Pałódku | | | 16:00 - 19:00 | | 16:00 - 19:00 |
| Świetlica Wiejska w Rusinowie | | 14:00 - 16:00 | 14:00 - 16:00 | 14:00 - 16:00 | |
| Świetlica Wiejska w Wilkowicach | | 16:00 - 19:00 | | 16:00 - 19:00 | |

Biuro Rachunkowe „Akeyza-MD”
76-100 Sławno, Pl. Wyszyńskiego 1 (nad sklepem LUX)
tel. 59 810 26 86, kom. 502 722 507
Obsługa osób fizycznych prowadzących działalność gospodarczą.
Biuro rozlicza:

1. Podatek dochodowy, skala, liniowy, ryczałt
2. Podatek VAT
3. Wnioski emerytalno – rentowe
4. Listy płac ZUS
5. Spadki i darowizny
6. Zeznanie roczne
7. Zwrot VAT z zagranicy

23. FINAŁ

DIAGNOSTYKA GODNA OPIEKI

wielka orkiestra
świątecznej
pomocy

PROGRAM - gmina Postomino

godz. 10.00
SOLECTWA GRAJĄ RAZEM Z NAMI – muzycanci i wolontariusze będą przemierzać teren gminy Postomino zbierając datki

godz. 12.00
ORLIKOWY TURNIEJ w strzelaniu karnych – Postomino Oriek

godz. 12.00
SIATKARZE GRAJĄ razem z nami dla WOŚP – Postomino hala

godz. 13.00
Orkiestra **KĄPIEL MORSÓW** w jez. Marszewo

godz. 13.30
VI Rekreacyjny Marsz NORDIC WALKING „Policz się z cukrzycą”
(zapisy od godz. 13.00 w CKIS)

godz. 14.00
6. BIEG „Policz się z cukrzycą”
(zapisy od godz. 13.00 - parking przy stadionie)

godz. 14.30
oficjalne otwarcie XXIII FINAŁU WOŚP – sala widowiskowa przy Centrum Kultury w Postominie. W programie: aukcje, ogniowa grochówka i kielbaska „zrób to sam”, loteria przekazanych fantów za 300 groszy, występy artystyczne, zajęcia plastyczno-manualne dla dużych i małych, rekord Gminy w Podbijaniu piłeczki tenisowej przemienne - stojąc, program Ratujemy i Uczymy Ratować, Zuumbaaa - Razem wszyscy tańczą

godz. 18.00
KONCERT zespołu Disco Polo „One Moment”

godz. 19.30
Rozpalmy światelko do nieba

Licytacje (aukcje fantów)
odbędą się o:
- godz.: 15.15
- godz.: 16.15

PEDIATRIA · ONKOLOGIA · KARDIOCHIRURGIA
DLA PODTRZYMANIA WYSOKICH STANDARDÓW LECZENIA DZIECI NA ODDZIAŁACH PEDIATRYCZNYCH I ONKOLOGICZNYCH ORAZ DLA GODNEJ OPIEKI MEDYCZNEJ SENIORÓW
Fundacja Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy, ul. Śmiełkowska 18b, 02-728 Warszawa, tel. (22) 832 22 14, (22) 832 32 15, www.wośp.org.pl

9 lat „Wiking” ma

Program spotkania integracyjnego z okazji 9 urodzin Postomińskiego Klubu Morsów „Wiking” Jarosławiec, 25 stycznia 2015 roku

NIEDZIELA – 25 stycznia 2015 roku

Godz. 10.00 - rozpalenie integracyjnego ogniska – Ośrodek „Przywodny” w Jarosławcu, ul. Spacerowa 6

- potwierdzenie udziału na liście obecności,
- odbiór opaski wejściowej,
- integracja z Kapelą Ludową „Pieńkowanie”,
- lokalne smakołyki-herbatka, ciasto, chleb ze smalczykiem.

