



# Wiadukt w Justynowie CZAS NA WAŻNE DECYZJE

Samorząd gminy Andrespol opracowuje dokumentację aplikacyjną, która pozwoli ubiegać się o fundusze na dofinansowanie budowy bezkolizyjnego skrzyżowania nad torami w Justynowie. Miałoby zastąpić ono obecny przejazd kolejowy na ulicy Głównej. Opracowana wcześniej opinia techniczna pozwoliła stworzyć dwa warianty lokalizacji. Czy w ogóle i gdzie inwestycja powinna być realizowana, muszą teraz zdecydować okoliczni mieszkańcy. Dopiero wtedy będzie można złożyć do PKP Polskie Linie Kolejowe SA kompletne dokumenty potrzebne do rozpatrzenia wniosku.

Czytelnikom, którzy proponują, by nowo powstający wiadukt został wybudowany w miejscu obecnego przejazdu, w ciągu ulicy Głównej, od razu wyjaśniamy, że nie jest to możliwe. Realizacja tej koncepcji wiązałaby się z koniecznością licznych wyłączeń właścicieli okolicznych działek i domów, zwłaszcza w Justynowie.

Nowo budowaną jezdnię trzeba byłoby znacznie poszerzyć, więc wiadukt bądź tunel budowane w tym miejscu oznaczałyby duże zmiany dla właścicieli pobliskich posesji. Ponadto, ze względu na wymagane parametry nachylenia jezdni, wiadukt musiałby być bardzo długi. Mówi się nawet o ponad stu metrach. Kolej nie zgadza się również na budowanie jedynie przejść dla pieszych nad torami. Inwestycja musi jednocześnie dotyczyć jezdni, chodników i ścieżek rowerowych.

### Wiadome i niewiadome

Zacznijmy od najważniejszego. Cztery tygodnie temu gmina przedstawiła mieszkańcom Justynowa i Janówki dwie koncepcje, które zdaniem projektantów są optymalnym rozwiązaniem. Najmniej ingerują w okoliczną infrastrukturę i nie będą wymagały burzenia istniejących budynków. Co konkretnie zobaczymy w pro-

ponowanych projektach? Zakładają one, że piesi i rowerzyści będą przechodzili i przejeżdżali na drugą stronę torów oraz mieli dostęp na perony z przejścia podziemnego wybudowanego w pobliżu obecnych rogatki, w śladzie ul. Głównej. Wszyscy godzą się na to bez jakichkolwiek wątpliwości.

Kierowcom zaś przedstawiono dwie koncepcje bezkolizyjnego przejazdu zlokalizowane w zupełnie nowym miejscu. Jedna zakłada, że nowy wiadukt mógłby bieć równoległe do ulicy Głównej. Druga proponuje, by wiadukt był łącznikiem ulic Malinowa oraz Przytorze – Jordanowska – Bedońska. I przebiegał w miejscu, gdzie przed laty był przejazd kolejowy. W połowie listopada na spotkaniu z okolicznymi mieszkańcami, jakie odbyło się w świetlicy w Janówce, przedstawione i omówione zostały walory i wady każdego wariantu.

### Nie warto czekać

Chociaż większość obecnych osób finalnie opowiedziała się za budową wiaduktu w sąsiedztwie ulicy Głównej, ostatecznego stanowiska w tej sprawie nie udało się ustalić. Każde z zaproponowanych rozwiązań wciąż budzi wiele przeciwstawnych emocji. Przeciwników nie przekonaly nawet argumenty, jakimi posłużyła się

radna powiatowa Magdalena Wiśniewska, mówiąc o tym, że gdy zostanie ukończona budowa tunelu w Łodzi, częstotliwość przejazdu pociągów po torach na trasie do Warszawy znacznie się zwiększy. A to oznacza, że jeśli natychmiast nie zadamy o budowę tunelu, czas, jaki będziemy musieli spędzać przed zamkniętymi rogatkami, wydłuży się nawet czterokrotnie. Co więcej, istnieje duże prawdopodobieństwo, że wówczas przejazdy, jak ten w Janówce, ze względu na bezpieczeństwo zostaną całkowicie wyłączone z użytkowania. To bez wątpienia w wielu przypadkach wydłuży codzienną drogę do pracy, szkoły itd. Może warto więc zdać sobie sprawę z powagi sytuacji. Tym bardziej, że...

### Dużo za nami i przed nami

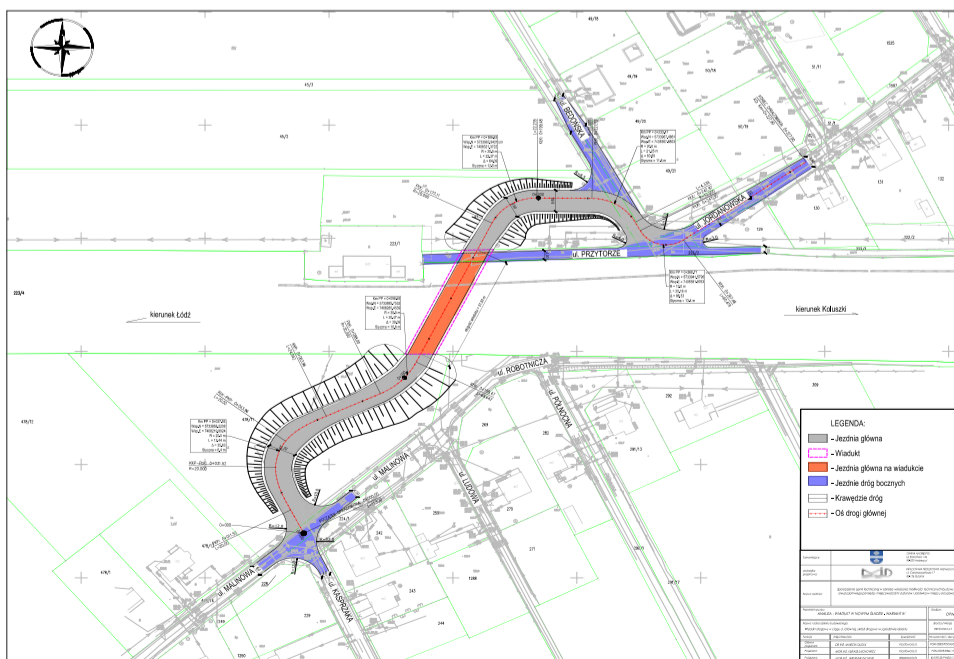
Wychodząc naprzeciw postulatowi mieszkańców, gmina przystąpiła do opracowania koncepcji bezkolizyjnego skrzyżowania w Justynowie i uzyskania wszelkich potrzebnych pozwoleń już w ubiegłym roku. Do końca czerwca 2023 roku PKP Polskie Linie Kolejowe przyjmowały wstępne deklaracje na realizację tego typu inwestycji. Pismo w sprawie budowy bezkolizyjnego skrzyżowania kolejowo-drogowego w Justynowie, skierowane do prezesa PKP PLK SA, podpisali wspólnie starosta powiatu łódzkiego wschodniego Mateusz Karwowski oraz wójt gminy Andrespol.

Jeśli dojdzie do realizacji inwestycji, gmina i starostwo powiatowe, które jest właścicielem drogi, poniosą jedynie koszty budowy odcinka wiaduktu poza obszarem kolejowym. Natomiast PKP PLK SA zapłaci za wszystkie prace budowlane prowadzone na jej terenie.

