

**TRANSPORT** str. 5  
Pociągi znowu  
na starej trasie kolejowej



**ROZMOWA** str. 6  
Nikomu nie odmówimy  
noclegu w potrzebie



**CZYTELNIA  
GŁÓWNA**

**HISTORIA** str. 7  
Na zarobek do Ameryki  
i za Karpaty



**LUDZIE I PRZYRODA** str. 8  
Idą w las, ryzykują zdrowie  
i życie



3.50 zł (w tym 5% VAT) / NR 6 (767)

ISSN 1231-9333



Rok XXXIII/16.03.2023 r.  
ISSN 1231-9333 INDEKS 323659  
Nakład 1000 egz.

# GAZETA **BIESZCZADZKA**

C Z A S O P I S M O • R E G I O N A L N E  
[www.bieszczadzka24.pl](http://www.bieszczadzka24.pl)

## **NIE NISZCZ ŚRODOWISKA.**

### Sortownia w Ustrzykach przyjmuje odpady **BEZPŁATNIE!**

Szerzej - na str. 3



FOT. PIXABAY

## SPÓD ŁOPIENNIKA

MATEUSZ ŚWIERCZYŃSKI

## Wszystko przez niedźwiedzia

Bywa i tak, że człowiek ma już napisany felieton, już ma go prawie wysłać do jak zawsze niecierpliwego się Naczelnego, kiedy jeden telefon wywraca wszystko do góry nogami. Dokładnie w takiej sytuacji powstał poniższy tekst.

Swidrujący sygnał służbowego telefonu dzwoniący po 15 przeżwanie nie wróży dobrych wiadomości. Tak było i tym razem, kiedy jeden z kolegów poinformował mnie o zaatakowaniu człowieka przez niedźwiedzia. Poszkodowaną była 46-letnia kobieta, która samotnie przemierzała lasy w okolicach przełęczy Szczycisko. Całe szczęście, że zwierzę po chwili agresji uciekło, zostawiając ofiarę jedynie z pogryzioną dłonią i hydłą oraz z ogólnymi potłuczeniami i zdrapaniami. Pani była w stanie samodzielnie dojść do drogi leśnej, gdzie udało się jej spotkać pracownika Zakładu Usług Leśnych, który, wraz z miejscowym leśniczym, zorganizował pomoc. Jej życiu na szczęście nie zagraża niebezpieczeństwo.

Nazajutrz, w związku z olbrzymim zainteresowaniem tematem, napisałem na profilu Nadleśnictwa Cisna instrukcję, jak zachowywać się w lesie o tej porze roku i co zrobić, kiedy już dojdzie do spotkania oko w oko z tym najcięższym polskim drapieżnikiem. Post okazał się strzałem w dziesiątkę i rzekł się w oszalałym tempie po całym Facebooku. Uświadomiło mi to, że ludzie potrzebują rzetelnych rad, jak trzeba się zachowywać, aby zminimalizować niebezpieczeństwo. W związku z powyższym pozwolę sobie wykorzystać przestrzeń Gazety i również jej Czytelnikom przedstawić najważniejsze zasady unikania spotkania z niedźwiedziem oraz postępowania na wypadek, gdyby jednak do niego doszło.

Podczas pobytu w lesie trzeba unikać jego gęstych fragmentów, szczególnie młodników, gdzie zasięg wzroku jest bardzo ograniczony. Nie należy chodzić w słuchawkach na uszach, starać się być wyuczonym na ruch i odgłosy zwierząt. Jeśli to możliwe, wybierać się na wycieczkę do lasu w towarzystwie innej osoby, zachowując cały czas kontakt głosowy i wzrokowy. Nie wolno wyrzucać żadnych odpadków jedzenia, a w plecaku produkty spożywcze powinny być szczelnie zapakowane, aby nie roznosił się zapach (szczególnie apetyczny). Wycieczkę planujcie tak, aby wyjść z lasu przed zmrokiem. Jeśli samotnie przemierzamy lasy tereny powinniśmy nucić piosenkę, pogwizdywać, stuknąć od czasu do czasu kijem o drzewo. Da to niedźwiedziowi szansę, aby zauważyć człowieka z bezpiecznej odległości. Szczególną ostrożność należy zachować w pobliżu głośno szumiących potoków – tu można łatwo zaskoczyć zwierzę. Wybierając się do lasu, koniecznie trzeba zainstalować w telefonie aplikację RATUNEK. Pozwoli ona wezwać pomoc nawet tam, gdzie nie ma zasięgu sieci telefonicznej.

Jeśli już jednak dojdzie do spotkania wielkiego drapieżnika, warto pamiętać o kilku podstawowych zasadach. Nigdy, ale to naprawdę nigdy, nie wolno podchodzić do niedźwiedzia, nawet jeżeli jest to młody osobnik. Jeśli już go widzimy, zachowajmy spokój i powoli oddalmy się z tego miejsca. Paniczna ucieczka może spowodować odruch ataku. Jeśli zwierzę nie ucieka i wykazuje zainteresowanie człowiekiem, należy postarać się opanować, mówić do niego spokojnie i w niskich tonach. Absolutnie nie wolno naśladować dźwięków niedźwiedzia ani np. głośno piszczeć. Jeżeli jesteśmy z innymi osobami, zbierzmy się razem. Zdecydowanie złym pomysłem jest wyciąganie jedzenia i rzucanie go w kierunku zwierzęcia. No i już na koniec – nigdy nie wolno zajmować pozycji między matką a jej młodymi i próbować się do nich zbliżyć.

Jeżeli już dojdzie do ataku, trzeba upaść na ziemię, twarzą do dołu, trzymając ręce na szyi. Rozłożyć nogi, aby utrudnić niedźwiedziowi przewrócenie. Dopóki napastnik nie ucieknie na bezpieczną odległość, nie należy się podnosić. Kiedy już poczujemy się bezpiecznie, jak najszybciej wezwijmy pomoc. Jeśli rany nie są poważne, człowiek wie, gdzie jest i może o własnych siłach się poruszać, podążymy do najbliższego miejsca, gdzie można spotkać innego człowieka.

Mam nadzieję, że nigdy nikt z Szanownych Czytelników nie będzie musiał stosować w praktyce tych rad. Dobrze jednak je sobie przyswoić i zapamiętać. Być może dzięki temu uda się uniknąć lub zminimalizować skutki spotkania z niedźwiedziem.

A do tematu internetowych i telefonicznych oszustw, na które wszyscy jesteśmy narażeni (o czym miało być w tym wydaniu GB), wróć w kolejnym numerze. Wszak zdrowie i życie ludzkie jest najważniejsze.

# Wygodne parkowanie z aplikacją

Od 1 marca 2023 roku mieszkańcy Ustrzyk Dolnych mogą płacić za parkowanie przy pomocy aplikacji mobilnej mPay.

To kolejne miasto, w którym posiadacze aplikacji opłacą czas postoju samochodu bez konieczności szukania parkomatu. Zakup biletu trwa zaledwie kilka sekund i nie musimy wracać do auta, aby włożyć za szybę bilet parkingowy. Nie trzeba też z góry określać czasu postoju – dzięki funkcji START – STOP unikniemy stresu związanego z przedłużającym się spotkaniem, wizytą w urzędzie czy zakupami.

Poprzez mPay zapłacimy za rzeczywisty czas parkowania, rozpoczynając i kończąc płatność w dowolnym momencie. System pobiera opłaty tylko w godzinach objętych koniecznością zapłaty i automatycznie kończy naliczanie w momencie zakończenia czasu obowiązywania płatnej strefy.

Z parkowania z mPay skorzystają zarówno użytkownicy prywatni, jak i firmy dysponujące flotami pojazdów. Tym ostatnim system daje stały dostęp do informacji na temat kosztów postoju i pozwala zbiorczo rozliczać parkowanie wszystkich służbowych samochodów. Usługa pozwala zautomatyzować płatności, zyskać nad nimi pełną kontrolę oraz ułatwić cykliczne rozliczenia. Oparta jest o system mFlota, z poziomu, którego zarządzanie podróżami służbowymi pracowników jest niezwykle proste.

Korzystając ze smartfona można płacić za postój samochodów w strefach w blisko 80 miastach i na wielu parkingach prywatnych, opłacać przejazdy autostradami, kupować bilety na pociągi PKP Intercity oraz kolei regionalnych, a także bilety komunikacji miejskiej w ponad 100 miastach. W mPay można wybrać również korzystne ubezpieczenie (np. na podróż czy samochodu), wykonać przelew, nadać przesyłkę kurierską, kupić bilety na szereg atrakcji oraz opłacić dostęp do serwisów filmowych i muzycznych. Dzięki współpracy z partnerami poprzez mPay można też zainwestować w akcje, obligacje oraz cieszyć się największym zainteresowaniem ETF-y.

MP

**Reklama  
w Gazecie Bieszczadzkiej  
tel. 13 461 13 22**

## WYBRANE Z ARCHIWUM

# Lepiej nie wchodzić mu w drogę

W pierwszy dzień marca niedźwiedź zaatakował w lesie mieszkankę Wetliny. Wybrała się na poszukiwanie poroży jeleni. Miała pecha, bo weszła w pobliże niedźwiedziej gawry. Drapieżnik tym razem okazał się „taskawy” – kobieta uszła z życiem, choć doznała obrażeń dolnych i górnych kończyn. Dobrze, że odwróciła uwagę niedźwiedziowi, rzucając plecak, który miała ze sobą. Mniej więcej w tym samym czasie, 10 marca, ale 2008 roku, niedźwiedź zaatakował w pobliżu Zalewu Solińskiego mieszkankę Telesnicy.

Cel jej wyprawy do lasu był taki sam, jak w przypadku kobiety z Wetliny. Różnica była taka, że mieszkanka Wetliny do lasu wybrała się sama, a ta z Telesnicy w towarzystwie męża i syna. Do tego, jak donoszą autorzy informacji zamieszczonych w Gazecie Wyborczej w Rzeszowie (nr 61 z 12.03.) i „Super Nowościach” (nr 51 z 12.03.), dla kobiety las nie był obcy, ponieważ przez lata pracowała przy pielęgnacji i sadzeniu młodnika. A jednak. Nie zauwa-

żyła niedźwiedzia, ten zaś został zaskoczony. Zaatakowana zaczęła uciekać, co nie było dobrym pomysłem. Na szczęście rany nie były śmiertelne, choć dotkliwie, liczne i tylko powstałe w wyniku pogryzienia (a nie uderzenia; jak mówią leśnicy, drapieżnik potrafi jednym uderzeniem tapy zabić np. dzika). Chirurgrzy z ustrzyckiego szpitala pościwili kilka godzin, aby zszyc ofiarę na szyi, tułowiu i udach. Okazuje się, że niedźwiedź był znany leśnikom, którzy uznali go za „spokojnego i sympatycznego misia”. Podchodził blisko ludzi, ale np. nie reagował na odgłos silnika samochodu czy nawet klaskonu.

W artykule „Niedźwiedź darował mi życie” („Przyroda Polska” 2008/4), poszkodowana przyznała, że nie ma pretensji do niedźwiedzia, bo to jej wina. Stwierdziła, że powinna była zachować większą ostrożność, tym bardziej że to ona weszła na teren jego bytowania.

Jak podsumowują leśnicy, przypadek ataku niedźwiedzia, taki jak ten, jest przykładem



W Ustrzykach Dolnych



PARKUJEMY Z

MPAY

GRAFIKA: URZĄD MIEJSKI W USTRZYKACH DOLNYCH

## Szukamy PRACOWNIKA



### Pracownik socjalny w Miejsko-Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Ustrzykach Dolnych

#### GŁÓWNE WYMAGANIA:

- 1) Obywatelstwo polskie,
- 2) pełna zdolność do czynności prawnych oraz korzystanie z pełni praw publicznych,
- 3) wykształcenie:
  - wyższe na kierunku praca socjalna lub w zakresie pracy socjalnej
  - dyplom ukończenia kolegium pracowników służby społecznych
  - inne uprawnienie do wykonywania zawodu, pracownika socjalnego na podstawie ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (art. 116 ust. 1 pkt 3 i pkt 4, art. 156 ustawy o pomocy społecznej, art. 5 ustawy z dnia 16 lutego 2007 r. o zmianie ustawy o pomocy społecznej),
- 4) umiejętność obsługi komputera,
- 5) prawo jazdy kat. B,
- 6) stan zdrowia pozwalający na realizację powierzonych w ramach umowy zadań.

