

Brunetki, blondynki...

Zamiast tradycyjnych kwiatków – kabaret, a zamiast słodkich czekoladek – chwile z muzyką na najwyższym poziomie. Przez lata przyzwyczailiśmy się, że Dzień Kobiet jest wyłącznie dla kobiet. I nadszedł czas, aby to zmienić i pokazać, że to święto może być dla wszystkich – zarówno dla pięknych pań, jak i przystojnych mężczyzn.

9 marca 2019 roku, tuż po Dniu Kobiet i tuż przed Dniem Mężczyzny, Miejski Ośrodek Animacji Kultury w Zabłudowie zaprosił wszystkich – panie i panów – do wspólnego świętowania.

Chcieliśmy w tym roku zaprosić panie, aby nieco inaczej spędziły Dzień Kobiet. Nie zapominamy przy tym, że mamy w naszej gminie również mężczyzn. Dlatego też zaproponowaliśmy właśnie takie, kabaretowo-muzycz-

ne, wydarzenie – powiedziała Cecylia Halicka, dyrektor MOAK-u w Zabłudowie.

Na początek porządny trening mięśni brzucha, czyli Kabaret Rewers, który przybył do Zabłudowa aż z Zielonej Góry! To formacja uznana nie tylko w Polsce, ale i za granicą. Moc całusów i uścisków czyli „Pocztą życzeniową”, „Apteka” i to, czego panowie wstydzą się w niej kupić, trudne powroty do domu po imprezie oraz kilka

Występ Kabaretu Rewers





CNŻ – Całowanie Na Życzenie

dobrych rad, jak przetrwać w związku – w skrócie: przysposobienie do życia w rodzinie dla dorosłych – to tylko kilka zaprezentowanych skeczy! Jedno jest pewne – tego wieczoru nikt nie był w stanie powstrzymać wybuchów śmiechu!

Zabłudów jest świetną publicznością, nie spodziewaliśmy się takiej reakcji i mamy nadzieję, że zobaczymy się niebawem. Życzymy, zarówno mieszkankom gminy, jak i wszystkim kobietom, żeby Dzień Kobiet trwał codziennie, żebyście codziennie dostawały kwiaty i czuły się doceniane – zaapelowała męska część grupy kabaretowej.

Druga część świętowania upłynęła pod znakiem muzyki z najwyższej półki. Był to koncert tym bardziej wyjątkowy, że solista, Adam Tomaszewski, wychował się w Zabłudowie. Ma za sobą setki występów w chórach Opery i Filharmonii Podlaskiej, Filharmonii Narodowej w Warszawie. Śpiewał w Operze Nova w Bydgoszczy, Operze w Rheinsbergu w Niemczech i wielu innych.

Cieszę się, że mogłem wystąpić w miejscu, w którym posmakowałem, czym jest muzyka. Przez okres swojej działal-

ności występowałem w wielu miejscach w Polsce i za granicą, ale dziś był mój pierwszy koncert przed rodzimą publicznością, co jest dla mnie bardzo wzruszającym wydarzeniem i też bardzo się cieszę, że stało się to przy okazji Dnia Kobiet, bo coż my mężczyźni byśmy bez was drogie panie zrobili – nie krył radości Adam Tomaszewski.

Urzekający baryton artysty z czarował licznie zgromadzoną publiczność m.in. serenadą Don Juan w kompozycjach Piotra Czajkowskiego i Mozarta czy starowłoską arią „Caro mio ben” napisaną przez Giuseppe Giordaniego. Nie zabrakło także polskich akcentów, jak znanych wszystkim „Usta milczą”. Wisienką na torcie okazało się „O sole mio”. Przy fortepianie zasiadł znakomity solista, kameralista i akompaniator Paweł Pasternak.

To był zdecydowanie wyjątkowy Dzień Kobiet – pełen wytchnienia, pozytywnej energii i śmiechu, ale też muzycznych wzruszeń i uniesień. Wydarzenie udało się zorganizować dzięki uprzejmości proboszcza parafii prawosławnej ks. Mirosława Tomaszewskiego, który udostępnił na czas spotkania salę parafialną.

M.Ś.



Adam Tomaszewski podczas koncertu

Z okazji Dnia Kobiet pragnę złożyć wszystkim Paniom najlepsze życzenia wszelkiej pomyślności i szczęścia.

*Życzę Wam, aby to, co dobre, nigdy Was nie omijało,
by wasze życie było przepelnione radością, miłością i uśmiechem.
To, czego pragniecie niech zawsze będzie na wyciągnięcie dłoni,
a każda z chwil zapisze się pięknymi wspomnieniami.*

Burmistrz Zabłudowa - Adam Tomanek

*Pani Walentynie Stulgis,
mieszkanke wsi Halickie, z okazji 100-nych urodzin życzymy,
aby dzień tak wyjątkowego jubileuszu stał się okazją do spotkań w gronie życzliwych,
troskliwych i najbliższych Pani osób oraz przywołał wyłącznie dobre wspomnienia.
Niech zdrowie, siły i pogoda ducha nie opuszczają Pani przez długie lata.
Droga Jubilatko, niech każda chwila będzie dla Pani
źródłem szczęścia i upływa w spokoju, a życiowa mądrość i doświadczenie
staną się skarbnicą wiedzy i drogowskazem dla młodszych pokoleń.*

Przewodnicząca Rady Miejskiej w Zabłudowie – Antonina Kuna
oraz Burmistrza Zabłudowa - Adam Tomanek

Gmina Zabłudów wysoko w rankingu!

We wszystkich 2478 gminach w Polsce w połowie ubiegłego roku realizowane były projekty unijne z polityki spójności. Jak wynika z danych Głównego Urzędu Statystycznego ich łączna wartość to niemal 186,4 mld zł. Zabłudów, z kwotą 195 986 319 zł, znalazł się na 130 miejscu w rankingu wykorzystania środków unijnych na realizowane działania! To bardzo dobra pozycja!

Dane te dotyczą wszystkich projektów realizowanych przy wsparciu Funduszu Spójności na terenie danej gminy czy miasta – zarówno tych rządowych (np. budowa autostrad, dróg ekspresowych, modernizacja linii i dworców kolejowych itp.), jak i samorządów gminnych, firm prywatnych, organizacji pozarządowych itd.