Godz. 12.00 - formowanie korowodu morsowego (Kapela, Wiking, Neptun, Prozerpina wraz z Orszakami, grupy morsowe, zaproszeni goście),

- przemarsz ulicami Jarosławca (pamiątkowe zdjęcie z Jarosławieckim Rybakim) zejście na plażę nr 3, ul. Spacerowa,

Godz. 12.40 - przywitanie gości przybyłych na urodziny „Wikinga”

- chrzest nowicjuszy
- wspólna rozgrzewka z instruktorką
- pamiątkowe zdjęcie

Godz. 13.05 - rocznicowa wspólna kąpiel morsowa.

Godz. 13.30 - spotkanie integracyjne uczestników kąpieli i zaproszonych gości przy ognisku (kielbaski z rusztu i patyka, gorący zurek i bigosik, jakaś rybka, „wykwintne” sałatki, herbatka, ciasto, grzaniec morsowy) ...

Godz. 13.50 - okolicznościowe wystąpienia

Godz. 14.00 - wręczenia certyfikatów chrztów

- rozstrzygnięcie konkursu na rymowanke,
- wręczenie podziękowań przybyłym klubom,
- szampan i torcik urodzinowy,
- losowanie 30 upominków,
- integracja przy muzyce,

Godz. 15.00 (a może dłużej) - zakończenie imprezy

UWAGA!!!

Uczestnikiem spotkania może być każda osoba która zostanie zgłoszona na specjalnym formularzu do dnia 20 stycznia 2015 r., a w dniu kąpieli (25.01.2014r.) potwierdziła swoją obecność, wpłacając 5 zł w sekretariacie spotkania własnoręcznie podpisując oświadczenie woli.

Konkurs na najlepszy wiersz, rymowanke z użyciem słów: „9 latek dzisiaj mamy, więc do wody zapraszamy”.

Spisane i podpisane rymowanki należy złożyć do godz. 14.00 u organizatorów (sekretariat). Przygotowane drobne upominki.

Chętni adepti do chrztu, podają do dnia 20 stycznia 2015 r. (nazwisko, imię, rok urodzenia, miejsce zamieszkania, oraz przybrane imię morsowe.

Osoba niepełnoletnia może kąpać się pod opieką rodzica lub opiekuna prawnego.

Ciekawe morsowe przeprania będą nagrodzone (w trakcie kąpieli).

Zbieramy grosik do kapelusza – „Pieńkowanie” po raz kolejny będą z nami.

Okolicznościowy upominek w ramach wpisowego

Postomiński Klub Morsów „Wiking” zaprasza zaprzyjaźnione kluby na spotkanie integracyjne z okazji 9 urodzin „Wikinga”, prosząc o wstępne potwierdzenie uczestnictwa.

Osoby do kontaktu:
Ludwikowski Zdzisław – tel. 601-626-330, email: z.ludwikowski@postomino.pl
Pawlowski Adrian – tel. 514-009-680, email: sport@postomino.pl

WESOŁYCH ŚWIĄT

Wszystkim morsom i sympatykom zimowych kąpieli,
Trochę śniegu, trochę mrozu, dużo zdrowia,
szczęścia wszelakiego, hartu ciała, spokoju ducha,
niezapomnianych doznań duchowych i kulinarnych
w świątecznym okresie Bożego Narodzenia.
Wspaniałych chwil spędzonych z rodziną
i przyjaciółmi, a w nadchodzącym Nowym Roku
2015, wielu kąpieli w zdrowiu i dobrym humorze.

Życzą morsowie Postomińskiego „WIKINGA”
wraz z Dyrektorem Centrum
Kultury i Sportu w Postominie

Podziękowania

Serdecznie dziękuję mieszkańcom Staniewic, którzy po raz kolejny obdarzyli mnie zaufaniem i oddali swój głos na moją osobę w tegorocznych wyborach samorządowych. Dziękuję także za okazane wsparcie i życzliwość. Ze swej strony uczynię wszystko, aby nie zawieść Państwa zaufania.

Z okazji Nowego Roku życzę Państwu zdrowia, pomyślności oraz sukcesów w życiu osobistym i zawodowym.