W razie pytań  
skontaktuj się z nami:  
13 461 18 68

do 17 marca 2023  
do godziny 15.30

ZŁOŻ DOKUMENTY

www.ustrzyki-dolne.pl

zupelnej nieostrożności człowieka, który niepotrzebnie wchodzi w pobliże gawr, narażając się tym samym na niebezpieczeństwo. Wina w tym przypadku zawsze będzie po jego stronie. A najwięcej problemów jest właśnie ze zbieraczami zrzutów poroży, którzy wędą „w każdy młodnik, żeby tylko zwiększyć swoje szanse na znalezienie zrzutów”. Poszła nie tylko zwierzyzna ptowa, ale niepokoją niedźwiedzie. Te w okresie wczesnowiosennym są często rozdrażnione, a gdy w pobliżu znajduje się ich potomstwo, mogą być jeszcze bardziej agresywne.

Leśnicy corocznie apelują, aby nie wchodzić do miejsc ostoi zwierzyzny, ustawiają tablice informacyjne. Wybór należy zawsze do człowieka. W lipcu 2017 roku w lasach Nadleśnictwa Bircza niedźwiedzica zaatakowała drwala (bronit się piłą motorową), a wkrótce potem kobietę zbierającą grzyby (wspięła się na drzewo, na szczęście niedźwiedź nie podjął wyzwania). Groźnie wyglądało także spotkanie z brunatnym drapieżcą w październiku 2022 roku w leśnictwie Tworylczyk (miejsce, w którym doznał rozległych ran głowy).

WD



Zniżki na wydarzenia kulturalne i sportowe oraz bilety wstępu do muzeów i innych wartych odwiedzenia miejsc

# Ustrzycka Karta Mieszkańca z benefitami

Gmina Ustrzyki Dolne ruszyła z nową inicjatywą – Ustrzycką Kartą Mieszkańca. Osoby zameldowane na stałe lub zamieszkujące na terenie gminy i rozliczające PIT w tutejszym Urzędzie Skarbowym, będą mogły liczyć na szereg udogodnień i benefitów. Jednocześnie uzyskają wsparcie od lokalnych przedsiębiorstw.

Miślimy o udogodnieniach dla mieszkańców, ale także czekamy z otwartymi ramionami na nowo przybyłych, którzy odnajdą w Ustrzykach Dolnych lub okolicach swoje miejsce na ziemi. Program „Jestem z Ustrzyk” połączony z Kartą Mieszkańca zapropnuje ciekawe rozwiązania adresowane do każdej grupy wiekowej, od najmłodszych do seniorów – informują władze samorządowe.

Dzięki specjalnie przygotowanej stronie internetowej [jestemzustrzyk.pl](http://jestemzustrzyk.pl), użytkownicy będą mieli intuicyjny dostęp do panelu z wszystkimi korzyściami wynikającymi z posiadania

Karty. Wśród nich znajdują się zniżki na bilety do ciekawych miejsc, na imprezy kulturalne, a także specjalne oferty, które zmniejszą wydatki mieszkańców. Oczywiście będzie istniała możliwość skorzystania z fizycznego odpowiednika Karty oraz aplikacji w dowolnym miejscu, w którym się znajdują.

Aktualnie w gronie partnerów przedsięwzięcia jest Ośrodek Sportu i Rekreacji w Ustrzykach Dolnych, w którego skład wchodzi zespół basenów „Delfin” oraz hala sportowa i lodowisko, Ustrzycki Dom Kultury z kinem „Orzeł”, Muzeum Przyrodnicze Bieszczadzkiego Parku Narodowego, „Kuzar. Photography” oferujący usługi fotograficzne, FHU „Sport” Marek Jędrzejec (właściciel wyciągu „Mały Król”).

Dodatkowo każdy, kto założy Kartę Mieszkańca w marcu, będzie mógł w tym miesiącu skorzystać z darmowej, godzinnej wejściówki na ustrzycki basen. Wraz z czasem trwania programu, każdego miesiąca można się spodziewać kolejnych atrakcji i nowych partnerów oraz

wejściówek na wydarzenia organizowane w naszym regionie.

Program przyniesie bezpośrednie korzyści nie tylko mieszkańcom, lecz także całej gminie. Dzięki nowo zameldowanym osobom, dochody z podatków zasilą budżet, którego zwiększenie przyczyni się z kolei do możliwości planowania kolejnych niezbędnych inwestycji w kluczowych dla obywateli sektorach – tłumaczą w magistracie. Zachęcamy do zameldowania się w gminie Ustrzyki Dolne i korzystania z opcji, które proponuje Karta Mieszkańca.

**ABY DOŁĄCZYĆ DO PROGRAMU „JESTEM Z USTRZYK” MOŻNA SKORZYSTAĆ Z TRZECH MOŻLIWOŚCI:**

1. Wejść na stronę [www.jestemzustrzyk.pl](http://www.jestemzustrzyk.pl) i zarejestrować się, a następnie złożyć wniosek - Dołączyć do programu „Jestem z Ustrzyk”
2. Pobrać aplikację ze sklepu Play lub App Store „Jestem z Ustrzyk” i zarejestrować się, a następnie złożyć wniosek - Do-

**Jestem z Ustrzyk Dolnych**

USTRZYKI DOLNE

Aleksandra Faustyna  
ul. Młaka-Ustrzykowska  
Ustrzyki Karty: 038700

**Korzystaj z promocji i zniżek!**

## Ustrzycka Karta Mieszkańca

Dołącz do programu "Jestem z Ustrzyk" od 1 marca 2023 r.

[www.jestemzustrzyk.pl](http://www.jestemzustrzyk.pl)

Masz pytania? Skontaktuj się z nami! [ukm@ustrzyki-dolne.pl](mailto:ukm@ustrzyki-dolne.pl) 608 423 929

GRAFIKA: URZĄD MIEJSKI W USTRZYKACH DOLNYCH

łączyć do programu „Jestem z Ustrzyk”  
3. Pobrać wniosek ze strony [www.jestemzustrzyk.pl](http://www.jestemzustrzyk.pl) (zakładka Karta Mieszkańca) wypełnij i złóż w Urzędzie Miejskim.

Więcej informacji:  
tel. 608 423 929,  
e-mail: [ukm@ustrzyki-dolne.pl](mailto:ukm@ustrzyki-dolne.pl)

MPR, UM w Ustrzykach Dolnych

## Pomnikowe jodły



FOT. ZE ZBIORÓW FUNDACJI DZIEDZICTWA PRZYRODNICZEGO

Radni Ustrzyk Dolnych przyjęli uchwały dotyczące ustanowienia dwóch pomników przyrody. Taki status otrzymały rosnące na terenie gminy dwie jodły pospolite (Abies alba).

Nadano im imiona „Celebrytka” (zwaną także „Nadzieją”) oraz „Niebolubna”. W sprawie tej pierwszej wniosek do Rady Miejskiej zgłosił burmistrz Bartosz Romowicz, w sprawie drugiej – Nadleśnictwo Ustrzyki Dolne.

Rozmiary drzew są imponujące – ich obwody pierścicowe wynoszą kolejno 440 i 412 cm, a sama „Celebrytka”, rosnąca w Kwazzeninie, jest niezwykle symbolem regionu mierzącym ponad 45 metrów wysokości. Tym samym to jedno z największych

drzew na liście pogórzańskich pomników przyrody. „Niebolubną” można zobaczyć w Krościenku. Obie jodły już teraz są atrakcyjnymi punktami lokalnej trasy turystycznej.

– W związku z tym, że samorządy otrzymują na utrzymywanie pomników przyrody niewielkie fundusze, spoczywa na nich tym większa odpowiedzialność – mówi burmistrz Bartosz Romowicz. – Ustanowienie dwóch pięknych jodeł pomnikami przyrody to wyraźny sygnał, że gmina Ustrzyki Dolne stawia sobie za cel dbanie o przyszłość, w której środowisko naturalne, z zachowaniem niezbędnych proporcji, stanowi ważny element naszego funkcjonowania.

MPR

## Nowy komendant policji

Nadkomisarz Robert Gęborys został szefem Komendy Powiatowej Policji w Ustrzykach Dolnych.

Rozkaz o powołaniu na stanowisko wręczył I Zastępca Komendanta Wojewódzkiego Policji w Rzeszowie insp. Stanisław Sekuła. Życzył przełożonemu ustrzyckich funkcjonariuszy wielu sukcesów oraz wytrwałości w realizacji obowiązków zawodowych. Nowy komendant zapewnił, że dołoży wszelkich starań, aby sprostać wymaganiom, pracując na rzecz bezpieczeństwa mieszkańców powiatu bieszczadzkiego.

Nadkomisarz Robert Gęborys jest absolwentem Wyższej Szkoły Policji w Szczytnie oraz Wyższej Szkoły Administracji i Zarządzania



Moment uroczystego ślubowania FOT. ARCHIWUM KPP W USTRZYKACH DOLNYCH

w Przemyślu. Ukończył również podyplomowe studia w Wyższej Szkole Edukacji Zdrowotnej i Nauk Spo-

łecznych w Łodzi. Służbę w policji rozpoczął w 2007 roku.

MP

**Reklama  
w Gazecie  
Bieszczadzkiej**

tel.  
**13 461 13 22**

## INFORMACJA

### o wywieszeniu wykazu nieruchomości

Wójt Gminy Lutowska, stosownie do treści art. 35 ust.1 ustawy z 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2023 r. poz. 344) informuje, że w dniach od 3 marca 2023 r. do 24 marca 2023 r. na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Gminy Lutowska wywieszony został wykaz nieruchomości, informujący o przeznaczeniu do dzierżawy w drodze bezprzetargowej w obrębie ewidencyjnym Dwernik działek:

nr 195/3 o pow. 0,2208 ha

nr 195/5 o pow. 0,3138 ha

nr 197/2 o pow. 0,2198 ha

Szczegółowe informacje i wyjaśnienia można uzyskać w Urzędzie Gminy Lutowska pokój nr 16, tel. (13) 461 0013 wew. 35 w godzinach pracy urzędu.

Wójt  
Krzysztof Mróz

# Początki nigdy nie są łatwe. Trzeba mieć jednak nadzieję, że linia 108 będzie aktywna jak dawniej

## Pociągi znowu na starej trasie kolejowej

Od 1 marca trzy razy dziennie można pojechać pociągiem z Sanoka do Ustrzyk Dolnych lub odwrotnie. Na razie kursy prowadzone są od poniedziałku do piątku, wyłaczając święta. Podróż trwa godzinę.

Pociągi z Sanoka wyjeżdżają o godz. 6.39, 9.00 i 15.25. Z Ustrzyk Dolnych startują o godz. 5.27, 7.50 i 14.15. Nie wszystkim takie godziny odpowiadają. Już pierwszego dnia pasażerowie wrzucali uwagę, że brakuje połączenia w godzinach południowych. Po co? Jeśli ktoś wyjedzie z Ustrzyk pierwszym kursem, będzie musiał czekać kilka godzin na powrót pociągiem popołudniowym. Chyba że postara się wrócić do domu autobusem, choć – według części malkontentów – to żadne usprawiedliwienie.

Ale pociąg do Ustrzyk o 15.25 ma swoje uzasadnienie – pojadą nim np. ludzie dojeżdżający do pracy w Sanoku. Nie w Zagórz, ponieważ – o dziwo – skład omija tę miejscowość. Nie dostaną się nim też podróżni przyjeżdżający z Krakowa i chcący pojechać dalej – do Uherzec czy Ustrzyk Dolnych. Pociąg z Krakowa dojeżdża do Zagórz o 13.22, a do Sanoka parę minut wcześniej.