Podane liczby odnoszą się do podpisanych umów o dofinansowanie projektów unijnych i uwzględniają

koszty niekwalifikowane. Chodzi o fundusze ze środków UE na lata 2014–2020 dostępne w ramach krajowych programów operacyjnych, takich jak PO Infrastruktura i Środowisko, a także programów regionalnych, po które mogą sięgać beneficjenci na obszarze danego województwa. W zestawieniu nie wzięto pod uwagę Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich (PROW) i PO RYBY.

Źródło: EuroPAP News (europapament.pap.pl)

Przedszkole dobre na start!

Uczą się programowania, odkrywają, jak powstaje fala dźwiękowa, tańczą latino, samodzielnie przygotowują zdrowe posiłki – tak od kilku tygodni czas po zajęciach spędzają najmłodszy uczęszczający do Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Zabłudowie. Za kilka miesięcy przeniosą się do nowego budynku. Jesienią ruszą zajęcia dla rodziców. Swoje kompetencje podniosą również nauczyciele.

„Przedszkole dobre na start” to projekt zintegrowany, który składa się z dwóch części – twardej, polegającej na rozbudowie i przebudowie budynku przedszkola, oraz miękkiej, w ramach której przewidziane są różnego rodzaju zajęcia dla przedszkolaków, jak również programy

podnoszące kwalifikacje skierowane do nauczycieli oraz zajęcia dla rodziców.

Projekt wystartował we wrześniu 2018 roku, wtedy też miała miejsce rekrutacja, natomiast od stycznia 2019 roku najmłodszy mogą korzystać z nieodpłatnych zajęć tanecz-



*Zajęcia doświadczalne
w zabłudowskim przedszkolu*

nych, muzycznych, teatralnych, doświadczalnych, misja robotyka i zdrowo jem. Spotkania odbywają się codziennie w godz. 13.00–16.00. Chętnych nie brakuje.

Pierwotnie miało być 80 osób, a w tej chwili jest już ponad 130 zgłoszeń. Za kilka miesięcy przeprowadzimy kolejną rekrutację – wyjaśnia Beata Przymierska, dyrektor gimnazjum w Zabłudowie i koordynator projektu. *Nasz projekt kończy się w sierpniu 2020 roku, dlatego też od września będą mogli z niego skorzystać kolejni uczniowie w wieku od trzech do sześciu lat* – dodaje.

Na najmłodszych czekają również wyjazdy do kina, teatru bądź Centrum Nauki Kopernik. Od nowego roku szkolnego oferta wzbogaci się o zajęcia językowe, matematyczne, logopedyczne oraz zajęcia stymulujące rozwój psychoruchowy z wykorzystaniem mini siłowni.

Zasady rekrutacji są proste – rodzice dziecka muszą przyjść i wypełnić stosowne dokumenty oraz wybrać interesujące ich pociechę zajęcia. Dodatkowo punktowane są takie aspekty, jak pochodzenie z rodziny wielodzietnej, posiadanie orzeczenia o niepełnosprawności bądź o kształceniu specjalnym, opinia z poradni pedagogiczno-psychologicznej. Pierwszeństwo uczestnictwa w spotkaniach mają również dzieci ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi.

Nie zapomniano również o rodzicach, dla których jesienią zostaną zorganizowane warsztaty „Jak mówić,

żeby dzieci nas słuchały, jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły”. Mają one na celu poszerzyć wiedzę opiekunów w zakresie wczesnej edukacji przedszkolnej.

W ramach projektu skorzysta także sześciu nauczycieli, którzy podniosą swoje kwalifikacje na szkoleniach i studiach podyplomowych. Łączna wartość projektu to 808,4 tys. zł, a jego dofinansowanie wynosi 687,1 tys. zł.

„Przedszkole dobre na start” to również duże inwestycje w dziedzinie infrastruktury. Dzięki dotacji powstanie 50 nowych miejsc w przedszkolu w Zabłudowie, którego siedziba właśnie przechodzi modernizację. Prace idą pełną parą, a 5 lutego 2019 r. dokonano częściowego odbioru robót związanych przebudową i rozbudową placówki.

Całkowita wartość projektu wynosi 2 686 883,16 zł z czego 1 452 634,07 zł stanowi kwotę dofinansowania z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego. Wykonawcą robót budowlanych jest przedsiębiorstwo SATO Sp. z o.o. Datę ich zakończenia zaplanowano 30.08.2019 r.

Projekt „Przedszkole Dobre na Start” realizowany jest przez Zespół Szkolno-Przedszkolny w Zabłudowie w terminie od 1 września 2018 do 31 sierpnia 2020 r. Działanie jest współfinansowane przez Unię Europejską w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podlaskiego na lata 2014–2020.

M.Ś.

Nabory do przedszkola samorządowego, szkół i klasy sportowej

1 marca ruszyła rekrutacja do przedszkola i klas pierwszych w szkołach podstawowych. Natomiast od 18 marca będzie można składać wnioski o przyjęcie do oddziału

sportowego – klasy czwartej w Szkole Podstawowej im. Franciszka Karpińskiego w Zabłudowie. Szczegóły na stronie internetowej gminy w zakładce Sport, Kultura Edukacja.

Kiedy picie dla przyjemności zamienia się w uzależnienie

Jak pomóc komuś, kto wpadł już w sidła nałogu? Gdzie alkoholik i jego rodzina mogą szukać pomocy? Na te i wiele innych pytań odpowiada Piotr Torbic, kierownik Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Zabłudowie oraz przewodniczący Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

Zacznijmy od definicji. Czym jest alkoholizm? Czy da się w ogóle tę chorobę zdefiniować?

Alkoholizm można interpretować różnorako, w zależności od schorzenia i złożoności przypadku. Dla każdego alkoholizm będzie czymś innym – dla jednego to spożywanie piwa codziennie, a dla innych tylko od piątku do niedzieli, czyli tzw. alkoholizm weekendowy. Nie zmienia to faktu, że alkoholizm jest jak najbardziej zjawiskiem chorobowym, ale jest również zjawiskiem typowo społecznym. Niestety tolerancja osób nim dotkniętych jest dość duża, a statystyki z 2016 roku wskazują, że ok. 20% pracującego społeczeństwa, posiada symptomy choroby alkoholowej, czyli są osobami uzależnionymi.