Emilia Foryś

Mieszkańcom Górską, Marszewa i Złakowa serdecznie dziękuję za to, że po raz drugi powierzyliście mi Państwo mandat Waszej radnej. Zapewniam, że będę pracowała na rzecz poprawy jakości życia mieszkańców wyżej wymienionych miejscowości jak i naszej małej ojczyzny – Gminy Postomino.

Z poważaniem
Agnieszka Stożek - Kowalska



Największa sieć sklepów
PO SASIEDZKU



nowe godziny otwarcia

w Staniewicach:

pon.-sob.: 5:30 - 21:00
nie.: 9:00 - 20:00

w Pieńkowie:

pon.-sob.: 6:00 - 21:00
nie.: 9:00 - 20:00



1⁵⁹

Woda Żywiec gaz./niegaz. 1,5l



2⁴⁹

przy zakupie min. 2 szt. Hoop Cola 2l



2⁴⁹

przy zakupie min. 2 szt. Mix Łaciaty Mlekpól 200g

...oraz wiele innych produktów w atrakcyjnych cenach. Zapraszamy!



2⁰⁹

przy zakupie min. 2 szt.

Mleko Mleczna Zagroda 3,2% 1l



3³⁵

Olej zwyczajny 0,9l



28⁹⁵

Proszek do prania Bryza color 7kg

oraz wiele innych

- wypłata gotówki w kasie do 200 zł bez prowizji!
- doładowania liczników energii elektrycznej!
- loteria lotto kaskada (1, 4, 37, 15, 45)
- opłata rachunków (niska prowizja)!
- płatność kartą płatniczą!

Promocja obowiązuje w punktach:

Pieńkowo Staniewice
Pieńkowo 49a Staniewice 15
w dniach
02.01.2015 - 01.02.2015
lub do wyczerpania zapasów



Super cena
10⁹⁵

MK cafe Premium 400g

Podziękowania

dziękuję!

Składam serdeczne podziękowania i gratulację dla wszystkich zawodników i osób z Sołectwa Postomino za dotychczasową współpracę i tak liczne zaangażowanie się w Gminnym Współzawodnictwie Sportowym Sołectw w 2014 roku.