### POZA ZAGÓRZEM I Z DREZYNAMI

Luka w kursach pociągów na trasie Sanok – Ustrzyki w godzinach po południowych nie jest jednak przypadkowa. Wynika z tego, że od maja do października trzeba zrobić miejsce dla drezyn rowerowych, wożących turystów ze stacji w Uhercach Mineralnych do Olszanic i Stefkowej (w wa-



**Bilet jednorazowy z Sanoka do Ustrzyk Dolnych wynosi 11,90 zł, uczniowski 7,50 zł, a studencki 5,83 zł (na podstawie „Taryfy podkarpackiej”).  
Bilet miesięczny normalny kosztuje 285 zł, uczniowski 145,35 zł, a studencki 139,05 zł. Obowiązują również wszystkie ulgi ustawowe.**

Na razie kursuje taki niewielki pociąg, ale z czasem – jeśli przybędzie pasażerów – może się to zmienić

FOT. KRZYSZTOF POTACZALA

kacje również na odcinku Ustrzyki – Krościenko). Drezyny od lat cieszą się niesłabnącym powodzeniem turystów, dlatego ich utrzymanie (są w prywatnych rękach) jest tak ważne.

Skład na linii 108 Sanok – Ustrzyki będzie woził pasażerów do 2 maja. Później, od 4 maja do 9 czerwca ruch zostanie zawieszony z uwagi na zaplanowane już prace prowadzone przez Zarządca Infrastruktury Kolejowej PKP PLK. Są związane z modernizacją odcinka trasy, konkretnie remontem mostu w Olszanic.

Tabor kolejowy do realizacji nowych połączeń zapewni podwykonawca (SKPL Cargo), zaś obsługę podróży Polregio. Portal Kolejowy podaje, że choć początkowo na sfi-

nansowanie zamówienia Polregio zamierzało przeznaczyć 1 373 098,4 zł brutto, to znalazło dodatkowe 149 191,12 zł brutto i wybrano ofertę SKPL Cargo w kwocie 1 522 289,52 zł brutto jako najkorzystniejszą.

### NIE DOPUŚCIĆ DO DEGRADACJI

Obszerną opinię na temat przywrócenia kursowania pociągów na linii 108 przedstawił w mediach społecznościowych starosta bieszczadzki Marek Andruch, jeden z głównych orędowników przedsięwzięcia.

„Poza tym, że od kompletnej ruiny uratowano coś, co służyło ludziom przez 150 lat i znów będzie służyć, oraz oprócz fundamentalnych spraw związanych z bezpieczeństwem

mieszkańców, powrót kolei daje nowe możliwości, nowe instrumenty działania i rozwoju naszego regionu, których dotąd nie było i których nikt nie brał pod uwagę. Tak jak kiedyś kolej pozwoliła aktywować na naszym terenie rozwój przemysłu naftowego i drzewnego, tak dzisiaj może być katalizatorem wielu aspektów rozwoju. Czy to wykorzystamy zależy od nas i naszej inwencji. Natomiast połączenie Ustrzyk Dolnych z Sanokiem daje spore możliwości komplementarnej kooperacji.

Ruch pasażerski, w tym turystyczny będzie niewątpliwie narastał. Ale trzeba zdać sobie sprawę, że stały pasażer pojawia się lub wraca dopiero po 2-3 latach stałego i sta-

bilnego funkcjonowania połączenia (...).

Nie załamывałbym też rąk, że szkoda pieniędzy, bo mało ludzi itd., bo generalnie przewozy pasażerskie są mało rentowne, a te pieniądze, jeśli nie u nas, to pewnie pokrywałyby straty na innych odcinkach. Czy z tego, że ruch osobowy jest mało rentowny wynika, że trzeba go zlikwidować?

Fakt, że na torach pojawił się pociąg wymusza i wymuszać będzie modernizację i remonty torowiska. Nie mam żadnych złudzeń, że jeśli pociąg nie ruszyby, to nie byłoby takiej potrzeby, a pieniądze kolej ma gdzie wydawać. Po prostu ta linia przestałaby istnieć (...). Dlatego trzeba się godzić, że nasz odcinek linii 108 będzie jeszcze remontowany i będą jakieś chwilowe zawieszania kursów, ale to jest lepsze niż zupełna degradacja linii.

Mam głębokie przekonanie, że uruchomienie tego odcinka to tylko początek. Czekamy na uruchomienie linii 102 z Przemyśla i wznowienie połączeń z Przemyśla przez Ustrzyki do Zagórz. Biorąc pod uwagę remonty po naszej stronie i bardzo zaawansowane prace po stronie ukraińskiej, ten fakt jest coraz bardziej realny i to w niedalekiej przyszłości. Z czasem natomiast powinny wrócić przewozy towarowe.

Nie wiem, jaki będzie finał tej sprawy, nie wiem czy wykorzystamy szansę, która się pojawia. Ale teraz realnie jest to w naszych rękach, a my jako Powiat Bieszczadzki w tej sprawie swoje zadanie wykonaliśmy”.

MPR

## MOIM ZDANIEM



WIESŁAW STEBNICKI

### Od przybytku głowa jednak boli

Minał kolejny zimowy sezon turystyczny w Bieszczadach. Ostatnio coraz częściej zadaje sobie pytanie, czy właściwym słowem jest określenie tego cienkiego strumyczka wypoczywających mianem sezonu. Minał bezpowrotnie czas, gdy hotele Laworta, Strwiąg i garsc kwater agroturystycznych w czasie letnich i zimowych wakacji pękały w szwach. By stać się szczęśliwym najemcą jakiegokolwiek łóżka w tym czasie, trzeba je było zarezerwować kilkanaście tygodni wcześniej. Latem sytuację ratowały jeszcze w dużej mierze pola namiotowe i campingi. Bieszczady były wtedy hojniejsze z tanim wypoczynkiem, dzielnymi ostępami, wędrowną po prawie pustych szlakach turystycznych. Namol można było rozbić niemal wszędzie, a na dodatek unikano się w ten sposób kontakt z rozkręcającymi, pijanymi grupami autokarowymi.

Kto chciał także dzięki Bieszczadom rozbić namiot na odludziu; kto chciał spacer w tłumie i rozpychanie się lokiami na deptaku – wybierał Solinę lub Polanicy, zgodnie z zasadą: dla każdego coś milego. Punkty gastronomiczne – bo restauracji było niewiele – oferowały pieczoną kielbasę, kaszankę, rzadziej rybę. Każdy był zadowolony. Na dodatek większość turystów miała torby wypchane konserwami i pieczywem. Praktycznie wszędzie można było zapalić ognisko bez obawy, że za pięć minut nadjedzie na sygnale straż pożarna.

Sam każdą wolną chwilę spędzałem w górach, także tych wokół Ustrzyk Dolnych. Przez ostatnie kilka lat nie miałem zbyt wiele czasu, by poświęcić go na spacer. Jakież było moje zdziwienie, gdy jesienią ubiegłego roku wybrałem się na przechadzkę z psem na stok Żukowa. Ujrzałem selki metrów ogrodzeń odcinających mnie od lasu. Jak widać dopłaty unijne do rolnictwa przynoszą efekt. Nie uprawiane od dziesięcioleci hektary pól na stokach przed lasem zamieniły się w ogrodzone pastwiska lub łąki.

Miejsca nieogrodzone przez rolników zagospodarowane zostały przez właścicieli domków i apartamentów dla wypoczywających. Na stokach Żukowa wybudowano lakowych kilkadziesiąt, drugie tyle powstaje. Bywają ładne drewniane i murowane budynki, są też jednak niestety architektoniczne koszmary. Ostatnio królują obiekty typu „stodola” lub jeszcze gorsze, typu „sławojka”. Te ostatnie o kształcie przedwojennych sławojek lub nieco późniejszych wiejskich drewnianych wygódek, jak choćby ten z programu „Rolnicy z Podlasia”. Czemu takie maskarony są stawiane? Chyba dlatego, że ich konstrukcja jest prosta jak przysłowiony cep, zadanie też proste: dwu- lub jednopodłowe, czyli tanie. Odniosłem wrażenie, że właściciele owych kwater muszą być mocno rozczarowani, bo w niewielu z nich miało choćby 50 proc. obłożenia, a przed częścią domków nie widziałem w czasie ferii jakiegokolwiek samochodu z obcą rejestracją.

Zastanawiałem się nad przyczynami takiego stanu rzeczy; przejrzałem w internecie ceny noclegów i postilków w Bieszczadach oraz w Zakopanem, Szczyrku, Wiśle. Co się okazało? Ołóż cenami jesteśmy prawie równi, natomiast bogactwem oferty zostajemy daleko w tyle. Nie po raz pierwszy piszę o tym, że turysta nie ma co robić w Ustrzykach i najbliższej okolicy. Sam stok narciarski to nie wszystko, na co czeka taki przybysz, szczególnie gdy zawodzi pogoda. Basen i lodowisko, dzięki unijnej pomocy, są dzisiaj niemal w każdym mieście, muzea przyciągają głównie starszych. A młodzież? Tu potrzebuje też innych atrakcji, choćby porządnej dyskoteki. Dawniej nieśle funkcjonowały, obecnie pozostało po nich tylko wspomnienie. Szkoła.

Trzon pozostałych w Ustrzykach mieszkańców to emeryci, renciści i urzędnicy. Jeśli nie zrobi się czegoś w kierunku uatrakcyjnienia oferty turystycznej, czeka nas totalna stagnacja. Ludzie, którzy zainwestowali w budowę obiektów noclegowych, którzy zamienili zwykłe mieszkania w blokach na apartamenty pozbędą się ich, a kursujący od początku marca pociąg zawiesi kursy z prozaiczną przyczyną – braku pasażerów.

Niebawem wybory parlamentarne, nieco później samorządowe. Ci, którzy staną w wyborze szranki w gminach i powiatach, na pewno powinni pomyśleć o tym, co zrobić, by Bieszczady znów tętniły życiem.

## Zostań dziennikarzem Gazety Bieszczadzkiej

Nie oferujemy etatów, ale zapewniamy ciekawą przygodę dziennikarską w jednym z najpiękniejszych regionów Polski. Jeśli masz choćby niewielkie doświadczenie w zawodzie dziennikarza bądź też odkryłeś w sobie smykatkę do pisania i szybko się uczysz – zapraszamy na tamy Gazety. Możliwość jest mnóstwo – do zagospodarowania czeka kolumna sportowa, kulturalna, chętnie nawiążemy współpracę z osobami chcącymi pisać o lokalnych wydarzeniach, samorządzie, ciekawych postaciach związanych z regionem. Dziennikarstwo (także w wymiarze lokalnym), to nie tylko publikowanie tekstów i zdjęć, za które autorzy otrzymują wynagrodzenie, ale też – a może przede wszystkim – możliwość poznawania ludzi działających w różnych sferach życia publicznego czy udziału w ważnych i atrakcyjnych wydarzeniach.

Nowy Rok to nowe otwarcie i kolejny rok wydawania Gazety Bieszczadzkiej, najstarszego czasopiśma lokalnego w województwie podkarpackim.

Zainteresowani mogą pisać na adres:

redakcja@bieszczadzka24.pl

MP

- Z jakich powodów zawieszono możliwość korzystania z noclegu w nowym schronie turystycznym na Połoninie Wetlińskiej?

- Z racji wątpliwości, czy możemy ten obiekt wykorzystywać do tzw. celów komercyjnych, a więc usług noclegowych. Wiąże się to z otrzymaną dotacją RPO w trybie konkursowym. Stanowiła ona około połowy środków, które przeznaczono na prace w budynku i wokół niego. Spełniliśmy założenia programu z bardzo dużą nawiązką.

- Czyli?

W celu ochrony bioróżnorodności otoczenia obiekt stał się miejscem odpoczynku dla turystów i jest dostosowany do ich potrzeb. Zapewniamy bezpłatne toalety, sala przeznaczona do odpoczynku turystów jest wyposażona w tablice edukacyjne prezentujące problemy ochrony walorów przyrodniczych połonin oraz zasady zwiedzania Parku bezpieczne dla środowiska. Filmy edukacyjne o tych treściach są prezentowane na monitorze, a osoby obsługujące schron udzielają informacji. Korzystanie z tych sal w ciągu dnia jest również bezpłatne.