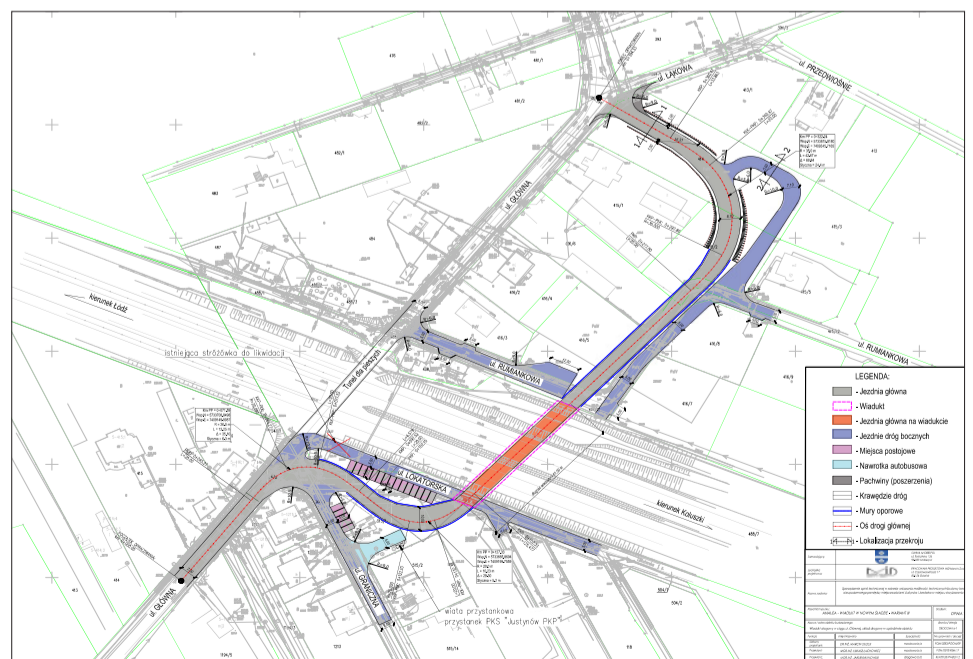
### Wszystko zależy od funduszy

Kolejnym krokiem, nad którym gmina obecnie pracuje, jest sporządzenie dokumentacji aplikacyjnej, która pozwoli ubiegać się o środki na dofinansowanie inwestycji z programu pn. „Poprawa bezpieczeństwa na skrzyżowaniach kolejowo-drogowych, w tym ich przebudowa na skrzyżowania dwupoziomowe”. Samorząd uzależnia przeprowadzenie inwestycji od możliwości pozyskania zewnętrznego wsparcia finansowego. Termin złożenia kompletu dokumentów upływa z końcem lutego przyszłego roku. Nie daje to jednak stuprocentowej gwarancji. Do PKP PLK SA o przyznanie dofinansowania na budowę bezkolizyjnego skrzyżowania, w ramach tej samej puli środków, wystąpiły również władze Łodzi, które zamierzają zlikwidować rogatki na ul. Malowniczej, Kosodrzewiny, oraz samorząd Kuluszek, któremu zależy na ułatwieniu przejazdu przez Żakowice. Komu dopisze szczęście i zostanie wybrany przez kolejarzy do współrealizowania projektu, powinno okazać się w przyszłym roku. I chociażby dlatego... Nie odbierajmy sobie sami zawczasu tej szansy. Czasem dla dobra sprawy nie warto upierać się przy swoim za wszelką cenę.

Konsultacje dotyczące wiaduktu pomiędzy miejscowościami Justynów i Janówka odbędą się 1 grudnia 2024 r. podczas spotkań mieszkańców w Szkole Podstawowej z Oddziałami Przedszkolnymi im. Jana Brzechwy w Justynowie (w godz. 13.00-17.00) oraz w świetlicy przy ul. Głównej 53 w Janówce (w godz. 12.00-17.00). Swoje opinie będzie można wyrazić poprzez tajne głosowanie pisemne, na kartach wydanych mieszkańcom ujętym w spisie wyborców w sołectwach Janówka i Justynów.



Pierwszy wariant zakłada, aby wiadukt był łącznikiem ulic Malinowa oraz Przytorze – Jordanowska – Bedońska



Drugi wariant zakłada, że nowy wiadukt miałby przebiegać w pobliżu ulic Główna i Lokatorskiej w Justynowie oraz Rumiankowej i Łąkowej w Janówce



# Kanalizacja w całej Janówce?

## Tak, ale niektórzy muszą uzbroić się w cierpliwość

Trwa rozbudowa kanalizacji w Janówce i już w najbliższych tygodniach mają rozpocząć się prace na ulicach Głównej, Leśnej i Wesołej. Jednocześnie wiadomo, że na obszarze, gdzie na wąskich ulicach położona jest instalacja gazowa starej generacji, trzeba najpierw zmodernizować całą sieć i dopiero będzie można ruszyć z układaniem rur kanalizacyjnych.

Dlaczego akurat tak? Podczas przygotowywania dokumentacji projektowej okazało się, że w obecnej sytuacji, ze względu na wąskie ulice w południowo-wschodniej części Janówki, podczas budowy kanalizacji w tym obszarze nie ma możliwości zachowania wymaganych przepisami odległości pomiędzy położoną już siecią gazową, a nowo powstającą kanalizacyjną. Polska Spółka Gazownictwa uznała

więc, że optymalnym rozwiązaniem tej sytuacji jest wymiana położonej wcześniejszej stalowej sieci gazowej na nową w technologii PE, dzięki której wymagane odstępstwa zmniejszą się do 0,5 zamiast 1,5 m. Gminie udało się już wcześniej uzyskać zapewnienie, że gazownia pokryje koszty tej inwestycji, a samorząd zapłaci jedynie za projekt. Jednak ostatnio PSG postanowiła pójść krok dalej i wraz z siecią znajdującą się w przestrzeni publicznej przebudować również przyłącza. I to zarówno na odcinkach, które biegną przez ulice i pobocza, jak i od granicy działek do budynków odbiorców gazu. Decyzję tę gazownia tłumaczy m.in. tym, że w dawniej budowanych przyłączach zawór gazowy i licznik umieszczane były na budynkach odbiorców, co niezwykle utrudniało odczyty i konserwa-

cję urządzeń. Między innymi z tego powodu obecne przepisy wymagają, by liczniki i zawory były usytuowane poza terenem należącym do prywatnych właścicieli. Co ważne, PSG zobowiązuje się pokryć również koszty tej modernizacji.

### Zyski i koszty

Według ekspertów inwestora wymiana dotychczasowej sieci na PE zapewni większe bezpieczeństwo, zmniejszy ryzyko przerw w dostawie gazu na skutek awarii sieci starej generacji. Dzięki temu, że reduktor znajduje się w szafce od strony ulicy, przez teren posesji nie będzie już przebiegała instalacja, w której gaz byłby przesyłany pod ciśnieniem ponad 100 kPa, jak obecnie, lecz pod maksymalnym ciśnieniem roboczym 5 kPa. W przypadku pojawienia się jakiegokolwiek zagrożenia można szybko i skutecznie odciąć dopływ paliwa gazowego do budynku. Nie bez znaczenia jest też fakt, że nowe przyłącza dodatkowo ułatwiają i usprawniają obsługę gazomierzy. Ingerencja w konstrukcję ogrodzenia będzie ograniczona do absolutnego minimum. Najczęściej wykonuje się tylko wycięcie umożliwiające otwarcie drzwiczek szafki gazowej.

Przypominamy jednak, że nie są to jedyne powody, dla których warto zdecy-

dować się na zmianę przyłącza. Z punktu widzenia mieszkańców nie mniej ważnym argumentem przemawiającym za modernizacją sieci gazowniczej jest fakt, że bez niej gmina nie będzie mogła budować dalszej części kanalizacji. Dlatego mieszkańcy ulic położonych we wspomnianym obszarze proszeni są o szybkie podejmowanie decyzji i wyrażanie zgody na modernizację i zmianę lokalizacji przyłączy. Sprawa dotyczy 77 posesji.

Uprzedzając słowa krytyki, zapewniamy, że mamy świadomość, iż układanie nowych sieci gazowniczych i kanalizacji może wiązać się również z koniecznością zdejmowania nawierzchni z utwardzonych już dróg i nie ukrywamy, że zostaną one odtworzone dopiero po zakończeniu instalacji kanalizacyjnej, jednak... Prawda jest taka, że czasowy dyskomfort związany z budową nowych sieci kanalizacji finalnie poprawi komfort życia w Janówce, a także podniesie wartość nieruchomości.

Na tę chwilę gmina może i będzie budować kanalizację na ulicach, gdzie jest to możliwe bez jakichkolwiek przeszkód. Na pozostałe ulice przetarg wyłaniający wykonawcę będzie mógł być ogłoszony dopiero, gdy zakończą się prace związane z przebudową sieci gazowej.

## BANK SPÓŁDZIELCZY W ANDRESPOLU ZMIENIA LOGO I WYGLĄD STRONY INTERNETOWEJ



Bank Spółdzielczy  
w Andrespolu

Informujemy, że wciąż będzie to ta sama instytucja. Bank jedynie odświeża: logo, wygląd strony internetowej oraz grafikę zamieszczaną w materiałach re-

klamowych i w social mediach. Rebranding (zmiana wizerunku firmy) ma być inwestycją w przyszłość, która przyniesie korzyści zarówno bankowi, jak

i jego klientom. Nowe kolory, grafika oraz struktura strony mają przyciągnąć uwagę odbiorców usług bankowych i ułatwić oraz umilić korzystanie z nich online.

## Odbiór śmieci w 2025 r. Gmina podpisała umowę z nową firmą

W przyszłym roku odbiór śmieci od mieszkańców gminy Andrespol realizować będzie firma JUKO Sp. z o.o. z Piotrkowa Trybunalskiego. Radni zdecydowali już, że w 2025 roku opłaty za śmieci wzrosną o ok. 10 proc.

W przetargu na realizację zadania publicznego „Odbiór i zagospodarowanie odpadów komunalnych wraz z selektywną ich zbiórką z terenu Gminy Andrespol” złożone zostały cztery oferty cenowe. Firmy: FBSerwis SA z Warszawy, która dotąd odbierała śmieci z terenu gminy Andrespol, Konsorcjum ENERIS Surowce SA z Kielc, JUKO Sp. z o.o. z Piotrkowa Trybunalskiego oraz JANTAR 8 Sp. z o.o. ze Rzgowa. Najkorzystniejszą ofertę złożyła spółka JUKO. Wyceniła swoje usługi na 6 mln 651 tys. zł. Było to o około milion mniej niż konkurenci i o 500 tys. zł więcej niż zaplanowała sobie gmina.