Czy są, a jeżeli tak, to jakie są typowe objawy uzależnienia?

Każdy przypadek jest indywidualny. Pierwszym wyznacznikiem, na podstawie którego możemy podejrzewać, że osoba ma problem z alkoholem lub pije ten alkohol w sposób niekontrolowany, jest wydawanie coraz większych kwot na zabezpieczenie tego dobra konsumpcyjnego. Potrzeby organizmu są coraz większe, zwiększamy dawki, ponieważ wzrasta tolerancja na alkohol. Drugą kwestią są wahania nastrojów – osoba dotknięta tym zjawiskiem bywa naprzemiennie wesoła, smutna, po spożyciu alkoholu ponownie następuje stadium euforii a kiedy trunek przestaje działać, organizm domaga się uzupełnienia braków i jeżeli to nie nastąpi, stajemy się niegrzeczni, uszczypliwi, reagujemy w sposób bardzo dziwny na typowe zdarzenia czy informacje.

Załóżmy, że po powrocie z pracy, dla odprężenia, otwieram butelkę wina, robię sobie drinka albo sięgam po piwo. Zdarza się, że codziennie. Czy powinnam zacząć się niepokoić?

Tak, to zdecydowanie powinno dać do myślenia. To nie jest standard funkcjonowania normalnego człowieka. Nasza wątroba potrzebuje 24 godzin, żeby zniwelować wypity alkohol w ilość 100 gram, a jeżeli tego alkoholu jest więcej, to ten proces trwa dłużej. Powoli następuje destrukcja organizmu (degeneracja centralnego układu ośrodkowego w mózgu) i zaczyna się proces uzależnienia. Z czasem dawki te zaczynamy zwiększać, nadal uważając, że nie robimy nic złego, bo przecież nie przesiadujemy w barze, tylko „spędzamy czas w domu”.

Co możemy zrobić, jeżeli widzimy, że w życiu kogoś nam bliskiego alkohol odgrywa coraz ważniejszą rolę,

robi się go więcej, a osoba ta ignoruje nasze uwagi? Pogodzić się z brakiem wpływu czy działać?

Powinniśmy zrobić wszystko, aby nakłonić taką osobę do wizyty u specjalisty, który podejmie pracę w zakresie profilaktyki uzależnień. Sami nie jesteśmy w stanie udzielić takiego wsparcia.

Czy możemy to zrobić wyłącznie za zgodą takiej osoby?

Zgoda nie jest wymagana. Równie dobrze może to być anonimowe zgłoszenie. Wystarczy przesłać wniosek na skrzynkę elektroniczną, wysłać listem bądź po prostu zadzwonić i poinformować jednego z członków Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (GKRPA) o problemie.

Jaka grupa wiekowa/społeczna naszego społeczeństwa jest najbardziej zagrożona alkoholizmem?

Ludzie młodzi są najczęściej dotknięci alkoholizmem weekendowym. Przeważnie pracują intensywnie od poniedziałku do piątku w różnego rodzaju korporacjach, a kiedy przychodzi piątek, chcąc odreagować i zapomnieć o stresie, sięgają po alkohol. W takim letargu nieświadomości trwają do niedzieli. Wtedy też zaczynają myśleć, jak przeżyć kolejny tydzień. Z badań przeprowadzonych przez GKRPA w Zabłudowie w 2014 roku wynika, że coraz liczniejszą grupą osób dotkniętych alkoholizmem na terenie gminy Zabłudów są kobiety. Do tej pory zjawisko uzależnienia pań było marginalne.

Czy da się temu zjawisku przeciwdziałać?

Niektóre panie są już zdiagnozowane i odbywają terapię, a niektóre w dalszym ciągu są jeszcze nieświadome, że ten problem ich dotyka. Kobiety są, z racji swojego usposobienia genetycznego, bardziej podatne na uzależnienia, piją małe dawki alkoholu, przeważnie słodkiego i niskoprocenowego. Nie daje on gwałtownego efektu, ale stopniowy i miły. Spotykamy się w pubach, ze znajomymi i wybieramy piwo smakowe, czy lekkie wino i to jest właśnie początek procesu uzależnienia. W chwili obecnej grupa wsparcia liczy 12 osób – uzależnionych i współuzależnionych. I są to same kobiety.

Czy mógłby Pan powiedzieć coś więcej o tej grupie?

Są to osoby, które były zazwyczaj współuzależnione do tego stopnia, że same sięgnęły po alkohol nie widząc rozwiązania swoich problemów i trwały w tym marazmie robiąc krzywdę nie tylko sobie, ale i swoim bliskim.

Gdzie na terenie gminy Zabłudów osoby dotknięte alkoholizmem mogą szukać pomocy?

Na terenie gminy będziemy mieć dwa punkty wsparcia i pomocy a trzecim ogniwem spajającym i koordynującym te dwa podmioty jest Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

Jak wygląda leczenie osoby uzależnionej?

Terapii jest wiele, każda z nich jest sprofilowana i ukierunkowana na konkretnego człowieka i jego problem. Nie jest prawdą, że każdy musi trafić na oddział leczenia uzależnień w Choroszczy i tam odbyć pełne leczenie – to jest ostateczność. Zaczynamy od terapii, od rozmowy, wsparcia i unaocznienia problemu. Dążymy do zmiany świadomości i poglądu na sprawę, bo taka osoba może sobie nawet nie zdawać sprawy, że spożywanie alkoholu od wielu lat jest problemem.

Czy rodzina alkoholika również może szukać u Państwa pomocy?

Członkowie rodziny osoby pijącej ryzykownie są traktowane jako osoby współuzależnione. Przy ul. Mickiewicza 5 działa Punkt Pomocy Rodzinie z Problemem Alkoholowym. W godz. od 15.30 do 16.00 prowadzone jest tam poradnictwo i można uzyskać informacje, co robić, do kogo się zgłosić, z kim porozmawiać i gdzie uzyskać szerszą pomoc leczniczą, terapeutyczną, czy też prawną. Natomiast od 16.00 do 17.30 prowadzone są działania typowo terapeutyczne dla osób współuzależnionych. Wsparciem objęte są dorosłe dzieci alkoholików (tzw. DDA).