Park utrzymuje cały obiekt i ponosi koszty m.in. zatrudnienia osób, ogrzewania, zasilania w energię elektryczną, obsługi oczyszczalni ścieków, dostarczania wody, utylizacji odpadów stałych, w tym ich transportu. Wyposażenie „Chatki Puchatka II” było po naszej stronie. Do obsługi oddelegowaliśmy skuter, quad i auto terenowe. Pytanie brzmi: jak taki obiekt utrzymać? Park otrzymuje dotację do swoich zadań, ale jak powszechnie wiadomo musi prowadzić dodatkową działalność. Nie jest (od 2012 roku) państwową jednostką budżetową i nie dostaje 100 procent pieniędzy na swoją ustawową działalność. Nie wszyscy to rozumieją.

- Wróćmy jeszcze do noclegów. Nie można spać w nowym schronie, bo?

- Po pierwsze, nikomu kto wędruje po górach nie odmówimy użyczenia noclegu w przypadku, jeśli idzie po czerwonym szlaku i zastała go noc. Po drugie, pozostawanie na wypoczynek nocny zostanie przywrócone, ale jako element zajęć z zakresu edukacji przyrodniczo-turystycznej. Musimy tu jeszcze dopracować program. Rozmawiamy o tym na warsztatach z kołami przewodników turystycznych.

- Park w ostatnich latach skorzystał z wielu programów z udziałem funduszy unijnych. Efekty?

- Działają dwie nowe stacje edukacyjne, wyremontowaliśmy także z tych środków szlaki piesze na wielu odcinkach. Ponieśliśmy koszty podatku VAT w każdym przypadku, również przebudowę schronu. Musimy prowadzić w tych miejscach działalność statutową zgodnie z Ustawą i Planem Ochrony oraz pobierać opłaty. Nikt nam tego nie może zabronić do wysokości ponoszonych kosztów.

- Jaka jest najważniejsza funkcja schronu nazwanego Chatka Puchatka II i dlaczego nie może on funkcjonować tak, jak poprzedni budynek?

- Najważniejsza jest funkcja turystyczna i taka pozostanie. Turyści, którzy zdążyli odwiedzić to miejsce, mogą potwierdzić, że tak jest. To dla nich Park poniósł ogromny wysiłek związany z przebudową w bardzo trudnym czasie. Gdyby dzisiaj rozpoczynać starania o pieniądze na przebudowę, koszt byłby znacznie większy. Realia roku 2017, kiedy opracowano kosztorys, były zupełnie inne. Już wtedy kosztorys realizacji tak trudnego dzieła był niedoszacowany. Na Połoninie Wetlińskiej formalnie nigdy nie było schroniska górskiego w rozumieniu „Ustawy o usługach hotelarskich oraz usługach pilotów wycieczek i przewodników turystycznych”. Nie ma żadnego takiego obiektu w naszym województwie, chociażby ze względu na niską wy-

## Z dr. Ryszardem Prędkim, dyrektorem Bieszczadzkiego Parku Narodowego, rozmawia KRZYSZTOF POTACZAŁA



Dr Ryszard Prędko, dyrektor Bieszczadzkiego Parku Narodowego. FOT. ARCHIWUM BDPN

# NIKOMU NIE ODMÓWIMY noclegu w potrzebie

sokość nad poziomem morza pasm górskich. Co nie oznacza, że nie ma u nas dobrych kwater, pensjonatów czy hoteli.

- Prawie ćwierć wieku trwał spór prawny związany z tym, do kogo ten budynek ma należeć: czy do Skarbu Państwa, bo utworzono tam park narodowy, czy do lokalnej spółki zarządzającej obiektami noclegowo-gastronomicznymi, utworzonej z wielu podmiotów PTTK.

- Sprawa zakończyła się dopiero w 2015 roku. Nieuregulowany status sprawił, że również wspomniana spółka nie inwestowała w budynek. I to oczywiście było jak najbardziej zrozumiałe. Powszechnie wiadomo, co Park zastał: kilkakrotnie rozbudowany budynek z niskiej jakości materiałów, prawdopodobnie bez planów i zgód budowlanych, ścieki odprowadzane do nieszczelnych szamb, wysypisko śmieci po stronie południowej obiektu i rozdeptany wokół teren. Dlatego też w klasyfikacji „schronisk” zajmował ostatnie miejsca. Nazywanie tego schronu „kultowym” było raczej żartem, w odróżnieniu od samego ajenta Chatki Puchatka, który w tych warunkach żył i pracował, kilka lat również dla Parku. Ale to już inna historia.

- Obecnie teren wokół schronu jest już zagospodarowany turystycznie.

- Wykonano cztery tarasy widokowe, na których ustawiono ławostoly i ławy oraz trzy panoramy widokowe z opisem szczytów. Obszar wokół wyłożono naturalnym kamieniem, wykonano też poręcze. Teren po byłym wysypisku śmieci został zrekultywowany. Rozebrano samowole budowlane (szopa drewniana, toaleta). Te wszystkie prace sfinansował Bieszczadzki Park Narodowy. Wymieniono też oznakowanie szlaków w całej okolicy. To akurat zasługa naszych przyjąłoci z koła PTTK w Ustrzykach Dolnych. Ocena co do wykonanych prac i architektury nowego schronu należy do zwiedzających BDPN. Ważne, aby o wszystkim informować zgodnie z prawdą. Pojemność budynku też ma duże znaczenie, aby odrodziła się naturalna darni roślinna na byłym placu budowy i wysypisku śmieci. Na to potrzebny jest czas.

- Niektórzy turyści narzekają, że nie działa już, jak dawniej, mały bar i sklepik, a w takim miejscu, ich zdaniem, byłoby to uzasadnione. Z czego wynikają te zmiany?

- Nie prowadzimy tam usług typowo gastro-

nomicznych, to prawda. Ale każdy, kto przyniesie własny prowiant, może z niego skorzystać. Gdyby to był obiekt gastronomiczny, to obsługa z wiadomych przyczyn wyprosiłaby takie osoby. W części obiektu, wyposażonej z naszych funduszy, w oparciu o zgodę służb sanitarnych, możemy rozprawdzać odpłatnie m.in. dedykowane dla parku produkty, pamiątki, wydawnictwa, itp. Trudno, aby w takim budynku zmęczony wędrowiec nie miał możliwości zakupu wody i ciepłych napojów. A kto chce zjeść obiad, ma taką możliwość przy parkingu gminnym na Przełęczy Wyżnej. Tam są świadczone usługi typowo gastronomiczne. Nie przesadzajmy także z tymi trudnymi warunkami górskimi. Rejon schronu jest stosunkowo łatwo dostępny.

Dyrektor Parku jest organem ochrony przyrody, który wydaje zarządzenia w sprawach związanych z udostępnianiem Parku do celów turystycznych, edukacyjnych i innych. Kończymy już opracowywać te zasady na bieżący rok; opublikujemy je na dwa tygodnie przez formalny otwarcie „letniego sezonu turystycznego”, czyli na przełomie marca i kwietnia. Znajdzie się tam również regulamin korzystania ze schronu na połoninie.

- Park ma pomysł, by zarówno w schronie, jak i wokół niego odbywały się szereg wydarzeń. Jakie są te najważniejsze?

- Wymienię kilka. Powszechnie dostępne zajęcia na ścieżce edukacyjnej „Połonina Wetlińska”, prowadzone przez pracowników Służby Parku do działań edukacji i udostępniania czy licencjonowanych przewodników turystycznych w oparciu o wydany przewodnik. Ponadto programy obserwacji astronomicznych prowadzonych przez specjalistów, prezentacje i prelekcje edukacyjne w schronie w oparciu o kupione przez park środki przekazu multimedialnego, powszechnie dostępne warsztaty o tym, jak bezpiecznie zachować się w górach, prowadzone przez policję i strażników BDPN. Planujemy też szkolenia dla Straży Parku, GOPR-u oraz pracowników parków narodowych, zajmujących się edukacją przyrodniczą i udostępnianiem turystycznym.

- Ktoś napisał w mediach społecznościowych, że w schronie na Połoninie Wetlińskiej ma powstać placówka naukowo-badawcza.

- Pragnę podkreślić, że nigdy nie było takich planów, także co do powołania ośrodka naukowo-dydaktycznego. Wydaje się, iż całe nieporozumienie jest związane z niezbyt fortunnym tytułem zamówienia Parku na wykonanie projektu budowlanego, związanego z przebudową obiektu na Połoninie Wetlińskiej i użycie określenia na stronie tytułowej „Stacja Ochrony Bioróżnorodności...”. Miało to nawiązywać do komponentu programu RPO dotyczącego ochrony różnorodności biologicznej. W samym jednak opisie projektu budowlanego funkcja turystyczna jest podkreślona i uwypuklona. Żadna osoba z obecnej dyrekcji BDPN nie miała wtedy wpływu na podejmowane decyzje ani na powstanie wytycznych do programów operacyjnych. Wiadomo, iż elementy środowiskowe muszą się znaleźć w programach operacyjnych województwa finansowanych z funduszy UE. Nasz udział był tutaj jak najbardziej wskazany. Liczymy na kolejne środki z tego typu programów.

Park wykonał również swoje zadania w odniesieniu do Chatki opisane w Rozporządzeniu Ministra Klimatu i Środowiska z 27 lipca 2022 roku – w sprawie ustanowienia planu ochrony dla Bieszczadzkiego Parku Narodowego (Dz. U. poz. 1919 Rozdział 10). Chodzi o wskazanie obszarów i miejsc udostępnianych dla celów naukowych, edukacyjnych, turystycznych i rekreacyjnych oraz określenie sposobów ich udostępniania.

- Dziękuję za rozmowę



# Na zarobek do Ameryki i za Karpaty

Lata 30. XX wieku. Łemkowskie kobiety z Komańczy w polu. One być może też chodziły do pracy na zakarpacką stronę. FOT. BIBLIOTEKA POLONA/ARCHIWUM MIECYSŁAWA ORŁOWICZA/DOMENA PUBLICZNA

## HISTORIA

MATEUSZ PODKUL

Mieszkańcy Bieszczadów przed II wojną światową nie poprzestawali tylko na pracy w obrębie miejscowości, które zamieszkiwali. Ci bardziej odważni, pracowici i ciekawi świata udawali się na emigrację zarobkową za ocean, ale też za Karpaty – na Górne Węgry, jak za monarchii habsburskiej nazywano Słowację.

**M**oda na wyjazdy do „Hameryki” nastąpiła wraz z rozwojem kolei, kiedy „drogi żelazne” otwały szczególnie przed mieszkańcami prowincji szeroki świat. Podróż koleją do portów zachodniej Europy, a później statkiem pozwalała dotrzeć do Ameryki, a zwłaszcza do Stanów Zjednoczonych, które uchodziły za kraj wielkich możliwości, rozpalał wyobraźnię niezmiernym bogactwem.

Z każdej miejscowości stałe przebywało za ocean co najmniej kilkanaście osób. Wiele z nich wyjeżdżało kilkakrotnie – czasami na krótko, innym razem na dłużej. Byli i tacy, którzy na stałe opuścili rodzinną ziemię. Najśłynniejszym przykładem zza „bieszczadzkiej między” byli rodzice słynnego twórcy pop-artu Andy’ego Warhola – Rusini, którzy na zawsze wyemigrowali ze wsi Mikova, położonej obok Medzilaborca na obecnej Słowacji.

Nie wszystkim było dane dożyć późniejszej starości „za wielką wodą”, a wypadki w fabrykach i kopalniach czy zgony z racji obracania się w półświatku stanowiły najczęstszy tego przyczynę. Dlatego każda informacja, kilka dolarów czy zdjęcie w amerykańskim stylu przysłałe w rodzinne strony sprawiały radość zostawionym na ojcowiznie krewnym.