Zgodnie z podpisaną już umową piotrkowska firma będzie od 1 grudnia 2024 r. do 28 lutego 2026 r. odbierać odpady od mieszkańców gminy Andrespol. (Wyjątkiem są odpady związane z prowadzeniem działalności gospodarczej oraz z nieruchomości, na których znajdują się domki letniskowe, lub innych nieruchomości wykorzystywanych w celach rekreacyjno-wypoczynkowych przez część roku). JUKO będzie również odbierać odpady z Punktu Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych (w Kraszewie przy ul. Ekologicznej 5) oraz przeterminowane leki z aptek w Andrespolu: przy ul. Rokicińskiej 125 (centrum handlowe), ul. Projektowanej 16, ul. Rokicińskiej 124 oraz w Wiśniowej Górze przy ul. Tuszyńskiej 58a.

Punkt Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych w Kraszewie otwarty jest w każdą środę. Opłaty za gospodarowanie odpadami będą w 2025 roku wyższe o niecałe 10 procent w porównaniu do pierwszej połowy 2024 roku. To pierwsza podwyżka od 2021 roku.

Samorząd gminy Andrespol podkreśla, że zmiana stawek jest nieunikniona ze względu na wzrost kosztów związanych z transportem, przetwarzaniem i składowaniem odpadów. Dodatkowo wpływ na podwyżki mają wyższe ceny prądu, inflacja oraz ogólna sytuacja rynkowa, a również wprowadzenie nowych regulacji prawnych dotyczących gospodarki odpadami.

Nowe miesięczne stawki opłat za odbiór odpadów komunalnych:

- gospodarstwa posiadające kompostownik będą płaciły 36 zł od osoby
- w gospodarstwach jednoosobowych: 38 zł miesięcznie za osobę (wcześniej 35 zł)
- w gospodarstwach liczących od 2 do 4 osób: 36 zł miesięcznie za osobę (wcześniej 33 zł)
- w gospodarstwach posiadających kompostownik stawka wynosić będzie 34 zł od osoby.
- w gospodarstwach powyżej 5 osób, w przypadku posiadania kompostownika 33 zł od osoby.

Skąd ulga dla osób, które posiadają kompostowniki? Bioodpady, które wystawiamy do odbioru przez firmę zajmującą się wywozem śmieci generują duże koszty. Nie wolno też zapominać, że korzystanie z kompostowników to też dużo lepsze rozwiązanie jeśli chodzi o ochronę środowiska.

### Ważne telefony

#### URZĄD GMINY ANDRESPOL

95-020 Andrespol,  
ul. Rokicińska 126  
tel./faks: 42 213 24 40  
e-mail: ug@andrespol.pl  
www.andrespol.pl  
Facebook: Andrespol – Urząd Gminy

#### POLICJA - POSTERUNEK ANDRESPOL

tel. 42 213 20 07

#### ZAKŁAD GOSPODARKI KOMUNALNEJ

tel. 42 213 24 57, 535 526 367

#### GMINNA PRZYCHODNIA ZDROWIA

tel. 42 213 23 62

#### APTEKI:

- Apteka Najlepsza dla Ciebie Andrespol, Rokicińska 125 D, tel. 42 647 00 51  
Apteka prowadzi zbiórkę leków niewykorzystanych
- Apteka ROSA, Andrespol, ul. Rokicińska 124 tel. 42 213 40 97
- Apteka Dr.Max, Andrespol, ul. Rokicińska 146 tel. 573 169 239
- Apteka Dbam o Zdrowie, Andrespol, ul. Projektowana 16 tel. 736 697 896
- 4 Apteka Farm-Med, Justynów, ul. Łódzka 37, tel. 42 236 23 31  
Apteka prowadzi zbiórkę leków niewykorzystanych
- Punkt apteczny APTE-MED, Wiśniowa Góra, ul. Tuszyńska 58A, tel. 780 285 559
- Punkt apteczny Wrzosowa, Wiśniowa Góra, ul. Tuszyńska 67, tel. 513 494 244



„W Centrum Polski”, gazeta gminy Andrespol. Wydawca: Gminna Biblioteka Publiczna w Andrespolu. Redaktor prowadząca: Magda Maciejczyk. ADRES REDAKCJI: Gminna Biblioteka Publiczna, 95-020 Andrespol, ul. Rokicińska 125; telefon – dzięki uprzejmości sekretariatu Urzędu Gminy Andrespol – 42 235 27 11; e-mail: wcentrum@andrespol.pl. Redakcja zastrzega sobie prawo skrótu materiałów nadesłanych i nie odpowiada za treść ogłoszeń płatnych. Skład, łamanie: Agencja Wydawnicza PAJ-Press. Druk: JW PROJEKT.

# Tak świętowała gmina Andrespol

W programie tegorocznych gminnych obchodów Narodowego Święta Niepodległości były wydarzenia patriotyczne, kulturalne i rodzinne.



W andrespolskich obchodach Święta Niepodległości wzięło udział ponad 450 osób

Najważniejsza uroczystość z okazji Narodowego Święta Niepodległości odbyła się na placu przed Urzędem Gminy Andrespol. Organizowali ją: Urząd Gminy Andrespol, Liceum Ogólnokształcące im. Jana Karskiego i Gminny Ośrodek Kultury w Wiśniowej Górze. Oprócz licznie zgromadzonych mieszkańców wśród uczestników byli m.in. przedstawiciele powiatu łódzkiego wschodniego, Rady Gminy Andrespol, poczty sztandarowe ochotniczych straży pożarnych i szkół gminy Andrespol.

Uroczysty apel punktualnie o godz. 11.00, w imieniu wójta, rozpoczęła Iłona Janowska, dyrektor LO w Wiśniowej Górze. Po chwili wszyscy obecni nie tylko stali się świadkami uroczystego podniesienia flagi państwowej na maszt i zapalenia znicza pamięci bohaterów walk o niepodległość, ale również wspólnie odśpiewali hymn państwowy. W dalszej części ceremonii uczniowie liceum sięgnęli do historii i przypomnieli trudną drogę Polski do odzyskania niepodległości. Przez kilkadziesiąt kolejnych minut wszyscy zgromadzeni wspólnie śpiewali pieśni patriotyczne, w tym: „Szara piechota”, „My, Pierwsza Brygada”, „Hej, hej ułani, malowane dzieci”, „Kadrówka”, „Serce w plecaku”.

## Rodzinie

Oficjalnym uroczystościom towarzyszyły wydarzenia o bardziej swobodnej i rodzinnej atmosferze. LZS Justynów zaprosił wszystkich zgromadzonych do udziału w Marszu Niepodległości i grze pt. „Justkowy Szlak Niepodległościowy – Rodzinna Zabawa Terenowa!”, których szlaki prowadziły do Obiektu Sportowego im. Andrzeja Lasoty przy ul. Głównej w Justynowie, gdzie odbył się piknik historyczny. Tradycyjnie już oficjalnym rozpoczęciem tej części gminnych obchodów Święta Niepodległości było wspólne zatańczenie poloneza. Oprócz mieszkańców, uczniów LO z Wiśniowej Góry, wystąpili w nim m.in.: pani wicewójt Agnieszka Janik, przewodniczący Rady Gminy Andrespol Jan Woźniak, a także radni, druhowie OSP KSRG Justynów.

Na gości czekała pyszna grochówka ugotowana przez strażaków z OSP KSRG Justynów, herbata i niespodzianka w postaci degustacji ciast, które brały udział w konkursie „Słodkości na Dzień Niepodległości”. Przygotowały je: Kinga Bogucka, Julia Janik, Anna Rodak i Marta Zych.

Zakończeniem obchodów 106. rocznicy odzyskania niepodległości na boisku w Justynowie był quiz, w któ-

rym uczestnicy gry terenowej, którzy wcześniej odnaleźli ukryte na terenie gminy biało-czerwone chorągiewki, musieli odpowiedzieć na przypisane do nich pytania. Każde było opatrzone nagrodą niespodzianką. Ich fundatorami byli m.in.: UG Andrespol, LZS Justynów, Bank Spółdzielczy w Andrespolu, Canal+ Port Łódź, Centrum Hajdasz, Galeria Kawy i Herbaty Czarodzielnica, I love Andrespol, Myjnia Samochodowa Notex, OldmanSchool.

Odpowiadający na pytania i podpowiadający odpowiedzi widzowie musieli wykazać się wiedzą historyczną, znajomością gminy oraz powiatu łódzkiego wschodniego. Z odpowiedzi, wśród których należało wybrać tylko tę prawidłową, można było dowiedzieć się m.in. tego, że marszałek Józef Piłsudski nie tylko uwielbiał grę w szachy, ale był również zagorzałym kibicem piłki nożnej.

## Patriotycznie

W tegoroczne obchody Święta Niepodległości bardzo zaangażowali się również najmłodszy. Kilka dni wcześniej, 7 listopada, uczniowie Szkoły Podstawowej im. Jana Brzechwy w Justynowie zaprosili rodziców, dziadków i mieszkańców gminy Andrespol na uroczystą wieczornicę patriotyczną „Świętujemy wspólnie odzyskanie przez Polskę niepodległości”, która okazała się pięknym widowiskiem historyczno-patriotycznym. Oprócz uczniów wszystkich oddziałów, gościnnie przed publicznością wystąpiły Zespół Pieśni Ludowej „Okaryna” oraz Zespół Pieśni i Tańca „Wiśniowa Góra”.