Sołtys
M. Domżałowicz

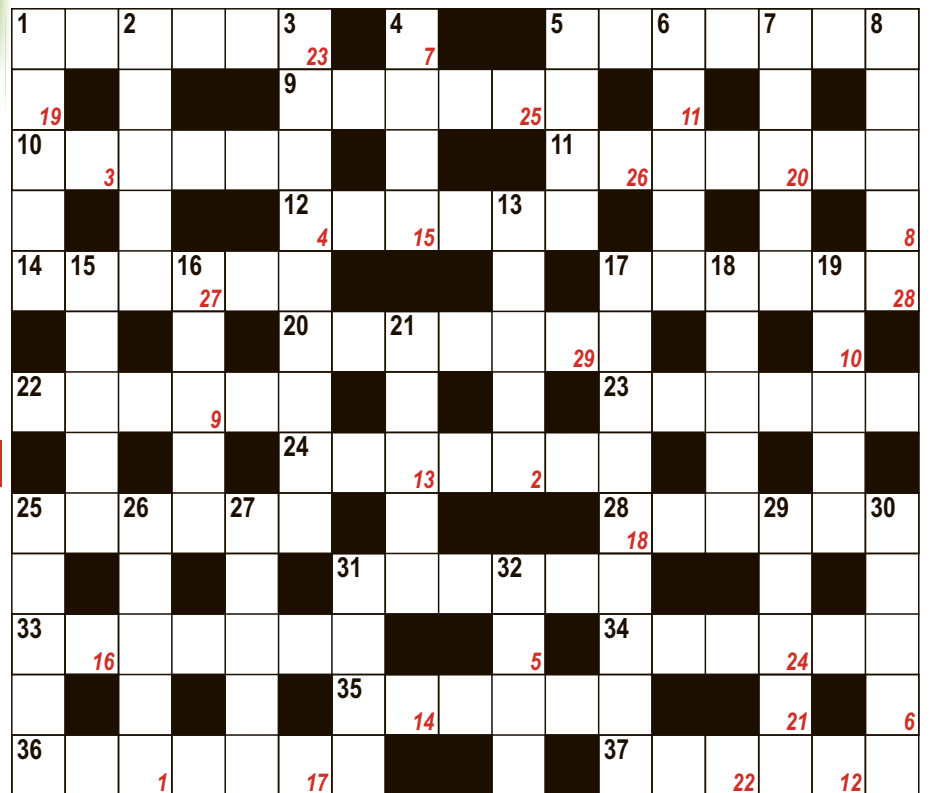
Życzenia z okazji Bożego Narodzenia

Wszystkim Mieszkańcom Sołectwa Postomino ciepłych, spokojnych, radosnych i zdrowych Świąt Bożego Narodzenia oraz wszelkiej pomyślności, cierpliwości i wytrwałości w realizacji planów w 2015 roku
życzy
Sołtys i Rada Sołecka w Postominie



Krzyżówka nr 1/2015

autor: Zdzisław Ludwikowski



Poziomo:

- Toczy się przed sądem.
- Wróg Zbyszka z Bogdańca.
- Bohdan artysta estradowy.
- Miasto portowe w Niemczech nad Łabą.
- Dzieła jednego twórcy.
- Duchowny protestancki.
- Dawna ozdobna skrzynka.
- Zdradzany mąż.
- Gałęzi lub w kościach.
- Andrzej, śpiewał "Czarnego Alibabę".
- Środek nocy.
- Potocznie o składce.
- Bełkot.
- Trójnóg geodety.
- Miara pojemności ciał płynnych i sypkich = 1 litr
- Kukielka w teatrze lalkowym.
- Kontroluje publikacje prasowe.
- Jadalna ryba morska.
- Dźwignia handlu.
- Filia instytucji lub przedsiębiorstwa.

Pionowo:

- Powieść z Kmicicem.
- Zawieszony w galerii.
- Raki zakładane na nogi monterów linii elektrycznych.
- Szybki zjazd po stoku.
- Cząstka taśmy filmowej.
- Bohater z maską na twarzy.
- Styl klasyczny w pływaniu.
- Były lider zespołu Piersi.
- Szata mszalna księdza.
- Ostrzeżenie, koncentracja świadomości.
- Weekendowy domek za miastem.
- Naprawa pończoch.
- Porcja lodów w rożku.
- Pacjent w szpitalu.
- Sołectwo Gminy Postomino.
- Błahe kłamstwo.
- Sposób bycia, maniera.
- Stara wysłużona kóźdź.
- Dwanaście sztuk.
- Rozpadlina w jezdni.
- Rzeka w Rosji, lewy dopływ Wołgi.
- Polska pieśń patriotyczna.



KUPON 1/2015

Szept Postomina

| | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | | | | | | |

(imię, nazwisko, adres)

- zaznaczając to pole oświadczam, że wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (tekst jednolity Dz. U. z 2002 r. Nr 101, poz. 926 z póź. zm.) dla potrzeb niezbędnych do realizacji losowania nagród.

Litery z krzyżówki ponumerowanych w prawym dolnym rogu czytane od 1 do 29 utworzą hasło, które jest rozwiązaniem krzyżówki. Rozwiązanie należy przelać na kartce pocztowej wraz z naklejonym kuponem na adres redakcji do końca stycznia 2015 r.

Do rozlosowania są trzy nagrody - bony do sklepu abc w Staniewicach. Fundatorem nagród jest:

Wśród prawidłowych rozwiązań, które wpłynęły wylosowano:

- Agnieszka Jelonek, Postomino
- Górczewska Paulina, Ronino
- Kosińska Halina, Postomino

Nagrody do odebrania (do końca stycznia 2015) w Urzędzie Gminy Postomino, pokój nr 18 lub 23.

abc
STANIEWICE
Staniewice 15
tel.: 59-810-83-43



Stopka redakcyjna

oddano do druku dnia: 24.12.2014 r.