Jak długo trwa taka terapia?

To terapeuta określa indywidualny plan pomocy osobie współuzależnionej i jeżeli widzi pozytywne efekty tych działań, to proces profilaktyki zostaje zakończony. Nie oznacza to jednak, że zapominamy o takich pacjentach. Przy punkcie konsultacyjnym działa specjalna grupa wsparcia – osoby uzależnione same organizują spotkania, wtedy, kiedy czują, że potrzebują o jakimś problemie po-

rozmawiać, o czym, co być może było już przerabiane, ale pojawiło się ponownie. Należy pamiętać, że alkoholizm to choroba cykliczna i wystarczy mały wyzwalacz, aby powrócić.

Czy podejmowane terapie są skuteczne?

Jeżeli chodzi o skuteczność działań Komisji, to kiedy punkt prowadził dr Zenon Sidun wskaźnik osób, którym udało się wyjść z uzależnienia oscylował na poziomie ok. 30%. Teraz, kiedy specjalista przestał do nas przyjeżdżać, wskaźnik ten spadł o około 10%. Obserwujemy więc nawrót tego zjawiska. Widzimy, że osoby, które dawniej były u nas bardzo rzadko, przychodzą do nas coraz częściej, nawet z bardzo aktywnym piciem.

Jaka może być tego przyczyna?

Jest wiele czynników – rozterki miłosne, problemy finansowe, wiek, nieodpowiednie towarzystwo, sukcesy – bo nie wszyscy piją wskutek niepowodzeń. Wiadomo, że zdarzają regresy, ponieważ alkoholizmu nie można porównać do grypy, którą, jeżeli wyleczymy, to nie powróci do kolejnego sezonu. Mózg ludzki jest tak skonstruowany, że wykorzysta nawet najmniejszą zachętę do spożycia alkoholu.

7 marca 2019 roku w Zabłudowie wznowił swoją działalność Punkt Konsultacyjny, gdzie bezpłatnych porad osobom z problemem uzależnień oraz ich bliskim udziela dr n. med. Beata Sierzputowska-Lebensztej, specjalista psychiatra z wieloletnim doświadczeniem klinicznym w diagnostyce i leczeniu zaburzeń psychicznych. Zapraszamy wszystkich, którzy zastanawiają się nad tym, czy dotyczy ich problem uzależnień, mają wątpliwości, czy terapia jest dobrym wyborem lub potrzebują wsparcia. Punkt konsultacyjny będzie czynny w czwartki w godz. 14.45–17.15 w sali konferencyjnej Urzędu Miejskiego w Zabłudowie.

M.Ś.

Niepodległość można świętować na wiele sposobów!

Dlatego też Wojewódzki Ośrodek Animacji Kultury w Białymstoku zaprosił na nieco inne świętowanie, bo... na słodko. Torty, galaretki, babeczki, rogaliki, orzeszki – wszystkie w biało-czerwonych barwach – takimi wypiekami zapełniły się stoły jednej z sal instytucji przy ul. Kilińskiego. Można było zająć, podziwiać, ale i posmakować.

„Niepodległość słodko brzmi i smakuje”, bo pod taką nazwą WOAK postanowił świętować 100. rocznicę odzyskania niepodległości przez nasz region, było patriotycznym spotkaniem, podczas którego członkinie Kół Gospodyń Wiejskich z województwa podlaskiego mogły dać popis swoich kulinarnych umiejętności.

Nie mogło zabraknąć oczywiście reprezentantek gminy Zabłudów. Panie ze Stowarzyszenie Bardzo Aktywna Wieś „BARWa” również przygotowały wypieki w patriotycznych kolorach. Wszystkie były pyszne, słodkie i przyciągały wzrok uczestników wydarzenia.



Przygotowałyśmy biało-czerwony tort, babeczki, sernik, serduszka z lukrem. Taki sposób świętowania bardzo nam się spodobał, bo świętowałyśmy nie tylko sercem i duszą, ale poprzez przygotowanie tych wypieków, również ciałem. – podkreślała Danuta Bagińska, prezes „BArWy”.

Po słodkim wstępie, na placu przed Teatrem Dramatycznym im. Aleksandra Węgierki, placówka zorganizowała dla mieszkańców miasta patriotyczne śpiewanie znanych i lubianych żołnierskich piosenek. W tym czasie gospodynie wyszły ze swoimi smakołykami do świętujących.

M.Ś.

Niech żyje bal!

Karnawał to przede wszystkim czas hucznej zabawy. W tym okresie mieszkańcom naszej gminy nie brakowało okazji do radosnego świętowania! A jak dobra zabawa, to koniecznie podczas corocznego Balu Sołtysów! Balu nie było jakiego, wszakże odbył się już po raz XV! W tym roku motywem przewodnim były postaci z bajek.

Mamy przepiękny bal! Nie ma drugiego takiego balu na Podlasiu, jak w naszej gminie, we wsi Kuriany! Dlatego wszyscy jesteśmy zadowoleni! – powiedział ksiądz, którego dokładnej tożsamości, ze względu na bardzo dobrą charakterystykę, nie udało się ustalić.

Impreza odbyła się 23 lutego 2019 roku w Sali konferencyjno-bankietowej „Kajar” w Kurianach. O gorącą atmosferę na parkiecie zadbał zespół Duo Boys Plus. A, że w rytm dobrej muzyki nogi same rwały się do tańca, na parkiecie ciężko było o wolne miejsce niemalże do białego rana!

23 lutego świętowali również mieszkańcy wsi Krynickie. Jak wieść niesie, impreza trwała aż do... pierwszego piana koguta! Były tańce, hulanki, swawole. Goście przyodziali się nie tylko w swój urok osobisty, ale również w oryginalne kostiumy – hasłem przewodnim imprezy zorganizowanej przez Stowarzyszenie Mieszkańców Wsi Krynickie była „Historia mody w pigułce”.

W ostatnią sobotę karnawału radosną atmosferą wypełnił się także Wiejski Dom Kultury w Rafałówce.