Zarówno piknikowi, jak i wieczornicy towarzyszyła wystawa poświęcona marszałkowi Józefowi Piłsudskiemu, przygotowana przez mieszkańców Justynowa.

Wspomniani już artyści amatorzy, a także członkowie zespołów działających przy GOK w Wiśniowej Górze występowali też podczas koncertu „Na-

sza Ojczyzna”, który odbył się w OSP w Wiśniowej Górze w ramach gminnych obchodów 106. rocznicy wyzwolenia Polski po 123 latach zaborów. Na scenie pojawili się: Zespół Pieśni Ludowej „Okaryna”, Zespół Pieśni i Tańca „Wiśniowa Góra”, Zespół Śpiewaczy „Tęcza”, Studio Piosenki „Lawendowe Studio”, Teatr „13 Duża” i „13 Mała”. Było muzycznie, radośnie i pięknie, ponieważ wszyscy obecni w sali mogli również obejrzeć prace wykonane przez dzieci uczęszczające na zajęcia plastyczne w pobliskim GOK.

Od 7 do 13 listopada w całej gminie świętowaliśmy obchody odzyskania przez Polskę niepodległości. Ich zwieńczeniem był pokaz mody patriotycznej, który przygotowali w swojej placówce uczniowie oddziałów I–III Szkoły Podstawowej im. Jana Pawła II w Bedoniu. Wszyscy przyglądali się modelkom i modelom z podziwem, radością, a jednocześnie refleksją nad historią.



Ten niezapomniany wieczór w Szkole Podstawowej w Justynowie w wielu sercach poruszał czule struny



## Święci są po to, aby nas zawstydzają... Relikwie św. Jana Pawła II i św. Floriana w kościele w Andrespolu

Czy święci są po to, aby nas zawstydzają? Tak, mogą być i po to. Czasem konieczny jest taki zbawczy wstyd, aby zobaczyć człowieka w całej prawdzie. Potrzebny jest, aby odkryć lub odkryć na nowo właściwą hierarchię wartości. Potrzebny jest nam wszystkim, starym i młodym – to słowa św. Jana Pawła II z homilii „Przypatrzcie się bracia waszemu powołaniu” podczas mszy beatyfikacyjnej Karoliny Kózkówny. Świętego, którego dowody w procesie najpierw beatyfikacyjnym, a później kanonizacyjnym działały się na naszych oczach.

3 listopada 2024 r. relikwie św. Jana Pawła II oraz św. Floriana zostały wprowadzone do kościoła Matki Bożej Nieustającej Pomocy w Andrespolu.



Oprócz licznie zebranych wiernych na uroczystości obecne były również cztery zastępy Ochotniczej Straży Pożarnej z gminy Andrespol: OSP Wiśniowa Góra, OSP Andrespol, OSP Bedoń i OSP Justynów, które również oddały cześć swojemu patronowi, św. Florianowi.



Każdy z obecnych na mszy mógł zobaczyć papieskie pamiątki z bliska

Monstrancja, baldachim, vasculum, świecznik wotywny, kadzielnica i lichtarze zostały poświęcone podczas uroczystej mszy świętej przez biskupa Ireneusza Pękalskiego, który we wzruszającej homilii przypomniał, że Dekalog to dziesięć słów, od których zależy przyszłość człowieka i społeczeństwa. Od świętych i błogosławionych możemy się nauczyć,

że życie zgodne z Dekalogramem jest możliwe.

Oprócz licznie zebranych wiernych na uroczystości obecne były również cztery zastępy Ochotniczej Straży Pożarnej z gminy Andrespol: OSP Wiśniowa Góra, OSP Andrespol, OSP Bedoń i OSP Justynów, które również oddały cześć swojemu patronowi, św. Florianowi.

## ZACZYNAJĄ SIĘ PRACE ZWIĄZANE Z ODBUDOWĄ BEDOŃSKIEGO DWORKU

Rosną szanse, że dworek w Bedoniu Nowym, który przez lata popadał w ruinę, odzyska swój dawny blask. Gminie udało się zgromadzić fundusze, oszacować zakres i koszty najpilniejszych prac oraz wybrać firmę budowlaną, która wkrótce zacznie zabezpieczać mury przed dalszym niszczeniem. A to nie koniec dobrych wiadomości.

Zaczynając od początku, nadzieja, że po dworku przy ul. Sienkiewicza 15 w Bedoniu Nowym nie pozostaną jedynie wspomnienia i nieliczne zdjęcia, pojawiła się w ubiegłym roku. Gminie udało się pozyskać 3,2 mln zł z Rządowego Programu Odbudowy Zabytków na renowację obiektu. Natychmiast przystąpiono do sporządzania wstępnego kosztorysu i dokumentacji remontu. Pozwoliły one przygotować się do przetargu na pierwszy etap renowacji, który zabezpieczyłby mury dwukondygnacyjnego budynku z nieużytkowym poddaszem przed dalszym niszczeniem.

Przypomnijmy, że do tego, iż wybudowany przez rodzinę Kochanowskich pod koniec XIX wieku dworek znajduje się dziś w katastrofalnym stanie, doprowadziły: brak użytkowania związany ze zmianami planów powojennych właścicieli i wyprowadzka lokatorów, pożar sprzed 30 lat, dalsze liczne

akty wandalizmu oraz nieustanny brak funduszy na renowację. Na szczęście to już historia z cyklu było, minęło. W pierwszym tygodniu listopada gmina wybrała firmę, która ma wkrótce zająć się pierwszym etapem odbudowy. Została ona wyłoniona w ogłoszonym miesiąc wcześniej przetargu, w którym złożono dwie oferty. Po ich otwarciu okazało się, że właściciel zakładu z Sulejowa, wyceniając swoje usługi na blisko 3,6 mln zł, zaproponował kwotę niższą o 1 mln zł niż konkurent z Łasku.

Zwycięska firma w ciągu najbliższych kilkadziesiąt miesięcy ma m.in.: rozebrać elementy, które nie nadają się do adaptacji, w tym tzw. strop Kleina oddzielający piwnicę od parteru w części dobudowanej, schody, tarasy, ścianki działowe, posadzki, część ceglanych i żelbetowych konstrukcji. Zdemontować pozostałości przeznaczone do rekonstrukcji, które będzie można jeszcze wykorzystać – m.in. stalowe konstrukcje balkonowe. Poza tym trzeba będzie zdjąć i zutylizować pokrycia papowe i resztki drewnianych konstrukcji dachu, zbudować drewnianą



Na zdjęciu dworek w czasach swojej świetności



Po pożarze w 1996 r. dworek popadł w ruinę

więźbę, a następnie pokryć dach papą termozgrzewalną i ceramiczną dachówką. Wzmocnić zarysowane ściany konstrukcyjne oraz nadproża łukowe. Zbudować nowe konstrukcje stropowe, zabezpieczyć otwory okienne, drzwiowe oraz ściany i pozostałe elementy budynku, które wciąż nadają się do adaptacji. W zakresie ustalonych prac, których lista liczy blisko 150 pozycji, są także montaż tymczasowych zabezpieczeń wejść do budynku, obróbka blacharskich, rynien i rur spustowych, stolarki okiennej poddasza oraz instalacji odgromowej.

Po zakończeniu pierwszej części remontu budynek będzie w stanie surowym otwartym.

Co ważne, gmina już poczyniła starania o dalszą renowację obiektu, której efektem ma być odtworzenie historycznego wyglądu zabytku. Na razie możemy zdradzić, że planowane jest, aby odrestaurowany dworek w Bedoniu Nowym służył jako miejsce spotkań, wydarzeń kulturalnych, warsztatów, a także różnorodnych inicjatyw społecznych dla seniorów i integracji mieszkańców.

Ma również przyczynić się do zachowania dziedzictwa historycznego i kulturowego okolicy.

## ZABYTKOWE ORGANY W KOŚCIELE W BEDONIUMAJĄ WIELE USTEREK. BĘDZIE GRUNTOWNY REMONT ZA RZĄDOWE PIENIĄDZE

Instrument, który widzimy dziś w kościele parafialnym pw. Matki Bożej Królowej Polski w Bedoniu Przykościelnym, powstał blisko 90 lat temu. W trakcie wieloletniej eksploatacji był niejednokrotnie naprawiany przez osoby, które nie do końca znały się na organmistrzostwie. Dzięki dofinansowaniu z Rządowego Programu Odbudowy Zabytków, jakie gmina pozyskała na remont, organy będą mogły odzyskać swój dawny blask.

Co konkretnie trzeba odrestaurować? W ofercie remontowej przedstawionej przez Andrzeja Sutowicza, organmistrza z Brzesek nieopodal Łasku, czytamy m.in., że nie tylko całe zasilanie powietrzne organów należy wykonać od nowa. Trzeba również m.in. przeprowadzić kapitalny remont stołu gry, który steruje wszystkimi elementami instrumentu, dokonać przeglądu i ewentualnych napraw lub wymiany wiatrownic oraz naprawić piszczałki, od których zależy dźwięk organów. Orientacyjny koszt remontu ze strojeniem oraz intonacją piszczałek to ok. 485 tys. zł. Prace powinny zakończyć się do 30 kwietnia przyszłego roku.