### PRZYWIÓZŁ DOLARY I UMARŁ

Powracający w Bieszczady czasami przywozili nowinki podpatrzone w Ameryce, co nie zawsze spotykało się z akceptacją silnie konserwatywnej miejscowej społeczności. Ciekawy przykład, obrazujący, że nie wszystko, co po amerykańsku, jest dobre, przywołuje w swej najnowszej książce poświęconej wschodniej Łemkowszczyźnie w okresie międzywojennym dr Hubert Ossadnik. „Po dziewięciu latach po-

bytu w Ameryce powrócił do Woli Michowej Wasyl Dańczyszak. »Chyż« Dańczyszaków wznosiła się nad Oslawą, w pobliżu zachodniego końca wsi, a grunt ich sięgał na południe aż po Beskid (po grań wododziału). Po śmierci ojca Wasyla całą gospodarką zajmowała się matka, osoba pracowita, ale nie bardzo radząca sobie z gospodarstwem, co wykorzystywali sąsiedzi, uszczuplając jej majątek w różny sposób. O samym Wasylu już od wielu lat nikt nic nie słyszał, myślnie, że nie żyje, a tymczasem powrócił (...). Nie dochodził, kto mu co zabrał, ale mając dosyć dolarów, wziął się do porządkowania gospodarstwa. Kupił na wsi inwentarz i zaczął poprawiać »chyż«. Jako pierwszy gazda w Woli Michowej, a być może i w całej okolicy, wybudował nad piecem komin oraz wybrukował całe podwórko płaskimi kamieniami, przeniesionymi przez dzieci z nad rzeki. Gorszyli się na ten widok gospodarze, szczególnie oburzał ich widok komina. Przewidywano, że Wasyl sięgnie na swoją głowę i na całą wieś nieszczęście przez odejście od tradycyjnego sposobu życia. Początkowo Wasyl nic sobie z tych sądów nie robił, jednak po niedługim czasie zachorowała mu żona i po trzech dniach zmarła. Dał sobie wzmówić, że to kara Boża za jego nowatorskie wyczyny. Rozebrał więc komin, pozbił z podwórka płaskie kamienie i wrzucił je z powrotem do rzeki. Nie na wiele to się zdało, gdyż po kilku tygodniach i jego dopadła ciężka, śmiertelna choroba. Na jego pogrzebie była jedynie garstka ludzi. Dzieci przygarnęły dalecy krewni, a opuszczona »chyż« zapadła się po piętnastu latach.

*Śniadanie składało się z chleba, słoniny, mleka i wódki. Kobiety piły mleko, oddając za nie mężczyznom swoją porcję alkoholu.*

### Z BALIGRODU NA DRUGĄ STRONĘ KARPAT

Innym kierunkiem, choć dużo bliższym i na krótki czas, był teren położony po południowej stronie Karpat. Do 1918 roku, w ramach jednego państwa – monarchii austro-węgierskiej, uda-

wali się Łemkowie i Bojkowie na Górne Węgry do pracy w tamtejszych majątkach. Sprzyjały temu różnice klimatyczne pomiędzy północnymi i południowymi stokami Karpat, wynoszące około dwa tygodnie. W efekcie, u naszych południowych sąsiadów wegetacja roślin następowała wcześniej, toteż prace sezonowe, przede wszystkim żniwa i sianokosy, odbywały się także wcześniej. Udział w nich pozwalał na dodatkowe zarobkowanie mieszkańców Bieszczadów, nie tylko za „babci Austrii”, ale też za pierwszych lat odrodzonej Polski.

Do pracy zdążali młodzi ludzie obu płci w grupach liczących kilkadziesiąt osób. Organizacją takich wyjazdów i naborem pracowników trudnili się mieszkańcy Baligrodu, którzy na wiosnę jechali za Karpaty, do folwarku w Michalovcach, aby z miejscowym właścicielem majątku ustalić szczegóły dotyczące nadchodzącego sezonu prac polowych. Pobierali wtedy też zaliczkę na poczet przyszłych kosztów.

Werbowanie robotników następowało w dni targowe, kiedy w jednym miejscu gromadziło się sporo osób. Po ustaleniu warunków kontraktu, umawiano się na dzień wyruszenia, najczęściej był to 1 sierpnia. „Každy z »kompanii« dostawał zaliczkę na drogę, brał ze sobą własną kosę, kobiety także sierpy – na wypadek, gdyby trzeba było żąć »zlegnięte« zboże, do tłumoczka brano zapasowe ubranie i trochę jedzenia na drogę. Ludzie szli do pracy w ubraniach codziennych, z samodzielnego płótna” – podkreśla dr Hubert Ossadnik.

Rankiem prowadzona przez człowieka z Baligrodu grupa wyruszała w trasę, która wiodła przez Jablonki, Cisną do Woli Michowej i dalej na zachód ku Medzilaborcom. Po drodze dołączali do niej kolejni pracownicy, ze Stężnicy, Woli Michowej i innych wsi. Jak domniemywa Hubert Ossadnik, na przełomie XIX i XX w. być może korzystano na odcinku Cisna – Łupków z usług świeżo powstałej bieszczadzkiej ciuchci. Dalej już było łatwiej, gdyż do dyspozycji była Pierwsza Węgiersko-Galiczyjska Kolej Żelazna, biegnąca od Łupkowa przez Medzilaborce i Humenne do Michaloviec. Obok tego ostatniego znajdował się folwark – cel bieszczadzkich robotników sezonowych.

### MLEKO, WÓDKA I SŁONINA

W dniu dotarcia na miejsce oraz nazajutrz odpoczywano po trudach podróży. Nocowano w szopach folwarku na słomie. Zamiast po-

ścieli wykorzystywano własną odzież. Kobiety i mężczyźni spali razem. Młodość, brak wzroku i nadzoru rodziców oraz duchownych sprzyjały nawiązywaniu relacji i kontaktów seksualnych, bezwstydnym rozmowom, pieśniom i żartom. Nie bez winy był tu alkohol.

Do pracy wstawano o czwartej rano i bez posiłku pracownicy szli w pole. Jeżeli koszone jęczmień, to kobiety zostawały na folwarku i kręciły powróża, a mężczyźni szli w pole o drugiej nad ranem, konsumując wcześniej jedynie wódkę. Otrzymywali ją w ilości jednego litra na głowę, a w inne dni pół litra. Śniadanie dostarczane pracującym w polu o godzinie dziewiątej, składało się z chleba, słoniny, mleka i wódki. Kobiety piły mleko, oddając za nie mężczyznom swą porcję alkoholu.

Po posiłku pracowano do obiadu, na który składały się: ser, słonina i mleko. Ciepły posiłek, przygotowywany z mąki, jajek i omasty, przygotowywały kobiety na prymitywnej kuchni, zrobionej z kamieni. Najczęściej jedzono kluski z serem i słoniną, zupę zalewającą ziemniaki z omastą. Dwukrotnie w tygodniu pracownicy otrzymywali mięso. Po obiedzie i krótkim odpoczynku ruszano do dalszej pracy. Ilość zebranego zboża przekładała się na wielkość wypłaty.

Interesująco przedstawiał się system pracy, który sprzyjał rywalizacji. Na polu pracowały dwie grupy robotników – po jednej stronie przybyłe, po drugiej miejscowi. Połowa przewidzianego do obrobienia pola wyznaczona była palikami. Grupa, która pierwsza przekroczyła tę granicę, z automatu mogła liczyć na większą wypłatę. Na wynagrodzenie przeznaczano zboże, które na miejscu młócono, a następnie na koszt pracodawcy transportowano koleją do Łukawicy koło Leska. Oprócz zboża każdy z robotników otrzymywał na drogę pieniądze na kolej, litr wódki, ośmiokilowy pszenny chleb i kawał słoniny.

### W WIELOJĘZNYM TOWARZYSTWIE

W sumie pracownicy z Bieszczadów spędzali na folwarku dwa tygodnie, bo nadchodził czas żniw w rodzinnej miejscowości. Oprócz zarobku wartość dodaną takich prac stanowiła możliwość nawiązania kontaktów z sąsiadami z południa – Słowakami, Węgrami, Rusinami i Romami. Zabawy pozwalały poznać folklor, a praca – węgierski model rolnictwa i gospodarki rolnej. Eskapady za chlebem za Karpaty zmniejszyły się znacznie po powstaniu granicy polsko-czechosłowackiej w 1918 roku.

## LUDZIE I PRZYRODA

MATEUSZ PODKUL

**Koniec lutego i marzec to okres, w którym jelenie zrzucają swe poroże. Dla wielu ludzi to lesne skarby – żeby je zdobyć ryzykują nawet zdrowie i życie.**

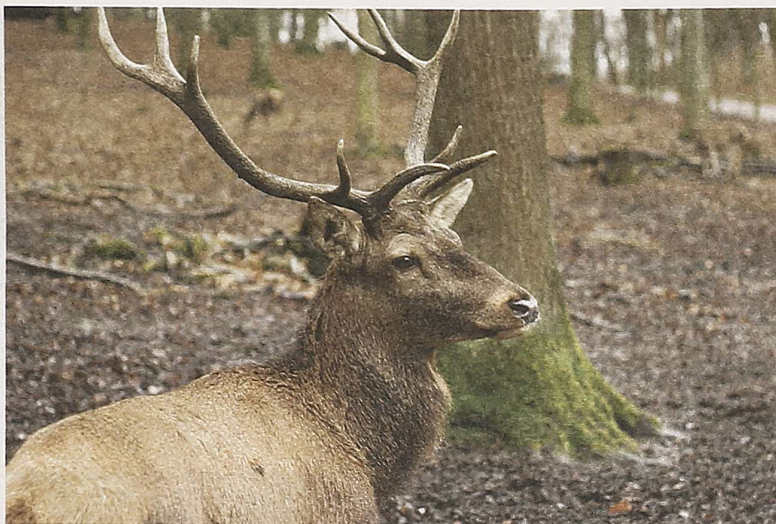
Poroży poszukuje się dla zysku, ale też w celach rękodzielniczych, bo tworzy się z nich biżuterię, żyrandole (jak te w dawnej cerkwi w Smolniku nad Sanem czy w kościele w Muczmem), ozdobne rękojeści noży czy nawet meble. W niektórych krajach sproszkowane poroże jest wykorzystywane jako afrodyzjak.

Są regiony Polski, gdzie aby zbierać zrzucone poroża, ludzie biorą urlopy i w grupach przeczesują lasy. Tak bywa w Bieszczadach, choć obecnie zbieractwo jest najpopularniejsze na północy kraju. W bieszczadzkich lasach w tym roku znów pojawili się zbieracze, którzy poszukują tych cennych przedmiotów. Zrzuty jako element runa leśnego są własnością znalazcy, ale przywłaszczanie znalezionych kompletnych wieńców jest prawnie zabronione i karane, a sprawca naraża się na zarzut kłusownictwa. Według przepisów wieńiec „przytwierdzony” do chochy fragmentu martwego zwierzęcia należy do Skarbu Państwa. Takie znalezisko należy zgłosić do właściwego nadleśnictwa.

### ZAKAZ ZBIERANIA W OSTOJACH

Poszukiwacze poroży bardzo często naruszają zakazy wstępu do ostoi zwierzyny. Warto przy tym pamiętać, że do takich miejsc obowiązują stałe zakazy wstępu, wynikające z art. 26 ust. 2 ustawy o lasach. Nie wolno też zbierać poroży na terenie parków narodowych i krajobrazowych. Zgodnie z zapisami planów ochrony, np. w Ciśniańsko-Wetlińskim Parku Krajobrazowym zakaz zbierania poroży w okresie wczesnowiosennym obowiązuje ze względu na ochronę ostoi i miejsc rozrodu niedźwiedzia brunatnego, dla którego Bieszczady są głównym siedliskiem w Polsce.

Pomimo ryzyka spotkania z „burym” – jak niegdyś określano niedźwiedzia – trafiają się odważni, którzy są w stanie przemoż strach i w poszukiwaniu zrzutów zawędrować w miejsca niebezpieczne. Ostatnio przekonała się o tym mieszkanka Wetliny (piszemy o tym na s. 2), która na północnych zboczach Połoniny Wetlińskiej została pokiereszowana przez niedźwiedzia. Media pełne są podobnych historii z ostatnich lat. W okolicach Dwernika kilkanaście lat temu samica, z którą były młode, rzuciła się na zbieracza poroży. Skutek: 160 szwów na



Jelenie zrzucają poroże na przelomie zimy i wiosny FOT. PIXABAY

# Idą w las, ryzykują zdrowie i życie



Poroża jeleni są wykorzystywane do ozdoby mieszkań, wyrobu świeczników, rękojeści noży lub biżuterii FOT. PIXABAY

całym ciele, zgnieciony obojczyk, złamana ręka, poraniona głowa.