Wydawca i redakcja:



Urząd Gminy w Postominie
76-113 Postomino 30
tel.: (59) 810 85 93
e-mail: szept@postomino.pl

Druk:

Media Regionalne - Drukarnia Koszalin
ul. Słowiańska 3a, 75-503 Koszalin
tel.: (094) 340 35 98

Napisz artykuł:

Wszelkie materiały, artykuły prosimy nadsyłać w formie elektronicznej na adres e-mail: szept@postomino.pl

Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń, zastrzega sobie prawo do zmiany tytułów oraz przerezegowań nadesłanych materiałów.

Egzemplarz bezpłatny, nakład 1500 egz.



Harmonogram wywozu odpadów

Styczeń 2014

| MIEJSCOWOŚCI | plastik | odpady zmieszane pojemniki |
|---|---------|----------------------------|
| PONIEDZIAŁEK Dzierżęcino, Karsino, Kanin, Masłowice, Ronino, Chudaczewo, Pieńkowo | 12 | 19 |
| WTOREK Chudaczewko, Mazów, Wilkowice, Staniewice, Nosalin, Pałówko, Pałowo, Pieszcz | 13 | 20 |
| ŚRODA Górsko, Korlino, Królewo, Marszewo, Postomino, Złakowo | 14 | 21 |
| CZWARTEK Bylica, Jezierzany, Łącko, Nacmierz, Rusinowo | 15 | 22 |
| PIĄTEK Wszedzień, Jarosławiec, Tyn, Kłośnik, Pieńkówko | 16 | 23 |

Luty 2015

| MIEJSCOWOŚCI | szkło białe | szkło kolorowe | plastik | odpady zmieszane |
|---|------------------|----------------|---------|------------------|
| | papier i tektura | | | |
| PONIEDZIAŁEK Dzierżęcino, Karsino, Kanin, Masłowice, Ronino, Chudaczewo, Pieńkowo | 12 | | 19 | 26 |
| WTOREK Chudaczewko, Mazów, Wilkowice, Staniewice, Nosalin, Pałówko, Pałowo, Pieszcz | 13 | | 20 | 27 |
| ŚRODA Górsko, Korlino, Królewo, Marszewo, Postomino, Złakowo | 14 | | 21 | 28 |
| CZWARTEK Bylica, Jezierzany, Łącko, Nacmierz, Rusinowo | 15 | | 22 | 29 |
| PIĄTEK Wszedzień, Jarosławiec, Tyn, Kłośnik, Pieńkówko | 16 | | 23 | 30 |

Informujemy także, iż odpady budowlane i biodegradowalne odbierane będą dwa razy w miesiącu na indywidualne zgłoszenia właścicieli nieruchomości, składane do siedziby GPK Sp. z o.o. telefonicznie, faksem lub elektronicznie w dniach 8 i 29 stycznia 2015 r. oraz 5 i 26 lutego 2015 r.

PAMIĘTAJ!!!

Pojemniki/worki należy wystawić przed posesją w dniu wywozu (przed godz. 7:00)

Warcabowe turnieje



W niedzielę, 07 grudnia 2014 r. odbyły się Otwarte Mistrzostwa Miasta Słupska w warcabach 100-polowych (kat. Junior). Turniej zorganizował Polski Związek Niewidomych koło Słupsk oraz IKS Zryw Słupsk przy wsparciu Urzędu Miasta Słupsk. W zawodach uczestniczyło 20 młodych zawodników, m. in. ze Słupska, Staniewic i Jeżyczek. W kategorii open (chłopcy i dziewczęta) zwyciężyła uczennica Szkoły Podstawowej w Staniewicach Oliwia Szwiec. Drugie miejsce zajął Świątek Kacper a trzecie Gracjan Masternak, obaj zawodnicy reprezentowali klub GZ LZS Darłowo. Najlepszym zawodnikiem ze Słupska okazał się Maciej Piątkowski, który zajął

11 miejsce. Zawody sędziowała Anna Chylewska-Sroka, wspomagali ją: Sylwia Dęga-Zamrzycka oraz Mirosław Mirynowski