## ZBIOROWE POLOWANIA W POBLISKICH LASACH

Urząd Gminy Andrespol informuje o zbliżających się terminach polowań zaplanowanych przez koła łowieckie w pobliżu Zielonej Góry, Kraszewa i Bukowca. Kiedy i gdzie można spodziewać się myśliwych?

- 1.12.2024 r., godz. 8.00–15.00 – Las Kraszewski, Bukowiec, Zielona Góra
- 22.12.2024 r., godz. 8.00–15.00 – Las Kraszewski, Zielona Góra, Abram
- 5.01.2025 r., godz. 8.00–15.00 – Bukowiec, Las Kraszewski
- 12.01.2025 r., godz. 8.00–15.00 – Zielona Góra, Las Kraszewski

# Balon znów przykrył boisko

Czy coraz niższe temperatury i zimowa aura mogą przeszkadzać piłkarzom w treningu? Na pewno nie tym, którzy korzystają ze sztucznej murawy boiska na terenie Gminnego Ośrodka Sportu i Rekreacji „Relaks” w Wiśniowej Górze.

W połowie listopada nad sztuczną murawą przy ul. Tuszyńskiej pojawiło się pneumatyczne zadaszenie, zwane potocznie „balonem”.

Pozwala ono na prowadzenie komfortowych treningów niezależnie od deszczu, śniegu czy mrozu. Do tego murawę

może oświetlać nawet 60 projektorów LED.

Przypomnijmy. Pneumatyczna powłoka o powierzchni 116 m długości i 75 m szerokości, która w najwyższym punkcie ma około 18 m wysokości, czyli sześć pięter, po raz pierwszy pojawiła się nad pełnowymiarowym boiskiem piłkarskim na terenie ośrodka GOSiR przy ul. Tuszyńskiej jesienią ubiegłego roku. I sprawdziła się znakomicie! Pod nią, przez całą zimę, swoje umiejętności szlifowali przede wszystkim młodzi adepci futbolu z pobliskich szkół i klubów oraz drużyna Widzewa. Wiosną zadaszenie zostało zdjęte.

Montaż i demontaż powłoki zajmuje nie więcej niż 30 godz. Jeszcze w tym i w przyszłym roku koszty montażu i demontażu balonu na początek i na koniec sezonu zimowego pokrywa firma, która realizowała inwestycję

Gmina nie będzie ponosiła za to opłat, co było zawarte w umowie zakupu kopuły. Warto podkreślić, że pełnowymiarowe boisko z pneumatycznym zadaszeniem zawdzięczamy m.in. udziałowi i zwycięstwu gminy w ministerialnym „Programie budowy zadaszeń boisk piłkarskich” – edycja pilotażowa 2020.

Dzięki temu gmina Andrespol jako jedna z dwóch, które zakwalifikowały się do dotacji, otrzymała 2 869 000 zł dofinansowania z Funduszu Rozwoju Kultury Fizycznej. Dodatkowo dzięki pozyskaniu przez gminę pieniędzy z Rządowego Funduszu Polski Ład obok boiska stanął budynek zaplecza technicznego.

Znajdują się w nim: sześć szatni, zaplecze sanitarne, magazyn służący do przechowywania balonu i sprzętu potrzebnego do obsługi boiska. Dzisiaj dzięki ponownemu rozłożeniu pneumatycznej hali nad najnowocześniejszym w gminie boiskiem, mimo że jeszcze trudno mówić o prawdziwych mrozach, to jesteśmy już gotowi na ich przyście! Można śmiało powiedzieć, że zimowa aura ani piłkarzom, ani kibicom, których może przebywać pod balonem nawet ok. 250, już niestraszna!

Wynajęcie całego boiska z powłoką pneumatyczną z zapleczem to koszt 650 zł za godzinę. Wynajem dla podmiotów finansowanych lub dofinansowywanych z budżetu gminy Andrespol w celu prowadzenia zajęć dla osób dorosłych 420 zł za godzinę, a dla dzieci i młodzieży 210 zł za godzinę.



Powłoka pneumatyczna boiska składa się z systemu podwójnej membrany, a pomiędzy jej warstwy non stop włączane jest powietrze generowane poprzez system nadmuchowy zasilany prądem. Poszczególne elementy łączą 12 tysięcy mocowań punktowych

## NABÓR do nowopowstałej sekcji piłki ręcznej LUKS Wiśniowa Góra

Piłka ręczna to dynamiczny sport zespołowy, który przynosi wiele korzyści zarówno fizycznych, jak i społecznych. Treningi tej dyscypliny będą bazować na poprawie **motoryki**, wprowadzaniu elementów **dyscypliny** na boisku ale też w życiu codziennym.

Dzieci podczas regularnych zajęć będą kształtować **charakter** w trakcie pokonywania swoich barier, a wykorzystanie elementów **neurotreningu** pozytywnie wpłynie na harmonijny rozwój Twojego dziecka!



Czym jest **motoryka**? Pod pojęciem **motoryka** rozumie się najczęściej, aktualną możliwość wykonywania czynności ruchowych wymagających zaangażowania:

- siły
- szybkości
- wytrzymałości
- koordynacji ruchowej
- gibkości

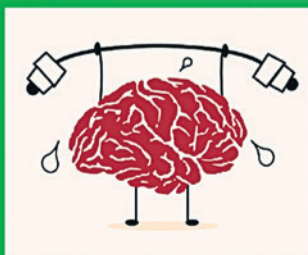
Istotne jest, aby od najmłodszych lat dbać o **harmonijny rozwój fizyczny** dziecka, dlatego nasze programy są dostosowane do potrzeb najmłodszych i mają na celu wspomaganie ich umiejętności poprzez zabawę

Zapisz się już dziś!



Czym jest **neurotrening**? To zestawy ćwiczeń, które wpływają na rozwój funkcji poznawczych, takich jak: **pamięć, koncentracja oraz koordynacja**. Dzieci uczą się poprzez ruch, co sprzyja ich wszechstronnemu rozwojowi.

Różnorodne wyzwania i techniki mogą mieć też bezpośredni wpływ na poprawę nie tylko w sporcie, ale także w edukacji w szkolnej



## WYBORY SOŁECKIE ZA NAMI. OTO NOWI SOŁTYSI, NOWE RADY SOŁECKIE

Zdecydowaliśmy, kto przez następne pięć lat będzie reprezentował sołectwa. W 10 głosowaniach wybraliśmy sołtysów i członków rad sołeckich. W sześciu sołectwach nastąpiła zmiana na stanowisku wóldarza wsi, w pozostałych doszło do reelekcji.

Od 24 października do 22 listopada mieszkańcy naszej gminy uczestniczyli w wyborach sołeckich. Najwięcej osób w zebraniach brało udział w Janówce, Justynowie.

### SOŁTYSI W KADENCJI 2024–2029

- Sołectwo Andrespol  
Sołtys: Marian Turzyński
- Sołectwo Bedoń Przykościelny  
Sołtys: Halina Czyżewska
- Sołectwo Bedoń Wieś  
Sołtys: Józef Stańczyk
- Sołectwo Janówka  
Sołtys: Anna Fijałkowska-Dębska

- Sołectwo Justynów  
Sołtys: Marcin Jaskulski
- Sołectwo Kraszew  
Sołtys: Lech Kunikowski
- Sołectwo Nowy Bedoń  
Sołtys: Wojciech Sarzyński
- Sołectwo Stróża  
Sołtys: Renata Mikinka
- Sołectwo Wiśniowa Góra  
Sołtys: Bożena Bogusława Rigamonti
- Sołectwo Zielona Góra  
Sołtys: Paweł Różga

## „Dziuple z Bedonia” ze złotem i srebrem

Film „Dziuple i ich mieszkańcy”, zrealizowany przez Leśne Studio Filmowe Lasów Państwowych z Bedonia, zdobył dwie międzynarodowe nagrody. Złoto w kategorii „Dokument” przyznało produkcji jury Zagreb Tourfilm Festival w Chorwacji. Statuetkę odebrał podczas uroczystej gali Michał Ogródowczyk, który wraz ze Sławomirem Skupińskim reżyserował film. Towarzyszyła mu Olga Buczyńska, naczelnik Wydziału Komunikacji Społecznej z Dyrekcji Generalnej Lasów Państwowych.

Kolejna statuetka, tym razem za drugie miejsce w kategorii filmu dokumentalnego, trafiła do twórców na Finisterra Arrábida Film Art & Tourism Festival w Portugalii.

Nagrodzony film ukazuje niezwykle życie w polskich lasach. Zwraca uwagę na to, że cenne jest każde drzewo, także to z różnych przyczyn zamierające czy już martwe. Znajdujące się w nich dziuple dla wielu zwierząt to idealne miejsca odpoczynku, ale także rozmnażania.



Dyrektor Agnieszka Ogródowczyk

– *Jakiego rodzaju problemy z mową mają najczęściej dzieci zapisywane do przedszkola?*

– Przede wszystkim nie zapominajmy, że w rozwoju mowy wszystko zachodzi w swoim czasie. Dla dziecka w tym wieku miesiąc czy dwa to bardzo duża różnica czasu. Normalnym więc jest, że inne dzieci z tej samej grupy mogą mówić więcej lub wyraźniej. Natomiast jeśli chodzi o wady wymowy, to najczęściej w tej grupie wiekowej mamy do czynienia z seplenieniem, trudnościami w wypowiedzianiu się, w artykułowaniu głosek.