Było wesoło, kolorowo i smacznie, czyli tak, jak nakazuje tradycja. Tego dnia szkoda było marnować czasu na sen, więc uczestnicy bawili się do późnych godzin nocnych. Na wydarzenie zaprosiło Stowarzyszenie Bardzo Aktywna Wieś „BArWA” oraz sołtys wsi Dobrzyniówka.

M.Ś.



Bal Sołtysów w Kurianach

Warsztaty z malarstwa i rysunku dla dorosłych

Chcesz rozwinąć swoje zdolności artystyczne, manualne lub po prostu kreatywnie spędzić wolne popołudnie? Nadarza się ku temu wspaniała okazja! Miejski Ośrodek Animacji Kultury w Zabłudowie od 14 marca 2019 roku zaprasza osoby dorosłe na warsztaty z rysunku i malarstwa. Spotkania odbywać się będą w czwartki o godz. 17.00.

Fachowa opieka i prowadzenie Katarzyny Pury w połączeniu ze wspaniałą atmosferą z pewnością wesprą proces twórczy i pozwolą oderwać się od codziennych problemów, stresów i szybkiego tempa życia. Poziom trudności i tematyka zajęć zostaną dostosowane do możliwości uczestników.

Sukcesy naszych zespołów!

Chóry, zespoły, soliści, duety, tercety – śpiewające a capella, do muzyki granej na żywo lub do wcześniej przygotowanych podkładów muzycznych. W sumie około 500 uczestników należących do 71 podmiotów. Tak wyglądały eliminacje centralne XXVI Festiwalu „Piosenka Białoruska” 2019!

Festiwal jest jedną z najważniejszych i największych imprez kulturalnych w środowisku mniejszości białoruskiej. Jego organizatorem jest Białoruskie Towarzystwo Społeczno-Kulturalne (BTSK) w Polsce.

24 lutego 2019 roku w Filharmonii przy ul. Podleśnej w Białymstoku zgromadzili się najlepsi z najlepszych, a wśród nich aż dwa zespoły działające na terenie gminy Zabłudów!

Mamy się czym pochwalić! Zespół „Reczeńka” z Koźlik uplasował się na drugiej pozycji wśród zespołów z akompaniamentem, natomiast duet Ala Kamieńska i Luba

Gawryluk, również zajął wysokie II miejsce. Zespół „Rosy” z Ryboń zdobył trzecie miejsce w kategorii zespołów estradowych. Serdecznie gratulujemy!

Festiwal „Piosenka Białoruska” organizowany jest od 48 lat (od 25 lat w randze Festiwalu) w formie 2-etapowego konkursu (eliminacje rejonowe i centralne), zwieńczeniem którego jest uroczysty Koncert Galowy w Operze i Filharmonii Podlaskiej w Białymstoku z udziałem laureatów eliminacji centralnych i gościnnie zespołów z Białorusi. W tym roku finał rywalizacji odbył się 1 marca.

M.Ś.

Wtedy żadna kobieta w spodniach nie chodziła!

Nie mogły przebierać w setkach luksusowych kremów, balsamów i malowideł. Nie korzystały z Internetu, smartfonów i komputerów a mimo to były piękne, mądre i zaradne. Mowa o naszych babciach i prababciach. W czym tkwił sekret ich urody? Jak się ubierały i jak spędzały wolny czas? Z okazji Dnia Kobiet na pogawędkę przy herbacie o tym, jak to dawniej bywało, umówiłam się z panią Zofią Wysocką, mieszkanką Zabłudowa.

Kiedyś kobiety w ogóle się malowały. Kiedyś kobiety były piękne same z siebie – rozpoczyna nasze spotkanie pani Zofia.

Kobiety wiejskie żyły skromniej niż ich koleżanki z miasta. Dlatego rzadko odwiedzały fryzjera, nie malowały też włosów. Fryzury układały domowymi sposobami, a jednym z najpopularniejszych były papiloty z gazety. Braku dostępu do profesjonalnych specyfików sprawił, że miały swoje sprawdzone i skuteczne metody, by wyglądać pięknie. Podstawowym i uniwersalnym kosmetykiem było szare mydło. *Mama raz na pół roku robiła trwałą ondulację, a włosy myła szarym mydłem i płukała wodą z octem, żeby były lśniąco – sięga pamięcią wstecz moja rozmówczyni.*

W ich szafach można było znaleźć stroje wyjątkowe, zakładane wyłącznie do kościoła, czy też na większe wyjścia. Podobnie było z butami i torebkami. *Wtedy żadna kobieta w spodniach nie chodziła! To była rzecz nie do pomyślenia, żeby kobieta założyła spodnie! Królowały powiewne spódniczki albo sukienki.*

Wiele ubrań panie wykonywały ręcznie, na drutach, jak np. swetry, rękawiczki czy skarpety. Siały też len, który później przerabiano na materiał, z którego powstawały kosz-

le, prześcieradła. Popularne były pięknie wyszywane kożuchy. Lepsze kreacje najczęściej szyto u krawcowej. *U nas w Rafałowie, bo stamtąd pochodzę, były aż trzy krawcowe, więc nie było problemu z uszyciem stroju. Przeważnie królowały falbanki i różnego rodzaju ozdóbki, jak np. różyczki.*

Źródłem inspiracji był tygodnik „Przyjaciółka”. To tam podpatrywały fryzury, makijaże i piękne suknie. Ale nie bez znaczenia była też pomysłowość samych krawcowych.

Kobiety nie miały łatwo. Prozaiczne czynności domowe wcale nie były tak oczywiste. Zamiast pralki używano tary. Proszek i inne środki czyszczące, których albo nie znano, albo były poza zasięgiem, zastępowano tzw. ługiem, który powstawał po zalaniu popiołu drzewnego wrzątkiem.

I chociaż nie miały dostępu do tylu wymyślnych przepisów i składników, co dziś, były równie wspaniałymi kucharkami! *Niech pani sobie nie myśli. Dawniej kobiety też umiały piec pyszne ciasta – serniki, pięknie wyrosnięte drożdżówki z kruszonką. Z pieców chlebowych wyjmowały pachnący chleb, mięsa, kaczki, gęsi.*

Były też chwile wytchnienia. Życie towarzyskie toczyło się w kuchni. Były śpiewy, żarty, wspólne darcie pierza. *Teraz to kołdra albo wełniana, albo antyalergiczna, a kiedyś*

to były sienniki ze słomy i pierzyny. Trzeba było więc drzeć te piórka.