### PROCEDER NIE USTAJE, A NAWET KWITNIE

– Przedwiosnie to czas wzmożonej eksploracji lasów przez zbieraczy, których działalność mocno zagraża nie tylko spokojowi, ale i życiu leśnej zwierzyny – zaznacza Edward Marszałek, rzecznik prasowy Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Krośnie. – Dlatego Służba Leśna zwraca szczególną uwagę w tym okresie na osoby penetrujące lasy i w stosunku do naruszających zakazy wstępu do ostoi stosuje procedury z art. 165 kodeksu wykroczeń.

Zapis precyzuje: „Kto w lesie, w sposób zło-

śliwy, płoszy albo ściga, chwytają, rani lub zabija dziko żyjące zwierzę, poza czynnościami związanymi z polowaniem lub ochroną lasów, jeżeli czyn z mocy innego przepisu nie jest zagrożony karą surowszą, podlega karze grzywny albo karze nagany.”

– Pamiętajmy, że niedźwiedzie po zimie są mocno rozdrażnione, a szczególnie niebezpieczne są te osobniki, które zimą wydały na świat potomstwo i bywają zaskakiwane w gawrach przez zbieraczy. Także głód może być przyczyną ataku – zwraca uwagę Edward Marszałek.

Pomimo narażenia na kary oraz spotkania z wielkim drapieżnikiem, zbieractwo kwitnie. Okazałe poroże może być sporo warte, a jed-

na tyka potrafi ważyć nawet kilka kilogramów. Najtęższe byki zrzucają poroże najwcześniej, bowiem do lata muszą „zbudować” nowy orzę przed rykowiskiem.

Poroże to twardy, kostny twór wyrastający z tzw. możdżenia (lub nasady) umiejscowionego na kościach czołowych. W czasie wzrostu poroże pokrywa scypuł, stanowiący cienką, ochronną warstwę skórną pokrytą delikatną sierścią. Scypuł jest ścierany o pnie drzew przed rykowiskiem, rozpoczynającym się zwykle we wrześniu. Już pozbawione scypułu poroże pełni wówczas rolę reprezentacyjną, gdyż jelenie byki, demonstrując swoją siłę i możliwości reprodukcyjne, walczą między sobą o harem łań.

Rzadko dochodzi jednak do walki – odgłos wydawany przez byki oraz wielkość ich poroża wystarczają do pokojowego rozstrzygnięcia sporów. Byki młodsze, niedoświadczone, o mniej imponującym głosie i mniejszym porożu, na widok silniejszego samca ustępują mu pola.

### NAJPIERW ZRZUCAJĄ NAJSTARSZE

Po okresie rykowiska poroże w zasadzie nie jest jeleniowi już potrzebne i późną zimą zostaje zrzucone. Rany na możdżeniu szybko się goją, a na miejscu zrzuconego poroża byk nakłada nowe. To niezwykle, że w ciągu kilku miesięcy poroże osiąga czasem imponujące rozmiary; to najszybciej rosnąca tkanka występująca u zwierząt, rosnąca z prędkością 1,5 cm na dobę.

– Najwcześniej, zwykle pod koniec lutego, poroże zrzucają najsilniejsze byki. Najmłodsze noszą je jeszcze w kwietniu. Najczęściej jelenie gubią najpierw jedną tykę, później drugą. Zdarza się, szczególnie w przypadku starszych sztuk, że wieńiec zrzucają w jednym miejscu – mówią obeznani z tematem doświadczeni zbieracze.

Wygląd poroża zmienia się wraz z wiekiem i kondycją zwierzęcia. Im byk starszy i silniejszy, tym dorodniejszy nosi wieńiec. Kiedy się starzeje, poroże się uwstecznia i jest słabsze od tego, które nosił w sile wieku.

Jak zaznaczają zbieracze jelenich zrzutów, to pasja podobna do łowienia ryb czy grzybobrania. Przede wszystkim nie można się zrażać niepowodzeniami. Kilka nieudanych wypraw z rzędu to norma. Najważniejsze to odnaleźć ślady jeleni. Podrapane drzewa, połamane gałęzie, odchody i tropy. Jeśli znajdziemy miejsce, gdzie były jelenie, jest szansa natrafić na poroże.

Na nizinach poroża jeleni są mniej okazałe, ponieważ zwierzęta mają łatwiejsze warunki życia, nie muszą się „wysilać” do budowy potężnego. Zdecydowanie większe wieńce noszą jelenie odmiany karpackiej, czyli także bieszczadzkie. A jak rozpoznać wartościowe poroże? Tyka powinna być ciemna, nie zmuszała. Ważna jest liczba i układ odnóg. Im ich więcej i są regularnie ułożone, tym lepiej.

WARTO OBEJRZEĆ

Bilety już dostępne na [udk.systembiletowy.pl](http://udk.systembiletowy.pl)

KŁOPOTY TO JEJ SPECJALNOŚĆ

**WRÓŻKA ZEBUSZKA**

WRÓŻKA ZEBUSZKA 3D dubbing

17, 18, 19 MARCA  
GODZ. 17:00 | BILET: 20 ZŁ

Animacja | Wiek: 4+ | Czas: 1 godz. 20 min

KINO OZTEL

Bilety już dostępne na [udk.systembiletowy.pl](http://udk.systembiletowy.pl)

STELIO SAVANTE | JAY GIANNONE | KEVIN SORBO

**DOBRY ŁOTR**

PREMIERA 19 MARCA

DOBRY ŁOTR reżyseria

19 MARCA  
GODZ. 19:00 | BILET: 20 ZŁ

Dramat | Wiek: 15 | Czas: 1 godz. 33 min

KINO OZTEL

Bilety już dostępne na [udk.systembiletowy.pl](http://udk.systembiletowy.pl)

SREBRNEŁWY GOTYKA 2022

**FILIP**

ERYK KULM JR. JAKO

NA PODSTAWIE PRZEKAZU LEOPOLDA TYRANDA

FILIP

24, 25, 26 MARCA  
GODZ. 19:00 | BILET: 20 ZŁ

Wojny | Wiek: 15 | Czas: 2 godz. 9 min

KINO OZTEL

Bilety już dostępne na [udk.systembiletowy.pl](http://udk.systembiletowy.pl)

**Opiekun**

W KINACH OD 24 LUTEGO

OPIEKUN

26 MARCA  
GODZ. 17:00 | BILET: 20 ZŁ

Dramat | Wiek: 15 | Czas: 1 godz. 34 min

KINO OZTEL



## 8. Marca w Ustrzyckim Domu Kultury

Sporą niespodziankę przygotowano dla kobiet z Ustrzyk Dolnych i okolic z okazji ich święta. Panie otrzymały kwiaty i życzenia, ale najciekawsze było to, co mogły – niekiedy w towarzystwie panów – obejrzeć z widowni. Na scenie wystąpił m.in. kabaret ze Szkoły Podstawowej nr 2, a w rolę głównych bohaterów wcielił się nauczyciele i uczniowie. Przeprowadzono także lokalną „Familiadę”, podczas której kobiety wykazywały się wiedzą na temat Ustrzyk Dolnych, życia społeczno-kulturalnego i sportowo-turystycznego. Na koniec wystąpił znany z anteny telewizyjnej Michał Matuszewski, który zagrał i zaśpiewał lubiane utwory.

MP

FOT. ANDRZEJ GÓRSKI



## ZDROWIE

# Marzec Miesiącem Świadomości Endometriozy

Marzec już od 30 lat jest obchodzony na świecie jako miesiąc świadomości endometriozy. W przypadku wielu kobiet choroba ta znacząco wpływa na codzienne funkcjonowanie.



FOT. ARCHIWUM

Z pewnością warto poświęcić czas na zrozumienie tego powszechnego, ale często niezrozumiałego schorzenia, które może powodować m.in. bolesne i ciężkie miesiączki, a także problemy z płodnością. Co zrobić, by po pierwsze rozpoznać objawy choroby, a następnie radzić sobie z nią tak, by mimo wszystko móc cieszyć się życiem i swoją kobiecością? Jest kilka sposobów.

## PRZEJMIJ KONTROLĘ NAD SWOIM ZDROWIEM

Często brak diagnozy jest gorszy niż usłyszenie: ma pani endometriozę. Przyna to każda kobieta, która od lat borykała się z różnymi dolegliwościami, szukając pomocy u specjalistów, aż wreszcie któryś trafnie określił ich przyczynę. To często długotrwały proces, gdyż endometrioza potrafi być bardzo trudna do zdiagnozowania.

Obecnie, gdy dotyka 1 na 10 kobiet na całym świecie, wiedza na temat tego schorzenia jest ważniejsza niż kiedykolwiek wcześniej. Obfite i nieregularne miesiączki, silne bóle brzucha, ból podczas stosunków – to tylko niektóre z możliwych objawów, jakie daje endometrioza. Warto przejąć kontrolę nad swoim zdrowiem

i mówić lekarzom o wszelkich objawach, które mogą świadczyć o chorobie. Warto też wiedzieć, że oprócz leczenia farmakologicznego dostępne są inne rozwiązania, które mogą pomóc wielu kobietom wkroczyć na drogę do odzyskania dobrego samopoczucia.

## NIEOCZYWISTE OBJAWY – NA CO WARTO ZWRÓCIĆ UWAGĘ?

Endometrioza to nie tylko bolesne, nieregularne miesiączki czy problemy z zjściem w ciąży. Wiele kobiet skarży się na codzienne, uciążliwe bóle brzucha oraz zaburzenia ze strony układu pokarmowego, takie jak wzdęcia, zaparcia czy biegunki. Wszystkie te dolegliwości mogą zamienić życie w koszmar. Czy istnieją wobec tego sposoby, aby „zarządzać“

endometriozą w taki sposób, by poprawić jego jakość?

Okazuje się, że jedną z bardzo istotnych kwestii jest dieta. Jak podkreśla dietetyk kliniczna i założycielka platformy MajAcademy Roksana Środa, zdrowa dieta, bogata m.in. w owoce i warzywa, z której wyeliminujemy fast foody i słodzone napoje, może pomóc zmniejszyć stan zapalny w organizmie i złagodzić niektóre objawy związane z endometriozą.

## KONIEC Z TEMATEM TABU

Oprócz zmiany diety, kluczowa może się również okazać modyfikacja dotychczasowego stylu życia. Regularne ćwiczenia, zapewnienie sobie wystarczającej ilości snu i zmniejszenie poziomu stresu mogą pomóc w zmniejszeniu poziomu bólu

związanego z endometriozą. Warto spróbować wziąć udział w zajęciach takich jak joga lub umiarkowanie intensywne rozciąganie. Być może okaza się aktywnością, dzięki której poczujemy się lepiej.

– Ważne jest również to, aby otwarcie rozmawiać o endometriozie. – zauważa Roksana Środa z MajAcademy. – Po pierwsze z lekarzem, aby mógł on opracować plan leczenia dostosowany do indywidualnych potrzeb każdej pacjentki. Niemniej ważne jest również wsparcie innych kobiet. Możliwość podzielenia się swoimi doświadczeniami ma ogromne znaczenie. Czasami usłyszenie „ja też tak miałam” ma wręcz terapeutyczną moc. Pomaga kobiecie zrozumieć, że nie jest sama.

## ENDOMETRIOZA OD A DO Z

Choroba wpływa na kobiety w różny sposób. – Życie z nią często nie jest łatwe, ale im większa świadomość, z czym mamy do czynienia, tym lepszych wyborów możemy dokonywać, by czuć się lepiej – tłumaczy Roksana Środa. – Dlatego właśnie zachęcam do udziału w szkoleniu przygotowanym przez ekspertów z MajAcademy – Endometrioza od A do Z, które powstało z myślą o kobietach z endometriozą lub jej podejrzeniem. Projekt potrwa przez cały marzec. Będzie to miesiąc wsparcia, motywacji, edukacji i pomocy dla kobiet. Omówimy to zaburzenie od deski do deski. Podpowiemy, jaką dietę stosować, będzie można skorzystać z darmowych konsultacji „Call Center”, wziąć udział w livie czy pobrać darmowy e-book, jaki przygotowaliśmy na temat endometriozy.