## By w przedszkolu było ciekawiej

Powinno być miejscem, w którym dzieci czują się szczęśliwe, ale też placówką, która ypożaja w nową wiedzę i rozbudza ciekawość świata. O codziennej pracy, sukcesach i planach rozmawiamy z Agnieszką Ogródowczyk, dyrektorką Przedszkola Samorządowego w Andrespolu przy ul. Ceramicznej.

„W Centrum Polski”: – *Mija rok, odkąd objęła pani stanowisko dyrektora. Czym dziś wyróżnia się przedszkole w Andrespolu na tle innych?*

Agnieszka Ogródowczyk: – Placówka, którą kieruję, jest bez wątpienia największym przedszkolem w okolicy. Prowadzi osiem oddziałów, do których uczęszcza 200 dzieci i mieści się w trzech lokalizacjach: w Andrespolu przy ul. Ceramicznej oraz w Wiśniowej Górze na ul. Piekarniczej 4 i Tuszyńskiej 113. Zatrudniam 42 osoby, które czuwają nad bezpieczeństwem, wychowaniem, rozwojem i nauką dzieci. Rodzice absolwentów oraz dzieci, które uczęszczały do innych przedszkoli, twierdzą, że wyróżnia nas bardzo dobra rodzinna atmosfera, o którą dbała również poprzednia pani dyrektor Agnieszka Biała. Poza tym, ponieważ uważam, że ważne są warunki, w jakich przebywają dzieci, w minionym roku pomalowane zostały wszystkie sale w oddziałach na ul. Ceramicznej, przybyły fachowe pomoce dydaktyczne. Obecnie w każdej sali, gdzie prowadzone są zajęcia dydaktyczne, wiszą tablice multimedialne lub monitory interaktywne.

– *Przyznam, że gdy przeglądałam państwa stronę internetową, pierwsze, na co zwróciłam uwagę, to fakt, że wszyscy nauczyciele mają tytuł magistra, wielu ma dodatkowe kwalifikacje.*

– Rzeczywiście mamy świetną kadre. W tym roku szkolnym udało nam się stworzyć zespół pomocy psychologiczno-pedagogicznej, zatrudniony został psycholog, pedagog specjalny, pedagog, logopeda, terapeuta pedagogiczny. Zatrudniamy logopedę, który prowadzi na początku roku badania przesiewowe, identyfikując dzieci, którym trzeba pomóc indywidualnie i z takimi dziećmi pracuje.

– *Mówi się, że w dobrym przedszkolu program skonstruowany jest tak, aby rodzic nie musiał szukać już dla malucha dodatkowych aktywności. Z jakich dodatkowych zajęć mogą korzystać przedszkolaki z ul. Ceramicznej?*

– Oprócz zajęć specjalistycznych dzieci korzystają bezpłatnie z: zajęć ogólnorozwojowych, prowadzonych przez trenerów z Klubu Sportowego Andrespolia, zajęć z rytmiki oraz cyklicznych audycji muzycznych. Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom rodziców, na terenie naszej placówki organizowane są płatne zajęcia dodatkowe z języka angielskiego, piłki nożnej oraz zajęcia sportowe rozwijające motorycznie dzieci.

– *Na stanowisku szefa przedszkola nie brakuje wyzwań. Jakie są pani plany na ten rok szkolny?*

– Cieszę się, że mogę wprowadzać w czyn swoje zamierzenia i plany, które wynikają z moich wcześniejszych doświadczeń i obserwacji. W planie na ten rok szkolny jest odnowienie stolówki w oddziałach przedszkola w Andrespolu. Otrzymaliśmy już na ten cel wsparcie z Urzędu Gminy. Po nowym roku planuję remont oddziałów przedszkola na ul. Piekarniczej w Wiśniowej Górze. Chcę, aby przedszkole zostało pomalowane i doposażone.

### GOK WIŚNIOWA GÓRA ZAPRASZA !!:

*GDY PORANEK JEST SAMOTNY  
A DO SZKOŁY JESZCZE CZAS  
„LAWENDOWA” JEST ŚWIETLICA  
I Z UŚMIECHEM WITA WAS ©*

SERDECZNIE ZAPRASZAMY DO  
ZAPISÓW DZIECI I MŁODZIEŻ  
W WIEKU 7-14 LAT zajęcia bezpłatne  
tel. 794 959 991

poniedziałek 8.00-11.00

wtorek 8.00-11.00

środa 8.00-11.00



## Kadeci z Karskiego na podium zawodów strzeleckich

Celnym okiem i sprawną ręką wykazali się: Dawid Krupa, Igor Szyk, Kacper Guzek i wywalczyli drugie miejsce w Zawodach Strzeleckich Klas Mundurowych 2024 Województwa Łódzkiego. Zdobyli 33 punkty, o cztery mniej niż zwycięska drużyna z Zespołu Szkół Katolickich w Sieradzu.

Turniej odbył się na strzelnicy 15. Brygady Wsparcia Dowodzenia w Sieradzu. W rywalizacji uczestniczyły trzyosobowe drużyny reprezentujące szkoły realizujące programy edukacyjne pod patronatem Ministerstwa Obrony Narodowej (Oddziały Przygotowania Wojskowego i CYBER.MIL z klasą) z województwa łódzkiego.

– Uczestniczyłem w tych zawodach już po raz trzeci, trzeci rok z rzędu. W pierwszej klasie byłem w drużynie,

Oddziały Przygotowania Wojskowego regularnie mają na łódzkim poligonie zajęcia praktyczne z jednostką patrolną 9. Łódzkiej Brygady Obrony Terytorialnej, a do tego od stycznia mogą trenować na wirtualnej strzelnicy, którą szkoła uruchomiła w sali na pierwszym piętrze. Była to jedna z większych gminnych inwestycji oświatowych. Kosztowała ponad 188 tys. zł. 80 proc. tej kwoty zostało pokryte ze środków Ministerstwa Obrony Narodowej w ramach konkursu „Strzelnica w powiecie 2023”, 20 proc. dopłacił Urząd Gminy jako organ prowadzący szkołę. Licealiści „Karskiego” korzystający z wirtualnej strzelnicy mogą trenować zespołowo lub indywidualnie, stojąc, klęcząc lub leżąc, ponieważ w pomieszczeniu są cztery stanowiska z matami strzeleckimi.



Uczniowie LO z Wiśniowej Góry pokonali drużyny z Tomaszowa Mazowieckiego, Wielunia, Poddębic i Ostrowa

która zajęła trzecie miejsce, a w drugiej identycznie jak obecnie stanęliśmy na podium z drugą liczbą punktów – mówi Dawid Krupa, uczeń III oddziału wojskowego LO w Wiśniowej Górze, który może poszczycić się stopniem starszego sierżanta. Konkretny. Rzeczowo opowiada o tegorocznym turnieju.

Podobnie jak wszyscy konkurenci, licealiści z „Karskiego” mieli za zadanie wziąć udział w trzech strzelaniach. Każde było opracowane według konkretnego scenariusza. Odbywały się na urządzeniu szkolno-treningowym Śnieżnik. Jest to rodzaj strzelnicy wirtualnej. Nad każdym zespołem i drużyną czuwał zespół profesjonalnych instruktorów – żołnierzy 15. BWD. Opiekunem reprezentacji LO z Wiśniowej Góry była p. Małgorzata Lis.

– Głównie prezentowaliśmy strzelanie dynamiczne, czyli do przemieszczających się celów – wspomina Kacper Guzek, kadet sztabowy. – W dużym uproszeniu tłumacząc, podobnie jak w grze komputerowej na ekranie widzimy cele i postaci, które również celują w nas. Scenariusz naszego zadania zakładał odparcie ataku na naszą bazę w Afganistanie. W akcji uczestniczyli żołnierze nieprzyjaciela, ale też czołgi, wozy opancerzone. Musieliśmy wykazać się umiejętnościami, jeśli chodzi o używanie broni laserowej, ale też myśleniem strategicznym i koncentracją. Co zrobić, żeby nauczyć się celnie strzelać na tyle, by brać udział w zawodach? Nie trzeba mieć wielkiego talentu, ale dużo ćwiczyć. Treningi, treningi i jeszcze raz treningi – dodaje.

Uczniom z Wiśniowej Góry z całą pewnością okazji do szlifowania swoich strzeleckich umiejętności nie brakuje.

Posługując się bezprzewodowymi, laserowymi replikami pistoletów i karabinów, można strzelać do tarczy lub szlifować swoje umiejętności, wykorzystując wyświetlaną na ekranie, o wymiarach 5x3 m, animację komputerową. System pozwala dobrać porę dnia, ukształtowanie terenu, wprowadzić cele ruchome, ukazujące się np. nocą lub przy ograniczonej widoczności. Można zastosować efekty specjalne (ogień czy dym) i strzelać do celu z różnych odległości. Na koniec system oferuje wydruk wyników wraz z ich podsumowaniem i analizą, co pozwala korygować błędy na bieżąco.

Z wirtualnej strzelnicy w Wiśniowej Górze mogą korzystać również mieszkańcy gminy Andrespol i nie tylko. Wystarczy wcześniej umówić się mailowo, pisząc na adres [liceumwg@wikom.pl](mailto:liceumwg@wikom.pl).