Z czasem pojawiły się Koła Gospodyń Wiejskich. Jedno z nich działało w Rafałowce, a na jego czele stanęła pani Zofia. *Przyjeżdżały do nas panie instruktorki, które uczyły nas nowoczesnych wypieków, przetwarzania mięsa na różne sposoby. Zaczęłyśmy wprowadzać uprawy no-*

wych warzyw. Brałyśmy udział w konkursach na najładniej zagospodarowane ogródki.

Kobiety wiejskie chętnie angażowały się w działalność koła – wspólnie śpiewały, organizowały bale karnawałowe, kuligi, ogniska. *To były bale na sto fajerek! Kiedyś na wsiach życie tętniło życiem!* – puentuje naszą rozmowę pani Zofia. **M.Ś.**

Zróbmy coś dla zdrowia i urody!

Pod takim hasłem 10 marca 2019 roku Dzień Kobiet świętowały panie w Kurianach. Miejscowe Koło Gospodyń Wiejskich zaprosiło wszystkie przedstawicielki płci pięknej – mamy, babcie i córki na wyjątkowe spotkanie.

W wirze codziennych obowiązków zapominamy o tym, co najważniejsze. Niedzielne wydarzenie było doskonałą okazją, by sobie o tym przypomnieć i dowiedzieć się, jak zadbać o swoje zdrowie. O kampanii dotyczącej profilaktyki raka piersi realizowanej przez Białostockie Centrum Onkologii opowiedziały jego przedstawicielki. Pokazywały też, jak prawidłowo przeprowadzić samobadanie w zaciszu własnego domu. Namawiały również do bezpłatnej mam-

mografii w ramach projektu realizowanego przez BCO. Personel medyczny omówił szczególne przypadki zachorowań oraz sposoby rozpoznawania niepokojących objawów.

Po krótkiej przerwie na kawę i ciastko nadszedł czas na coś, co kobiety lubą najbardziej, czyli warsztaty makijażu z marką AVON. Specjalistki wprowadziły panie w świat wizażu, pokazały, jak się malować i jak dobrać kosmetyki, by zawsze wyglądać pięknie. Uwieńczeniem spotkania była sesja fotograficzna „Kobiety Kurian”, podczas której uczestniczki mogły wykonać bezpłatnie zdjęcia portretowe w odświeżonym klimacie.

M.Ś.

Podlaski Dzień Kobiet w Teatrze Dramatycznym

Kobieta sołtys? Czemu nie! Działają, próbują, mają wiele do powiedzenia. Wiedzą, czego chcą dla siebie i swojej społeczności. I stanowczo zaprzeczają stwierdzeniu, że kobiety to słaba płeć. Podlaskie sołtyski. 7 marca, w przeddzień oficjalnie obchodzonego Dnia Kobiet, wypełniły swoją energią mury Teatru Dramatycznego w Białymstoku!

W spotkaniu zorganizowanym przez Urząd Marszałkowski Województwa Podlaskiego wzięło udział blisko 350 pań sprawujących funkcje sołtysów wsi z naszego regionu. *Cieszę się, że widzę dziś tyle kobiet, bo to znaczy, że wiele pań pełni funkcję sołtysa, a nie jest to zadanie łatwe, bo bardzo często trzeba łączyć obowiązki zawodowe z rodzinnymi. Ale nie jest to też funkcja ława z innego powodu – sołtysa wybierają przyjaciele, sąsiedzi, mieszkańcy najmniejszych ojczyzn i to jeszcze bardziej zobowiązuje.* – zwrócił się do pań Artur Kosicki, marszałek województwa podlaskiego.

Marszałkowie Artur Kosicki i Stanisław Derehajło wręczyli 21 najdzielniejszym sołtyskom wyróżnienia i upominki. Uhonorowane panie były inicjatorkami projektów sfinansowanych w pierwszej edycji Programu Odnowy Wsi Województwa Podlaskiego w 2018 roku.

Wśród wyróżnionych kobiet, które najlepiej wykorzystały środki z funduszu sołeckiego, znalazła się pani Grażyna Charytoniuk-Michiej, sołtys wsi Cieluszki. Uzyskane dofinansowanie wsparło remont starej szkoły, która dziś

pełni funkcję świetlicy wiejskiej. *Postanowiłam wyremontować budynek, który jest bardzo potrzebny mieszkańcom, ale nie tylko, bo przyjeżdża do nas dużo osób z zewnątrz, turystów. Chcemy się integrować, chcemy pokazać wszystkim nasz region. Dzięki temu powstało coś innego, coś nowego i to naprawdę przyciąga ludzi* – tłumaczyła pani Grażyna.

M.Ś.



Dwie wystawy w MOAK-u

Pierwsza z nich jest uwieńczeniem warsztatów pisania ikon, które odbyły się w 2017 roku, a których uczestnikami była 7-osobowa grupa młodzieży. Na drugą wystawę, którą można oglądać w Klubie „Pod Burmistrzem”, składają się pejzaże ukazujące najciekawsze zakątki Zabłudowa. Prace

są efektem pleneru malarskiego, który odbył się w sierpniu 2018 roku w naszym mieście. Nad wyrazem artystycznym czuwała Katarzyna Pura, wieloletni pracownik MOAK-u.

Wystawy można oglądać o poniedziałku do piątku w godz. 09.00–17.00.

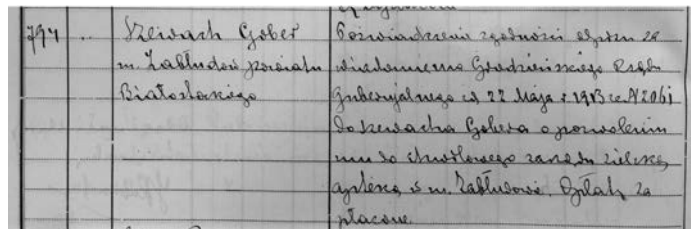
Mistrzostwa Gminy Zabłudów w Tenisie Stołowym

Wszystkich śmiałków gotowych, by z rakiętą w dłoni zawalczyć o Puchar Burmistrza Zabłudowa zapraszamy już 24 marca 2019 roku o godz. 10.00 na Halę Sportową Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Zabłudowie. W zawodach mogą wziąć udział mieszkańcy miasta

i gminy Zabłudów. Organizatorzy przewidzieli dwie kategorie: kobiety – rocznik 2002 i starsze oraz mężczyźni – rocznik 2002 i starsi. Zapisy w dniu zawodów do godz. 9.30. Liczba miejsc ograniczona. Szczegóły pod nr tel. 691 772 128.