Za nami już ostatni w tym roku turniej warcabowy. 10 grudnia 2014 r. odbył się trzeci turniej z cyklu Warcabowej Ligi Warcabowej. Organizatorem turnieju była Szkoła Podstawowa w Staniewicach. Frekwencja jak zwykle była wysoka, ponad trzydziestu zawodników z całego powiatu spotkało się przy planszy

warcabowej. Pierwsze miejsce zdobyła uczennica Szkoły Podstawowej w Staniewicach – Oliwia Szwiec. Kilka dni wcześniej zdobyła ona tytuł Mistrzyni Miasta Słupska. Drugie miejsce zdobyła zawodniczka GZ LZS Darłowo Daria Wasieńko, a trzecie Anna Gołojuch (SP Staniewice). Turniej sędziowała Sylwia Dęga-Zamrzycka, a wspomagała ją Anna Chylewska-Sroka. Kolejny turniej z cyklu Świetlicowej Ligi Warcabowej odbędzie się w Jeżyczkach, 14 stycznia 2015r. Wszystkich zainteresowanych serdecznie zapraszamy!!!

Anna Chylewska-Sroka

Podstawowe zasady bezpieczeństwa pożarowego

W zakresie eksploatacji urządzeń elektrycznych:

- nie stosuj bezpieczników o większej mocy niż dopuszczalna, nie naprawiaj ich,
- używaj tylko tyle odbiorników prądu elektrycznego na ile obliczono moc instalacji elektrycznej - nadmierne obciążenie instalacji powoduje przegrzewanie się kabli i przewodów oraz wypalanie styków w gniazdkach i puszkach rozgałęźnych; jednoczesne włączenie opiekacza, żelazka i czajnika powoduje duże obciążenie eksploatowanej instalacji,
- nie używaj urządzeń uszkodzonych,
- zlecaj przeglądy techniczne urządzeń elektrycznych i gazowych wyłącznie osobom uprawnionym do ich wykonywania,
- nie ustawiaj sprzętu telewizyjnego i radiowego w nie wentylowanych regałach, na półkach obłożonych książkami i innymi materiałami palnymi - przez powolne i długotrwałe nagrzewanie zakurzonych przedmiotów może dojść do ich zapalenia,
- nie wykonuj prowizorycznych podłączeń do instalacji elektrycznej,
- używaj tylko urządzeń elektrycznych posiadających krajowe atesty i dopuszczenia,
- nie ustawiaj elektrycznych urządzeń grzewczych w pobliżu materiałów palnych (mebli, firanek, itp.) - zachowaj odległość minimum 50 cm.

W zakresie eksploatacji urządzeń gazowych:

- w mieszkaniu przechowuj nie więcej niż 2 nie podłączone do urządzeń gazowych butle gazowe, o ładunku nie przekraczającym 11 kg każda,
 - nie przechowuj butli w pomieszczeniach usytuowanych poniżej poziomu terenu (np. w piwnicach), ponieważ gaz propan-butan jest cięższy od powietrza, może zalegać w pomieszczeniu grożąc wybuchem,
 - nie zatykać przewodów wentylacyjnych - w urządzeniach gazowych, w przypadku braku wystarczającej ilości powietrza, nastąpi niepełne spalanie gazu, którego produktem może być trujący, niewyczuwalny tlenek węgla (CO),
 - zlecaj okresowe czyszczenie kanałów kominowych i wentylacyjnych - niedrożne mogą być przyczyną śmiertelnego zatrucia tlenkiem węgla, szczególnie podczas kąpieli w łazienkach wyposażonych w gazowe ogrzewacze wody,
 - nie ogrzewaj pomieszczeń kuchnią gazową - takie praktyki mogą się skończyć poważnym zatruciem organizmu,
 - używaj kuchni gazowej z wyłącznikiem przeciwwypływowym,
 - używaj urządzeń gazowych posiadających krajowe atesty i dopuszczenia.
- Zadbaj o warunki do ewakuacji na wypadek pożaru:
- nie stosuj krat w drzwiach i oknach,

na klatkach schodowych i przejściach między nimi oraz wyjściach na dach - krata utrudni ewakuację podczas pożaru oraz wydłuży czas oczekiwania na pomoc strażaków; jeżeli musisz, zakładaj kraty, które można otworzyć od wewnątrz. Klucz przechowuj w miejscu, znanym wszystkim domownikom; pamiętaj, że podczas pożaru może to być jedyna droga ewakuacji,

- nie zastawiaj sprzętami korytarzy i dojdź do mieszkania - może to utrudnić ewakuację oraz dojście ratowników.