– W porównaniu z ubiegłym rokiem stopień trudności sieradzkich zawodów był podobny – opowiada Igor Szyk, trzeci z reprezentantów zwycięskiej drużyny z „Karskiego” w stopniu starszego sierżanta. – Z pewnością byliśmy również dobrze przygotowani. Gdybym raz jeszcze miał wybierać szkołę średnią, na pewno znów chciałbym aplikować i złożyć dokumenty do naszego liceum. W mojej klasie najbardziej cenię sobie fajnych ludzi. To, że na każdego można liczyć. Ale nie bez znaczenia jest też fakt, że szkoła stwarza nam wiele okazji do poszerzania wiedzy i horyzontów, pasji. Mamy dużo spotkań z ciekawymi ludźmi, zajęć praktycznych i różnych wyjazdów, wycieczek – dodaje uczeń.

Gratulujemy kadetom osiągniętych wyników, sportowej postawy i czekamy na więcej.



# O CZYM POWINNIŚMY PAMIĘTAĆ, gdy sięgamy po leki, suplementy diety i zioła

Lekarze biją na alarm: Polacy przyjmują za wiele różnego rodzaju leków i suplementów. Zażywają je w zbyt dużych dawkach i – nierzadko nieświadomie – stosują jednocześnie substancje lecznicze, których nie można ze sobą łączyć. O tym, co możemy zrobić, by tego uniknąć, rozmawiamy z Sylwią Ziółek, andrespolską farmaceutką.

– **Jak zwiększyć szanse na zapewnienie sobie właściwej terapii lekowej?**

– Po pierwsze: idąc na wizytę do lekarza, dobrze byłoby wcześniej przygotować listę leków, suplementów, ziół i wyrobów medycznych, jakie na co dzień stosujemy. Poza tym, jeżeli mamy jakiegokolwiek wątpliwości dotyczące leków, możemy skonsultować się w aptece ze specjalistą. Coraz popularniejsze w Polsce stają się również tzw. przeglądy lekowe. To usługa świadczona przez farmaceutów. Jej celem jest zwiększenie skuteczności leczenia, szczególnie w chorobach przewlekłych, takich jak nadciśnienie, cukrzyca i astma, oraz pomoc pacjentom we właściwym stosowaniu leków. W trakcie takiego przeglądu specjaliści analizują przyjmowane przez pacjenta leki, suplementy, zioła i przedstawiają konkretne zalecenia dotyczące dalszej terapii.

– **Jak wygląda taka usługa w praktyce?**

– Zakłada dwa lub trzy spotkania. Już na etapie umawiania pierwszej konsultacji farmaceuta prosi pacjenta o zabrańie ze sobą lub spisanie wszystkich stosowanych leków, suplementów, ziół i wyrobów medycznych. Zazwyczaj dalsza rozmowa przebiega według klucza określającego, jakie leki przepisał specjalista, a które zostały zakupione samodzielnie, w jakich dawkach są one przyjmowane, o jakich porach. Dodatkowo farmaceuta zbiera informacje dotyczące m.in. stylu życia pacjenta, chorób współistniejących, alergii, sposobu odżywiania, nałogów (palenie wyrobów tytoniowych, spożycie alkoholu), aktywności fizycznej. Następnie na podstawie zebranych danych dokonuje analizy farmakoterapii, wychwytuje np. interakcje lek-lek, lek-żywność, lek-choroba, występowanie działań niepożądanych przyjmowanych le-

ków i suplementów. Wynik tej analizy w formie raportu dla pacjenta i jego lekarza lub lekarzy przekazywany jest na kolejnym spotkaniu w wyznaczonym wcześniej terminie.

– **Jakie błędy popełniamy zwykle, lecząc się na własną rękę? Na co szczególnie powinniśmy uważać?**

– Dużym problemem na przykład, zwłaszcza seniorów, jest to, że chodzą do wielu lekarzy, o czym ich nie informują. Skutek jest taki, że niejednokrotnie dostają recepty na podobnie działające leki, więc finalnie zamiast zalecanej dawki, powiedzmy 50 mg, nieświadomie biorą kilkakrotnie wyższą.

– **Mówi pani, że rozmowa z lekarzem lub farmaceutą na temat przyjmowanych leków pozwoli zapobiec przedawkowaniu substancji leczniczych. Na co jeszcze możemy liczyć?**

– Na przykład, dowiedzieć się, że antybiotyki należące do grupy tetracyklin, stosowane w zakażeniach dróg oddechowych czy układu moczowo-płciowego, w obecności pokarmów mlecznych lub preparatów zawierających jony metali (preparaty z wapniem czy magnezem) w przewodzie pokarmowym mogą wchłaniać się dużo słabiej lub w ogóle. Dlatego spożywając je, trzeba zachować 3–4 godziny przerwy przed i po przyjęciu antybiotyku.

Należy być ostrożnym, gdy stosujemy preparaty z dziurawca, który przyspiesza metabolizm niektórych leków (np. antykoncepcyjnych oraz przeciwolesterolowych), co może obniżać skuteczność terapii.

Nieobojętne dla przebiegu leczenia mogą być również sok grejpfrutowy i grejpfruty. Mogą hamować metabolizm niektórych leków obniżających ciśnienie krwi, co może powodować np. zawroty głowy i upadki. W przypadku leków na cholesterol zwiększa

stężenie substancji czynnej w organizmie, a wtedy rośnie ryzyko zatrucia organizmu, uszkodzenia mięśni szkieletowych.

– **Słyszałam, że szczególnie niebezpieczne dla pacjentów może okazać się jednoczesne przyjmowanie suplementów diety i leków obniżających poziom złego cholesterolu.**

– Od razu uspokajam, że dotyczy to rzadko przepisywanych dziś leków starej generacji, które mogą powodować wiele interakcji. Substancje lecznicze tych leków, kumulując się w organizmie, mogą być przyczyną miopacji, czyli niszczenia mięśni. Szczególnie niebezpieczne może być uzupełnianie terapii lekami zawierającymi monakolinę suplementem diety, który wspomaga prawidłowy poziom cholesterolu we krwi, i również ma ją w swoim składzie. Jeśli będziemy przyjmować obydwie preparaty jednocześnie, możemy doprowadzić do przedawkowania substancji leczniczej, narazić swój organizm na skutki uboczne terapii. Dlatego radzę, aby lecąc się z powodu nieprawidłowego poziomu cholesterolu, prosić lekarza o terapię lekową najnowszej generacji. Poza tym chciałabym, uczulić kobiety, które stosują antykoncepcję hormonalną, aby informowały o tym lekarzy. Zwłaszcza jeśli zgłaszają się z powodu bólu kręgosłupa. Inaczej mogą otrzymać lek, który w ich przypadku doprowadzi do niebezpiecznego spadku ciśnienia krwi. Podobny zwyczaj powinien dotyczyć pacjentów z nadczynnością tarczycy.

Żeń-szeń, który zgodnie z najnowszymi badaniami ma pozytywny wpływ na ciśnienie, glikemię, profil lipidowy, nie powinien być stosowany z lekami przeciwpłytkowymi i przeciwzakrzepowymi, bo może powodować krwotoki.

– **Dlaczego ważne może okazać się przyjmowanie leków o określonych porach?**

– Zgodnie z naszym zegarem biologicznym w ciągu doby zmieniają się: tempo pracy naszych narządów, temperatura ciała, ciśnienie krwi, a przez to również metabolizm leku. Z reguły nie tylko te leki, które wskaże producent, ale wszystkie dobrze byłoby przyjmować o stałych porach, bo wtedy mamy kontrolę nad ich stężeniem w organizmie. Pamiętajmy, że różne preparaty osiągają najwyższe stężenie w różnym czasie. Pilnowanie czasu ich aplikacji pozwoli uniknąć sytuacji, że wysokie poziomy substancji będą nakładały się na siebie albo na kilka godzin pozbawimy organizm substancji leczniczej.

– **Hormony tarczycy należy zażywać...**

– Rano, bo ważne jest, aby trafiły do przewodu pokarmowego na czczo. Identyfikacja zasady dotyczy modnych ostatnio tabletek na odchudzanie.

– **To prawda, że nawet świetne leki nieodpowiednio stosowane mogą nam zaszkodzić?**

– Nie wolno zapominać, że każda przyjmowana substancja lecznicza może mieć wpływ na nasz organizm. Na przykład leki na astmę – inhalatory wziewne – są bardzo bezpieczne, ale pod warunkiem, że są prawidłowo stosowane. Tymczasem aż 70 proc. osób chorujących używa ich nieprawidłowo, co wiąże się z brakiem kontroli astmy i POCHP. Poza tym radzę wziąć sobie do serca fakt, że według najnowszych doniesień cukrzyca typu drugiego, insulinooporność, jaskra coraz częściej diagnozowane są u osób, które ćwiczenia na siłowni wspomagają przyjmowaniem preparatów zawierających sterydy.