SZEWACH GOBER aptekarz, wójt i burmistrz Zabłudowa

Szewach Gober był z pochodzenia Żydem, synem Izaaka, zamieszkałym w Zabłudowie. 22 maja 1913 roku otrzymał od Grodzieńskiego Rządu Gubernialnego pisemne pozwolenie na prowadzenie zielarskiej apteki w Zabłudowie. Dwa tygodnie później, 6 czerwca 1913 roku odkupił od miejscowego aptekarza Franciszka Kisielewskiego aptekę, którą prowadził do wybuchu II wojny światowej. Asortyment apteki był różnorodny. Oprócz tradycyjnych lekarstw, sprzedawano w niej również wody mineralne, naturalne i sztuczne, a także przeróżne leki wytwarzane na zamówienie oraz lekarstwa zagraniczne i narzędzia chirurgiczne. W niepodległej Polsce, 5 lutego 1924 roku Szewach Gober w obecności notariusza Bolesława Urbanowicza w Białymstoku, odkupił od Symy Brener w Zabłudowie plac z budynkami znajdujący się przy ul. Bielskiej 2, za sumę 3,5 miliarda marek polskich (po denominacji w kwietniu 1924 roku, 1.800.000 Mkp = 1 zł.) o wymiarach 16,5 arszyn długości na 13 arszyn szerokości (1 arszyn = 0,71 m), zaś od Oszera Brenera, tego samego dnia, odkupił plac za sumę 1 miliarda marek polskich, również znajdujący się przy ulicy Bielskiej, lecz w innym miejscu, o wymiarach 25 i 3/6 sążni długości na 7 i 5/6 sążni szerokości (1 sążeń = 2,13 m). Jesienią tego samego roku w nowo zakupionym budynku Szewach Gober otworzył Aptekę, którą 14 listopada 1924 roku zarejestrował w Sądzie Okręgowym w Białymstoku pod nazwą „Apteka – Szewach Gober”, znajdującą się w mieście Zabłudowie przy ulicy Bielskiej 2. W tym czasie w Białymstoku było już zarejestro-



Akta Notariusza Urbanowicza Bolesława,
Archiwum Państwowe w Białymstoku

wanych 10 aptek oraz po jednej w: Choroszczy, Goniądzu, Jasionówce, Knyszynie, Niezbudce-Michałowie, Supraślu, Trzciannem i Zabłudowie.

W 1914 roku Szewach Gober został wybrany na zastępcę skarbnika w nowo powołanym Towarzystwie Ochotniczej Straży Ogniowej w Zabłudowie, w której członkami honorowymi zostali Mikołaj Kawelin – właściciel dóbr Rafałówka, Karol Gerhardt – administrator dóbr Zabłudowa oraz miejscowy lekarz dr Józef Norbert Tomanowski. Od lipca do września 1927 roku, Gober piastował stanowisko wójta gminy w Zabłudowie. Następnie od września 1928 do listopada 1929 roku, a także od lutego 1930 do maja 1932 roku, funkcję burmistrza miasta. W maju 1932 roku podczas wyborów, na stanowisko burmistrza Zabłudowa wybrano Nikodema Jagiełłowicza, zaś Szewacha Gobera na jego zastępcę, który pełnił tę funkcję do wybuchu II wojny światowej. 27 października 1928 roku Szewach Gober jako burmistrz, razem z Aleksandrem Wiszowatym ławnikiem miasta, wziął udział w zjeździe delegatów w Białym-

stoku, na którym powołano do istnienia „Koło Miast Województwa Białostockiego”. Miało ono za zadanie strzec praw i interesów tych miast, które do niego należały, dbać o ich rozwój, dobrobyt ich mieszkańców, jak również miało stać na straży prawidłowego sprawowania zarządu gminnego miast wchodzących w jego skład. W maju 1930 roku Gober został powołany na przewodniczącego Komitetu „Tygodnia Dziecka”, jaki miał miejsce się w Zabłudowie. W jego trakcie odbywały się różne spotkania dzieci z nauczycielami oraz gry i zabawy nie tylko na placu szkolnym, lecz także podczas wycieczek do lasu. Dzieci, które były obecne, w trakcie zabaw otrzymywały słodkie upominki. Pamiętano również o chorych dzieciach, którym słodycze zanoszono do domów. W czerwcu tego samego roku, Szewach Gober został ukarany grzywną w wysokości 5 złotych przez Wydział Powiatowy miasta Białegostoku za to, że w wyznaczonym terminie Magistrat miasta Zabłudowa nie wypowiedział umowy o pracę panu Aleksandrowi Wiszowatemu, który zajmował stanowisko oglądacza zwierząt rzeźnych w Zabłudowie. Po złożeniu odpowiednich wyjaśnień, Wydział Powiatowy w Białymstoku uznał, że burmistrz i podwładni mu pracownicy nie ponoszą winy za niewypowiedzenie w terminie umowy o pracę panu Wiszowatemu, a tym samym grzywna, jaka została wcześniej



Recepta
ze zbiorów Urszuli Kasperowicz

naliczona, została anulowana. Pod koniec kwietnia 1931 roku w trakcie walnego zebrania Oddziału Straży Ogniowej w Zabłudowie, został wybrany nowy Zarząd. W jego składzie znaleźli się oprócz Szewacha Gobera, który został wybrany na skarbnika, Józef Obukowicz jako prezes, jego zastępcą był Franciszek Samsonowicz, zaś sekretarzem został wybrany Henryk Zdanowicz.

W 1939 roku w czasie II wojny światowej okupacyjne władze sowieckie, po zajęciu Zabłudowa aresztowały miejscową elitę: burmistrza, lekarza, księdza i aptekarza. Burmistrz został wywieziony do Rosji, lekarz trafił do więzienia, zaś ksiądz i aptekarz po kilku dniach aresztu powrócili do miasta.