W zakresie posługiwania się ogniem otwartym:

- dopilnuj, by dzieci nie bawiły się ogniem, materiałami pirotechnicznymi czy urządzeniami elektrycznymi, nigdy nie pozostawiaj małych dzieci bez opieki,
- nie pal śmieci w śmietnikach i nie dopuść do zaprószenia ognia w zyspie,
- nie pal papierosów w łóżku - ludzie giną nie tylko w pożarach obejmujących całe mieszkanie; zdarza się, że zaprószenie ognia niedopałkiem papierosa po zaśnieściu, prowadzi do śmiertelnego zatrucia,
- nie zapalaj świec w pobliżu materiałów łatwo zapalnych,
- nie pozostawiaj włączonej kuchenki bez dozoru - odparowanie wody z garnka może doprowadzić do zwęglenia pozostałości, zapalenia ich i silnego zadymienia mieszkania, szczególnie niebezpiecznego dla śpiących osób; przypadkowe wygaszenie kuchenki podczas gotowania może również

doprowadzić do ulatniania się gazu i jego wybuchu,

- przestrzegaj zakazu używania wyrobów pirotechnicznych w pomieszczeniach,
- przestrzegaj instrukcji obsługi wyrobów pirotechnicznych,
- przestrzegaj wymagań prawa lokalnego w zakresie stosowania wyrobów pirotechnicznych,
- wyposaż mieszkanie w gaśnicę proszkową, minimum 2-kilogramową; taką gaśnicą będziesz mógł bezpiecznie gasić palące się urządzenia elektryczne pod napięciem,
- wyposaż mieszkanie w autonomiczną czujkę pożarową, alarmującą o powstaniu dymu (podczas każdego pożaru wydzielają się duże ilości dymu).

Gdy opuszczasz mieszkanie:

- sprawdź czy zostały wyłączone wszystkie odbiorniki prądu i gazu,
- przed opuszczeniem domu na dłuższy czas odłącz zasilanie prądem elektrycznym oraz zakręć zawory wody i gazu,
- u sąsiadów pozostaw informację, gdzie będziesz przebywać.

Gdy powstanie pożar:

- zadzwoń do straży pożarnej pod numer - 998 lub z telefonu komórkowego 112
- staraj się zejść na piętro poniżej palącego się mieszkania lub wyjść na zewnątrz budynku - pamiętaj - dym unosi

się do góry, nie wolno zjeżdżać windami, nie należy otwierać drzwi, przez które wydobywa się dym, gdyż dostarczenie większej ilości tlenu może spowodować szybki rozwój pożaru i płomienie mogą nas poparzyć,

- jeżeli nie możesz opuścić mieszkania, nie otwieraj drzwi prowadzących na korytarz, uszczelnij je, wzywaj krzykiem pomocy, wykonuj polecenia strażaków,

- nie gaś wodą urządzeń elektrycznych, grozi to porażeniem prądem; staraj się wyciągnąć z gniazdka przewód zasilający (np. drewnianym kijem od szczotki), można wykręcić bezpieczniki by odłączyć dopływ prądu do mieszkania,
- powiadom o zagrożeniu sąsiadów,
- nie wdychaj dymu - zasłoń usta mokrą tkaniną; jeżeli to możliwe - zmoż swoje ubranie lub owiń ciało mokrą grubą tkaniną z naturalnych materiałów (z lnu, wełny, bawełny itp.).

Gdy poczujesz gaz:

- zawiadom jak najszybciej pogotowie gazowe i administrację,
- powiadom sąsiadów,
- nie włączaj światła ani żadnych urządzeń elektrycznych,
- nie zapalaj zapalek czy zapalniczek,
- zamknij zawór gazu w mieszkaniu,
- otwórz szeroko okno,
- wyjdź na zewnątrz budynku.

Komenda Wojewódzka Państwowej Straży Pożarnej w Szczecinie