## CHĘTNI NA SZCZEPIONIA PRZECIWIW COVID-19 MOGĄ ZGŁASZAĆ SIĘ DO PRZYCHODNI W JUSTYNOWIE

W przychodni Farm-Med. NZOZ w Justynowie przy ul. Łódzkiej 37 mieszkańcy gminy Andrespól, którzy ukończyli 12 lat i nie mają ku temu żadnych medycznych przeciwwskazań, mogą za darmo zaszczepić się najnowszą wersją szczepionki przeciw COVID-19.

Medycy polecają ją przede wszystkim osobom o obniżonej odporności, u których COVID-19 może mieć ciężki przebieg. Do tego grona należą m.in. seniorzy powyżej 60 lat, dzieci, młodzież i dorośli z chorobami współistniejącymi. To np. otyłość, cukrzyca,

przewlekła choroba płuc, przewlekła choroba nerek, choroba układu sercowo-naczyniowego, zaburzenia neurorozwojowe, aktywna choroba nowotworowa. Ponadto lekarze rekomendują szczepienie wszystkim, którzy chcą uniknąć ciężkich powikłań po zakażeniu koronawirusem.

Aby skorzystać ze szczepionki w przychodni w Justynowie, wystarczy umówić się telefonicznie, dzwoniąc pod numer 42 236 23 32 albo przyjść osobiście. Może zgłosić się każda zdrowa osoba, także ta, która nie jest zapisanym pacjentem tutajszych lekarzy POZ. Nie jest zalecane

podawanie zastrzyku osobom z infekcją wirusową. Dlatego do szczepienia kwalifikuje pielęgniarka.

Jeśli chodzi o sam preparat, w sezonie 2024/2025 pacjentom podawana

jest jednodawkowa szczepionka Spikevax JN.1, działająca na nowy podwariant koronawirusa JN.1 Omikron. To produkt dwóch producentów: Moderna i Novavaxu.

Szczepienia przeciwko COVID-19 u polskich pacjentów przeprowadzane są na podstawie e-skierowania, które dostępne jest na Internetowym Koncie Pacjenta (IKP). Ich automatyczne wystawianie rozpoczęło się 18 października. Stąd na szczepienie można umówić się także poprzez Internetowe Konto Pacjenta lub aplikację mojejIKP. (Lista wszystkich punktów szczepień w Polsce dostępna jest na [www.pacjent.gov.pl](http://www.pacjent.gov.pl)).



# Ćwiczyli, by jeszcze skuteczniej ratować poszkodowanych



**Strażacy z Grupy Poszukiwawczo-Ratowniczej OSP Justynów z niemałym zaangażowaniem doskonalili swoje umiejętności w ratownictwie wodnym i nie tylko podczas ćwiczeń, jakie odbyły się na terenie zbiorników wodnych na Marysunku w ostatnią sobotę października.**

Na co dzień grupa wspiera działania Państwowej Straży Pożarnej oraz policji podczas poszukiwań osób zaginionych na obszarze całego województwa łódzkiego, w różnych warunkach terenowych, w lesie, w pobliżu i na zbiornikach wodnych, w zaroślach. Jednostka ma do dyspozycji m.in. psy ratownicze, profesjonalne drony z termowizją, specjalistyczny samochód marki Mercedes wyposażony w telewizory z możliwością wyświetlania obrazu z drona bądź z komputera planisty, drukarkę laserową, zestaw oświetleniowy, monokular termowizyjny do obserwacji terenu w każdych warunkach, najnowsze modele urządzeń GPS oraz laptopy.

W ćwiczeniach na Marysunku wzięło udział około 20 druhów wspieranych przez zawodowych strażaków z Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej powiatu łódzkiego wschodniego z siedzibą w Koluszkach. Wykwalifikowany strażak pletwonurek z OSP Justynów oraz 10 osób działało w wodzie, używając do tego profesjonalnych skafandrów. Wszyscy mieli okazję sprawdzić się i szkolić w ekstremalnych warunkach.

## Doszkalali się na lądzie i na wodzie

Scenariusz ćwiczeń przewidywał trzy zdarzenia:

- ratowanie osoby topiącej się w zbiorniku wodnym oraz ewakuację poszkodowanych z wody,
- udział w poszukiwaniach zaginionego człowieka, który zagubił się w lesie, w bagnistym terenie, w okolicy zbiornika wodnego,
- działania ratownicze podczas powodzi.

W trakcie pierwszego zadania przyjęto, że strażacy otrzymali informację o przewróconej łodzi na zbiorniku wodnym. Nie jest znana liczba poszkodowanych. Teren



*Grupa Poszukiwawczo-Ratownicza OSP Justynów została powołana z dniem 1 stycznia 2018 r. W skład justynowskiemu zespołu wchodzi m.in.: strażacy, przewodnicy z psami, ratownicy medyczni, planiści i koordynatorzy*

poszukiwań obejmuje powierzchnię 40 hektarów. Rolą druhów jest odnalezienie łodzi i poszkodowanych oraz ewakuacja ich w bezpieczne miejsce, udzielenie kwalifikowanej pomocy przedmedycznej. Trzeba było sprawdzić każdy zakątek stawu, bagna i lasu. Zagadnieniem do przećwiczenia było podejmowanie ludzi z wody. Każdy ze strażaków miał możliwość wystąpienia zarówno w roli ofiary, jak i ratownika. Chodziło o to, by nauczyć się profesjonalnego zachowania wobec poszkodowanego, jak go wciągnąć na ponton, jak udzielać pomocy na brzegu.

W ćwiczeniu drugim trzeba było w ciągu 5 minut wykonać analizę topografii powierzchni zalanego obszaru, wskazać i wytyczyć drogi do najwyższego punktu, do którego mieliby ewakuować się okoliczni mieszkańcy, kobiety z dziećmi, seniorzy.

W ostatnim teście, który zawierał działania poszukiwawczo-ratownicze, brały

udział wyszkolone do tego psy. Miały odnaleźć osobę, która zagubiła się w lesie. Zwierzę miało założoną obrozę z GPS, również druhowie biorący udział w poszukiwaniach wyposażeni byli w najnowsze modele urządzeń GPS, co pozwalało lokalizować miejsca, w których pies oraz ratownicy prowadzili już poszukiwania i wyznaczać kolejne sektory do sprawdzenia. Tutaj również nie była do końca określona liczba osób do odnalezienia.

## Wykorzystywali nowe technologie

Z całą pewnością ważnym elementem ćwiczeń była obsługa i korzystanie z drona, nazywanego fachowo bezałogowym statkiem powietrznym. Za jego pomocą tworzona była specjalistyczna mapa 3D, dzięki której koordynator ze sztabu dowodzenia mógł w każdej chwili sprawdzać i oceniać, np. czy maszyna czegoś nie przeoczyła. Urządzenie miało również kontro-

lować albo wspomagać działania strażaków na wodzie, wskazywać konkretne miejsce, w które powinna podążać ekipa ratownicza.

Niemało działo się również w sztabie dowodzenia. Planowano tutaj m.in. obszar poszukiwań, wydawano sprzęt GPS, latarki. Podczas ćwiczeń strażacy ochotnicy mieli do dyspozycji osiem samochodów, w tym dwie jednostki bojowe, sprzęt lekki w postaci quadów. Ponadto używany był ponton przywieziony z Państwowej Straży Pożarnej w Koluszkach. Zawodowcy współpracujący z druhami z OSP Justynów w różnych zadaniach również mieli niejedną okazję, by sprawdzić i udoskonalić swoje umiejętności.

Manewry były nadzorowane przez karetkę z ratownikami medycznymi z OSP Justynów, a dodatkowo w każdej chwili ćwiczący mogli liczyć na wsparcie druhów poruszających się po zbiorniku na skuterze wodnym.

Ćwiczeniom z lądu bacznie przyglądali się: starosta łódzki wschodni Mateusz Karwowski, wójt gminy Andrespol, komendant KP PSP st. bryg. Krzysztof Supera oraz dowódca JRG w Koluszkach mł. bryg. Sylwester Norwiński.

Co więcej październikowe manewry budziły również spore zainteresowanie wśród rodzin, rowerzystów i spacerowiczów, którzy tego dnia wypoczywali na Marysunku. Padły słowa uznania i komentarze, że każdy z trenowanych przez druhów scenariuszy jest bardzo prawdopodobny, a więc takie ćwiczenia są potrzebne.

## PEŁNE SMAKU I ZABAWY ŚWIĘTO W KRASZEWIE

Wiecie, jak to jest czuć zapach i smak pieczonych ziemniaków z dzieciństwa, radość z zabawy przy ognisku, zachwycać się jesiennymi smakołykami w gościnie na wsi, poplotkować na sąsiedzkiej biesiadzie? Tego wszystkiego można było doświadczyć na święcie pieczonego ziemniaka na Uroczysku Kraszew. Organizatorem imprezy były KGW Kraszew i miejscowa Rada Sołecka na czele z sołtysem Lechem Kunikowskim.

Było rodzinnie, odświętnie i radośnie. Goście bawili się przy ognisku, piekli ziemniaki i kiełbasy. Jedli grochówkę, ciasta, sałatki warzywne, zapiekanekę z cebuli, ziemniaków i wędliny. Na dzieci czekały przejażdżki bryczką i kreatywne zabawy. Więc każdy bez wyjątku mógł znaleźć coś dla siebie. A na domiar dobrego imprezę uświetnił popis akordeonistów z OSP Andrespol.