MPR

# Kobiece serce jest inne niż męskie

Czy żeńskie serce różni się czymś od męskiego? Okazuje się, że tak – ma nieco inną budowę, waży mniej, ale kurczy się częściej. Jak te różnice wpływają na pracę kobiecego mięśnia sercowego, na jakie choroby narażone są panie i w jaki sposób powinny dbać o swoje serce – wyjaśnia dr n. med. Marta Fijałkowska, kardiolog Grupy American Heart of Poland.

– Kiebsce serce jest mniejsze od męskiego aż o 10-15 proc. Sprawia to, że musi bić ono szybciej, aby przepompować odpowiednią ilość krwi. Serca pań biją około 72 razy na minutę, podczas gdy u panów jest to około 65 uderzeń.

– Nasze serca różnią się również kształtem i strukturą. U kobiet naczytnia wieńcowe mają cieńsze ściany, węższą średnicę i kręty przebieg, mniej rozwinięte jest krążenie oboczne. Sprawia to, że kobiety są bardziej narażone na niektóre choroby sercowo-naczyniowe. Częściej chorują np. na tzw. dławicę naczynioskurczową czy tajemniczy Zespól Takotsubo.

– Ponad 45 proc. Polek umiera

na choroby sercowo-naczyniowe.

– Momentem przełomowym, kiedy stan żeńskiego serca ulega pogorszeniu, jest około 50. rok życia, gdy następuje wejście w okres okołomenopauzalny. Do tego czasu kobiecy organizm jest chroniony przez hormony, w tym przede wszystkim estrogeny. Po zaprzestaniu ich produkcji dochodzi do zmian metabolicznych, które sprzyjają rozwojowi chorób serca. Przez wiele lat choroby serca były w społeczeństwie kojarzone jako domena mężczyzn. Tymczasem choroby układu krążenia zajmują w Polsce pierwsze miejsce pod względem śmiertelności wśród kobiet. Częściej przebiegają one w sposób nietypowy, dlatego tak ważna jest profilaktyka w tym zakresie. Wśród czynników ryzyka chorób układu krążenia u kobiet częściej niż u mężczyzn występują otyłość, hipercholesterolemia i cukrzyca. Ryzyko chorób serca zwiększają także powikłania ciąży czy przedwczesna menopauza spowodowana np. usunięciem macicy z przydatkami.

– Jak zatem dbać o serce?

– Podstawowy przepis na zdrowe serce będzie taki sam, niezależnie od



FOT. ARCHIWUM AMERICAN HEART OF POLAND

ptki – to zbilansowana dieta, aktywny tryb życia, brak używek. Różne są natomiast poszczególne potrzeby naszych organizmów. Podczas gdy męska gospodarka hormonalna wspiera budowę tkanki mięśniowej, żeńskie hormony sprzyjają gromadzeniu się tkanki tłuszczowej. Dlatego dla pań szczególnie ważne jest utrzymanie odpowiedniego bilansu kalorycznego. Dla serca wskazany jest co najmniej półgodzinny wysiłek aerobowy, 5-7 dni w tygodniu. W swojej diecie kobiety powinny zwracać uwagę na odpowiedni poziom kwasów omega-3, witaminy D, witamin z grupy B, żelaza, cynku, seleniu i magnezu. Równie ważny jest odpoczynek – nie tylko pod względem fizycznym, ale przede wszystkim psychicznym. Wpracowanie form relaksu jest szczególnie istotne właśnie dla pań. Jak dowodzą naukowcy z Uniwersytetu

Cambridge, kobiety są nawet dwa razy bardziej narażone na stres niż mężczyźni i dwukrotnie częściej chorują na depresję.

## – Zawał kobiety ma nietypowe objawy!

– Zawał serca występuje u kobiet średnio od 10 do 15 lat później niż u mężczyzn, czyli często dopiero po 70. roku życia. Sprawia to, że staje się on dużo groźniejszy z uwagi na częstsze choroby towarzyszące i bardziej zaawansowany wiek. Dodatkowo szczególnie groźnym dla kobiet zjawiskiem jest fakt, że zawał może u nich przebiegać bez typowych objawów. W konsekwencji są diagnozowane zbyt późno, w skrajnych przypadkach nawet nie wiedząc, że przeszły zawał serca. W przypadku kobiet zawał może dawać dość nietypowe objawy, jak np. ból w nadbrzuszu, nudności, wymioty, duszności. Kobiety są też częściej narażone na tzw. cichy zawał – czyli taki, który przebiega bezobjawowo. Wśród nietypowych symptomów zawału znajdują się również takie, które mogą być mylone z menopauzą – kołatanie serca czy uderzenia gorąca. Pamiętajmy, by nie bagatelizować tego typu objawów! Odpowiednio wcześniej rozpoznany kobiecy zawał daje takie same szanse na wyleczenie jak u mężczyzn.

MPR

## W KUCHNI I W APTECZCE Leschczynowe „kotki”

Po wielu szaroburzych dniach w Bieszczadach w końcu pokazuje się słońce. Mimo że co jakiś czas jeszcze z nieba spadają płatki śniegu, to wchodząc do lasu powoli czuć już zbliżającą się wiosnę. Niestety prężnie jeszcze szuka podbiału czy innych wczesnowiosennych nowalijek. Nie znaczy to, że nie znajdziemy nic cenniego do zebrania.

Dla naszych przodków przednówek był najtrudniejszym okresem w roku. Wtedy kończyły się już zimowe zapasy, a świeżych roślin do jedzenia jeszcze nie było. Wykorzystywali więc, co się dało – na przykład leśną, która właśnie teraz kwitnie. Dokładniej chodzi o zwisające z gałęzi długie „kotki”, czyli kwiatostany męskie. Zawierają one sporo białka, dlatego pomagały w okresach głodu. Robiono z nich między innymi mąkę na chleb. Poza tym skrywają mnóstwo żółtego pyłku, który może mieć cenne właściwości – o ile oczywiście nie jesteśmy alergikami. Wtedy niestety kwitnienie leśniczyny bywa bardzo uciążliwe.

W czym może pomóc leśniczyny pyłek? Otóż zawiera fitosterole, triterpenty, alantoinę i flawonoidy mogące pomóc w leczeniu przestru gruczołu krokowego u mężczyzn, ale także stanów zapalnych gardła, stanów zapalnych układu moczowego czy zaburzeń okresu przekwitania. Poza tym „kotkami” leśniczyny możemy wspomóc naszą odporność. Obecnie mamy czas przeziębienia, zwiększonej ilości zachorowań na grypę i Covid-19. Takie naturalne lekarstwo może nam pomóc ustrzec się przed chorobą lub złagodzić jej skutki, działa bowiem przeciwbakteryjnie i uszczelniająco na naczynia krwionośne. Zawarte w nich flawonoidy ochronią natomiast przed szkodliwym działaniem wolnych rodników.

Z kolei zawartość pyłku kwiatów leśniczyny alantoiny powoduje, że napary możemy stosować również zewnętrznie, w problemach z gojeniem się skóry, np. na oparzenia, płytkie owrzodzenia i stany zapalne. Napar jest bardzo prosty do zrobienia. Ważne jednak, aby pobierać kwiatostany tak, żeby jak najmniej pyłku miało okazji się wysypać. Jedną lub dwie łyżki kwiatów zalewamy szklanką wrzącej wody i odstawiamy pod przykryciem na 20 minut. Po tym czasie odciedzamy. Napar będzie intensywnie żółty – to właśnie zasługa pyłku! Przy braku przeciwwskazań możemy pić dwie szklanki dziennie.

Czekając na wiosnę i nowalijki, warto spróbować tej cennej herbatki albo uszyć trochę kwiatostanów na zaś – być może przydadzą się w kolejnych miesiącach.



FOT. ANNA MOSSAKOWSKA

## Tropem Wilczym Pamięci Żołnierzy Wyklętych

5 marca w Polanie odbył się VI Bieg Tropem Wilczym. W skali ogólnopolskiej była to już XI edycja.

Bieg organizowany jest każdego roku w związku z Narodowym Dniem Pamięci Żołnierzy Wyklętych, ustanowionym na 1 marca. Głównym celem przedsięwzięcia jest oddanie hołdu żołnierzom ostatniego powstania antykomunistycznego w latach 1944-1963, morderczym skrytobójczo w katowniach UB w Polsce Ludowej.

W biegu rozebrany w Polanie wzięło udział 48 osób. Dla najmo-



W Polanie jak w ubiegłych edycjach uczestnicy nie zawiedli  
FOT. WITOLD SMOLEŃSKI

szych przygotowano trasę liczącą 300 metrów. Pierwsze miejsce zajęli wspólnie Franek Froń i Michał Ławnik, druga na metę dotarła Ewa Kania, a trzecia Hania Galica. Dzieci nieco starsze biegnęły na dystansie ok. 600 m. Wystartowało tylko dwoje zawodników. Wygrał Krzysztof Oskoryp przed Gabriłą Biegaj. Kolejny dystans to 1963 m. W konkurencji „Bieg Rodzinny” pierwsze miejsce wywalczyli Mateusz Froń z synem Frankiem, drugie Weronika Mikołajczak z dwójką dzieci, a trzecie Mieczysław Galica z córką Hanią. W konkurencji indywidualnej zwyciężył Jan Buszewycki przed Antoniną Kalubą i Piotrem Wiercińskim. Na dystansie 3,3 km triumfował Marek Hermanowicz, drugi był Marek Korzyk, a trzeci Marek Pleszka.

Bieg Tropem Wilczym rozegrano też tradycyjnie w Ustrzykach Dolnych. Tutaj na starcie stanęło około 130 zawodników – od najmłodszych poczynając, a na emerytach kończąc. Tegoroczny bieg miał też charakter charytatywny dla cierpiącego na nowotwór Łukasza Bubęły. Organizatorzy dziękują wszystkim za wsparcie finansowe w walce z chorobą, jaką toczy chłopiec. Szczegóły na: <https://www.siepomaga.pl/lu-kasz-bubela>  
MPR

## Na nartach przez połoniny

W dniach 3-5 marca odbył się IV Bieszczadzki Rajd Narciarski Pracowników Parków Narodowych. W wydarzeniu wzięli udział przedstawiciele Gorczańskiego, Tatrzańskiego, Babio-górskiego oraz Roztoczańskiego Parku Narodowego wraz z zaproszonymi gośćmi.

Trasa rajdu prowadziła z Wetliny przez Przełęcz Orłowicza, Smerk i Połoninę Wetlińską do schronu „Chatka Puchatka II”, kończąc swój przebieg na Przełęczy Wyżnej. Podczas rajdu uczestnicy mieli okazję podziwiać malownicze krajobrazy Bieszczadów i nacieszyć oczy widokami zimowej natury.

Wieczorem pierwszego dnia imprezy odbył się panel dyskusyjny, na którym analizowano współczesne wyzwania w turystyce na terenie parków narodowych. Wśród omawianych tematów znalazły się: ochrona środowiska, zrównoważony rozwój,

edukacja oraz promocja zdrowych i odpowiedzialnych postaw turystycznych.

Drugi dzień rajdu rozpoczął się w Wołosatem, skąd uczestnicy ruszyli na trasę narciarską przez Przełęcz Bukowską, Rozsypaniec, Halicz, Przełęcz Goprowską, Tarnicę i z powrotem do Wołosatego. Równoległe do tras narciarskich odbyły się przejścia piesze, w których udział wzięli zaproszeni goście oraz pracownicy parków.

Rajd Pracowników Parków Narodowych był udanym, integrującym wydarzeniem, tworzącym platformę wymiany doświadczeń w zakresie udostępniania turystycznego obszaru chronionych, a zarazem ukazującym piękno bieszczadzkiej przyrody.

Organizatorzy dziękują firmie FROM THE SKY za uczestnictwo w wydarzeniu oraz przygotowanie materiałów filmowych i zdjęciowych na potrzeby Bieszczadzkiego Parku Narodowego.  
MPR

# Leśnicy z Podkarpacia na Biegu Piastów

Jak zwykle z sukcesami wystartowali w tym roku podkarpaccy leśnicy w 47. Biegu Piastów, który odbył się w dniach 3-5 marca w Jakuszycach.