Szewach Gober w nieznanych okolicznościach zginął w czasie II wojny światowej.

Wybory sołtysów i rad sołeckich

Wybory sołtysów i rad sołeckich oraz zarządu osiedla w mieście Zabłudów.

Terminy zebrań

sołectwo	dzień	godzina	miejsce
Aleksicze	24.03.2019 r.	12.00	Aleksicze 8
Białostoczek	12.04.2019 r.	17.00	Szkoła Podstawowa w Białostoczku
Bobrowa	10.04.2019 r.	16.00	nie ustalono
Ciełuszki	31.03.2019 r.	14.00	Świetlica wiejska
Dawidowicze	18.03.2019 r.	9.00	Świetlica wiejska
Dobrzyniówka	29.03.2019 r.	18.00	Szkoła Podstawowa w Dobrzyniówce
Folwarki Małe	02.04.2019 r.	14.00	Świetlica wiejska
Folwarki Tylwickie	06.04.2019 r.	12.00	Świetlica wiejska
Folwarki Wielkie	20.03.2019 r.	16.00	Świetlica wiejska
Gnieciuki	28.03.2019 r.	16.00	Świetlica wiejska
Halickie	29.03.2019 r.	18.00	Świetlica wiejska
Kamionka	21.03.2019 r.	15.00	Altana wiejska
Kaniuki	29.03.2019 r.	12.00	Świetlica wiejska
Kolonia Zabłudów	22.03.2019 r.	18.00	Hala sportowa w Zabłudowie
Kołpaki	26.03.2019 r.	13.00	Kołpaki 20
Kowalowce	15.04.2019 r.	12.00	Mieszkanie sołtysa – Kowalowce 16
Koźliki	30.03.2019 r.	16.00	Świetlica wiejska
Krynicky	19.03.2019 r.	17.30	Świetlica wiejska
Kucharówka	25.03.2019 r.	18.30	Kucharówka 9C
Kudrycze	11.04.2019 r.	18.00	Świetlica wiejska

Wybory sołtysów i rad sołeckich oraz zarządu osiedla w mieście Zabłudów.			
Terminy zebrań			
sołectwo	dzień	godzina	miejsce
Kuriany	23.03.2019 r.	17.00	Świetlica wiejska
Laszki	19.03.2019 r.	11.00	Laszki 16
Łubniki	30.03.2019 r.	16.00	Świetlica wiejska w Zwierkach
Małynka	18.03.2019 r.	10.00	Świetlica wiejska w Folwarkach Tylwickich
Miniewicze	15.03.2019 r.	16.00	Miniewicze 11
Nowosady	04.04.2019 r.	18.00	Świetlica wiejska
Ochremowicze	12.04.2019 r.	16.00	Ochremowicze 8A
Olszanka	16.03.2019 r.	15.00	Olszanka 1A
Ostrówki	02.04.2019 r.	17.00	Świetlica wiejska
Pasynki	27.03.2019 r.	16.00	Ranczo Pasynki – Pasynki 17
Pawły	27.03.2019 r.	16.00	Świetlica wiejska
Płoskie	07.04.2019 r.	14.00	Płoskie 2
Protasy	03.04.2019 r.	17.00	Świetlica wiejska
Rafałówka	11.04.2019 r.	17.00	Świetlica wiejska
Ryboły	20.03.2019 r.	17.30	Świetlica wiejska
Rzepniki	27.03.2019 r.	17.00	Świetlica wiejska
Sieški	16.03.2019 r.	12.00	Sieški 12
Skrybicze	05.04.2019 r.	15.00	Skrybicze 6A
Solniki	27.03.2019 r.	12.00	Solniki 16
Tatarowce	22.03.2019 r.	17.00	Tatarowce 17
Zabłudów Miasto	09.04.2019 r.	18.00	Sala konferencyjna Urzędu Miejskiego w Zabłudowie
Zacisze	25.03.2019 r.	11.00	Zacisze 9 A
Zagruszany	22.03.2019 r.	17.00	Świetlica wiejska
Zajezerce	20.03.2019 r.	17.30	Zajezerce 18
Zwierki	24.03.2019 r.	16.00	Świetlica wiejska
Żuki	14.03.2019 r.	18.00	Świetlica wiejska
Żywkowo	29.03.2019 r.	18.00	Żywkowo 2

Szanowni Mieszkańcy!

Od 14 marca 2019 roku na terenie Gminy Zabłudów rozpoczynają się wybory sołtysów i rad sołeckich. Wybory potrwać do 15 kwietnia. W tym czasie mieszkańcy 46 sołectw wybiorą sołtysów i składy osobowe rad sołeckich na pięcioletnią kadencję. Mieszkańcy miasta Zabłudowa wybiorą Zarząd Osiedla oraz przewodniczącego Zarządu.

Wybory odbywać się będą na zebraniach, a sołtysi i członkowie rad sołeckich wyłonieni zostaną w głosowaniu tajnym zwykłą większością głosów. Aby zebranie było prawomocne powinno w nim wziąć udział 20% mieszkańców danego sołectwa. Jeżeli jednak w ogłoszonym w ogłoszeniu o zebraniu czasie nie stawi się określona liczba osób, to zebranie odbędzie się w tzw. drugim terminie, piętnaście minut po wcześniej wyznaczonym czasie.

Uprawnionymi do głosowania są stali mieszkańcy sołectwa posiadający obywatelstwo polskie lub będący obywatelami państwa członkowskiego Unii Europejskiej, nie skazani prawomocnym wyrokiem sądu. Stały mieszkaniec, to osoba zamieszkująca w danej miejscowości pod oznaczonym adresem z zamiarem stałego pobytu.

„Za miejsce stałego pobytu nie uznaje się miejsca w którym osoba jest zameldowana, ale w którym stale realizuje swoje podstawowe funkcje życiowe, tj. w szczególności mieszka, spożywa posiłki, nocuje, wypoczywa, przechowuje swoje rzeczy niezbędne do codziennego funkcjonowania (odzież, żywność, meble), przyjmuje wizyty.”

Źródło cytatu:

https://prezydent2015.pkw.gov.pl/aktualnosci/5/35_Stale_zamieszkanie