W ramach ogólnopolskich zmaganiń narciarzy biegowych rozegrany został XXVII Narciarski Bieg Leśników o Puchar Dyrektora Generalnego LP oraz XX Mistrzostwa Polski Pracowników LP w Narciarstwie Biegowym o Puchar Dyrektora RDLP we Wrocławiu.

W Biegu Leśników na dystansie 25 km w kategorii pań wygrała Dominika Dąbrowska-Duda z RDLP w Krośnie, która powtórzyła ubiegłoroczny sukces. Druga była Anna Kulik (Nadleśnictwo Świeradów), zaś trzecia Katarzyna Szczerbicka (Nadleśnictwo Lutowska). Identyczna kolejność w biegu kobiet była w klasyfikacji Mistrzostw Polski Pracowników LP.

Ze specjalnym pucharem Nadleśniczego Nadleśnictwa Szklarska Po-

rzeba ukończył też bieg Zbigniew Dyrda z Nadleśnictwa Lutowska.

Puchary i nagrody wręczali Tomasz Łozowski, dyrektor RDLP we Wrocławiu, Jerzy Majdan nadleśniczy Nadleśnictwa Szklarska Poręba i Zyta Bałazy, emerytowana szefowa tej jednostki.

W tym roku na trasach biegu rywalizowało prawie 100 leśników z Polski i Słowacji, w tym 7 z Podkarpacia.

EdM



Leśniczki na podium FOT. EDWARD MARZALEK

## Podwójny sukces tenisistów stołowych

18 lutego w hali sportowej MOSiR w Dukli rozegrano III Grand Prix Podkarpacia Żaków w tenisie stołowym w kategorii dziewcząt i chłopców. Doskonale spisali się sportowcy „Krzemienia” Ustrzyki Dolne.

Klub reprezentowali Kacper Kaszany i Julia Mąka. W kategorii dziewcząt w turnieju wzięło udział 19 zawodniczek. Julia Mąka zajęła 2 miejsce, pokonując w fazie grupowej trzy rywalki. W fazie pucharowej wygrała w

ćwierćfinale z zawodniczką UKS MOSiR Dukla Zofią Czarnik 3:0, w półfinale z zawodniczką LZS Kąkolówka Karoliną Kozdraś 3:1, natomiast w finale przegrała z reprezentantką UKS MOSiR Dukla Jagodą Gtód 3:0.

Wśród chłopców Kacper Kaszany również zajęł 2 miejsce, ale na 24 uczestników. Fazę grupową zakończył trzema zwycięstwami bez porażki. W fazie pucharowej wygrał w ćwierćfinale z zawodnikiem ATS Bingo Ropczyce Antonim Poško 3:0, a w pół-

finale z tenisistą KSTS Krosno Jakubem Musiałem 3:2. W pojedynku finałowym uległ reprezentantowi UKS MOSiR Dukla Jakubowi Kwaśnickiemu 3:1.

Bardzo mnie cieszy wysoki poziom gry, jaki prezentują nasi pingpongisi w rozgrywkach wojewódzkich. Tylko czekać, kiedy godnie zaprezentują swój klub i miasto w rozgrywkach ogólnopolskich – mówi Zbigniew Chmielowski, trener tenisistów stołowych w UKS „Krzemień” Ustrzyki Dolne.  
MPR

USTRZYKI DOLNE, UL. 29 LISTOPADA 26  
TEL. 13 461 29 39; 13 461 24 54



ZAPRASZAMY DO SKLEPU ADAM MAX ELEKTRO

FREZOWANIE  
ROZWIERCANIE  
KOMINÓW

Wkłady  
żaro - kwaso  
odporne  
sprzedaż - montaż

+48 604 500 288

www.rozwiercaniekominow.pl

AUTOMATYCZNE  
UKŁADY  
NAWĘGLANIA



PODAJNIKI NA:  
EKOGROSZEK, MIAŁ, PELLET, OWIES.  
OD 12KW DO 150 KW

+48 605 530 288



GAZETA BIESZCZADZKA

Adres redakcji:  
ul. 29 Listopada 31, 38-700 Ustrzyki Dolne  
Tel. 13 461 13 22  
www.bieszczadzka24.pl  
e-mail: redakcja@bieszczadzka24.pl

Redaktor naczelny:  
Krzysztof Potaczala  
e-mail: k.potaczala@bieszczadzka24.pl

Wydawca:  
Ustrzycki Dom Kultury,  
38-700 Ustrzyki Dolne,  
ul. 29 Listopada 31, Tel. 13 461 13 22

Druk: Polska Press Sp. z o.o., oddział Poligrafia,  
drukarnia w Sosnowcu

Redakcja zastrzega sobie prawo redagowania tekstów dziennikarskich, ich skracania, opisywania własnymi tytułami i źródłami, ilustrowania. Za treść ogłoszeń, reklam i listów redakcja nie odpowiada.

ustrzycki  
dom  
kultury

## CIEKAWOSTKI STARE I NOWE

## Ostatni przystanek w górach

Podążając obwodnicą bieszczadzką mijamy, mniej więcej w połowie drogi pomiędzy Cisną a Wetliną, niezwykle skromnie prezentującą się z okien pojazdów wioskę Przystup. Nie oznacza to oczywiście, że miejscowość faktycznie jest tak niewielkich rozmiarów.

Przejeżdżamy jedynie przez dolną jej część, a do tego prostopadłe do drogi wodzącej przez wieś, kończącej się aż u podnóża zalesionego masywu, którego kulminacją jest Jasło. Również przed wojną droga główna omijała zabudowę wsi rozciągniętą wzdłuż potoku o nazwie Pod Boweniem, który wypływa ze zboczy góry, gdzieś pomiędzy Jasłem a Małym Jasłem.

## NAJDALEJ NA POŁUDNIE

Obiektem, który dzisiaj rzuca się w oczy wszystkich przejeżdżających przez tę miejscowość, jest okazały murywany budynek kryty gustownym gontem, a kryjący w swoim wnętrzu „Oberżę Biesisko”. Teren wokół jest zadbane, co w połączeniu z ciekawą architekturą budowli i tajemniczą nazwą powoduje, że wielu turystów z ciekawości zatrzymuje się w tym miejscu.

Tutaj znajduje się też przystanek autobusowy, z którego od dziesięcioleci korzystają osadnicy i turyści. Mało kto jednak pamięta, że przystanek ten powstał już w 1957 roku, a Przystup był wtedy najdalej na południe położoną wioską, do której można było dojechać autobusem od strony Baligródu. Oczy-



Rok 1957. Autobus PKS na przystanku w Przystupiu. FOT. ARCHIWUM RDLP W KROŚNIE

wicie w tym czasie nie było jeszcze obwodnicy, trwały już jednak intensywne prace przy jej budowie.

Na zdjęciu z 1957 roku uwieczniono stojący na przystanku autobus. To Star 20, popularnie zwany „Stonką”. Kabina kierowcy oddzielona była od pasażerskiej, którą zaprojektowano do przewozu 25 osób. Drzwi kabiny kierowcy otwierały się do tyłu, okna natomiast można było uchylić do góry. Droga, na której pojazd się zatrzymał, była wtedy jedynie utwardzona; asfalt pojawił się na niej dopiero dwa lata później. Leżące w beładzie w sąsiedztwie przystanku betonowe kręgi wykorzystywane do budowy przepustów, świadczą o prowadzonych przez drogowców w tej okolicy robotach.

## SPOŁECZNY PRZEKRÓJ

Widoczny fragment drogi pokrywa się z przebiegiem tej przedwojennej. Jednak tuż za Przystupiem, podążając w stronę Krzywego, stara droga skręcała przed potoczkiem ostro w lewo, a jej dalszy przebieg nie pokrywał się już z obecną. Budowniczy z lat pięćdziesiątych, dysponujący sprzętem zmechanizowanym, a zwłaszcza znaczącą siłą roboczą, jaką było wojsko – sprostowali jej przebieg budując bardzo wysoki nasyp, który możemy podziwiać dzisiaj.

Na archiwalnej fotografii obecny jest cały przekrój ówczesnego społeczeństwa tego zakątka Bieszczadów. Panie w odświętnych strojach oraz

pan z podręcznym tobołkiem i kosikiem w ręku, to pierwsi powojenni osadnicy. Właśnie owo kosisko, a w zasadzie kompletna kosa (część metalowa owinięta papierem przymocowana jest do drzewca), dowodzi, że właśnie powrócili oni z zakupów w mieście.

Uwagę zwraca grupka górali podhalańskich. Pojawili się w tej części gór, a nawet o wiele jeszcze dalej na południe, wcześniej niż osadnicy rolni. W latach pięćdziesiątych istniała już sieć bacówek zbudowanych pod połoninami, do których pasterze ci powracali ze swoimi stadami każdego roku. Jeden z nich, pochodzący z Ratułowa Maciej Zubek, „zadomowił” się już w tym

czasie w sąsiednim Krywym, gdzie wybudował duże owczarnie.

Najlicniejsza jest jednak grupka turystów oczekujących na autobus z całym swoim „dobytkiem”. Stąd bowiem wyruszyli w góry w owym czasie i tutaj powracali z wędrowek po odległych połoninach. Do plecaków przywiązane są kraciaste koce, najbardziej uniwersalne wyposażenie ówczesnego turysty. Można się było na nim poopalać na kwiecistych łąkach lub nad rzeczką, a w nocy chroniły przed chłodem.

## PRZENOSINY W CZASIE

Warto na koniec wspomnieć o otoczeniu. Różni się ono mocno od obecnego. Nie istniała w owym czasie wspomniana na początku oberża, co więcej – nie istniał nawet jeszcze budynek będący jej poprzedniczką. Stojący do dzisiaj, choć znacznie już przebudowany obiekt powstał dopiero w latach 60. XX w. i mieścił sklepy: spożywczy i przemysłowy. W czasach późniejszych w części po zlikwidowanym sklepie przemysłowym powstał bar piwny. W latach 80. budynek znalazł się w rękach prywatnych. Na zdjęciu widzimy też hotele robotnicze dla drwali i wozaków. Żołnierze budujący drogę mieszkali w dużej bazie namiotowej zlokalizowanej w sąsiednim Krywym.

Jedynie stare zdjęcia pozwalają nam uzmysłowić sobie, jak bardzo zmieniły się Bieszczady w ciągu ostatnich kilkudziesięciu lat. Przenoszą nas w czasie, ukazując miejsca jakże inne od obecnych; pozwalają ujrzeć twarze ludzi, którzy pierwsi pojawili się w opustoszałych po akcjach wysiedleńskich górach.

ZBIGNIEW MAJ

## KONKURS BIESZCZADZKIEGO PARKU NARODOWEGO



FOT. GEZARY CWIŁOWSKI

Pokazany na zdjęciu ptak wielkością i pokrojem przypomina sówkę, ma jednak większą głowę z mocniejszym dziobem i krótszy ogon. Upierzenie brązowe, upstrzone białymi plamkami w kształcie kropek. Gniazdo, zwykle bardzo dobrze ukryte, buduje na drzewach iglastych. Składa jaja nawet już od końca marca. Żywi się głównie nasionami, zwłaszcza jodły i świerka, a także leszczyną, buką oraz owocami. W Bieszczadzkim Parku Narodowym mamy szansę spotkać tego ptaka np. w starszych, sztucznych drzewostanach świerkowych czy też w dolinie górnego Sanu. W Polsce występuje głównie w Karpatach, gdzie jest

nielicznym ptakiem lęgowym. Gatunek ten ma duże znaczenie dla funkcjonowania górskich ekosystemów leśnych. Objęty ścisłą ochroną gatunkową.

Jak nazywa się opisany przez nas ptak? Odpowiedzi prosimy przysłać wyłącznie mailowo na adres: konkurs@bieszczadzka24.pl do 23 marca 2023 roku.

Rozwiązanie zagadki z numeru 5 6B: Ciemiernik purpurowy. Nagrodę wylosowała Pani Teresa Grządziel. Gratulujemy!

## POŁ ZARTEM, POŁ SERIO



RYS. KRZYSZTOF KOWALEWICZ

**REKLAMA**  
w Gazecie Bieszczadzkiej  
Tel. 13 461 13 22, ul. 29 Listopada 31, Ustrzyki Dolne