

WYDARZENIA str. 3
Ziemia odstania skarby
sprzed wieków



ROZMOWA str. 6
Podjęłam kolejne
szalone wyzwanie



**CZYTELNIA
GŁÓWNA**
KONCERT str. 7
Trzech Króli
nad Strwiążem



ZDROWIE str. 10
Jak otyłość atakuje
serce?



3.50 zł (w tym 5% VAT) / NR 15 (776)

ISSN 1231-9333



Rok XXXIII/20.07.2023 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

Woda daje radość, przynosi ulgę, **ALE TEŻ ZABIJA**



W tym roku w Polsce (do 17 lipca) utonęło już 70 osób, głównie w jeziorach, rzekach i morzu. Śmiertelne zniwo to znowu skutek brawury, picia alkoholu i kąpieli w niedozwolonych miejscach. A wystarczy tylko trochę rozsądku i stosowania się do przepisów, by wrócić do pracy i szkoły z uśmiechem.

OTO NAJWAŻNIEJSZE ZASADY, DZIĘKI KTÓRYM OCALIMY ZDROWIE I ŻYCIE:

- Pływaj tylko w miejscach do tego wyznaczonych, gdzie pracują profesjonalne służby ratownicze
- Nie wchodź do wody po wypiciu alkoholu (nawet jednego piwa) bądź zażyciu środków odurzających – to pierwszy krok do utonięcia
- Jeśli jesteś silnie rozgrzany przez słońce, nie skacz od razu do zimnej wody – może się to skończyć szokiem termicznym
- Bezwzględnie unikaj skakania na główkę w miejscach, co do których nie ma pewności, jak wygląda dno – możesz złamać kręgosłup i zostać kaleką na resztę życia
- Nie przeceniaj swoich umiejętności, nie popisuj się, nie „wariuj”
- Nie kąp się w jeziorze, morzu bądź rzece podczas burzy i wichury MP

Powstaje film o Zdzisławie Pękalskim

Ogłoszono wyniki konkursu na wspieranie produkcji filmowej z Podkarpackiego Regionalnego Funduszu Filmowego 2023. Wśród czterech wybranych projektów znalazł się dokument „Nie ma mnie?“, opowiadający o życiu i twórczości Zdzisława Pękalskiego.

– W minionych dwóch latach powstawał scenariusz, ale przede wszystkim były to moje bardzo częste wizyty i rozmowy w domu rodziny Pękalskich – mówi Robert Żurkowski, reżyser filmu, znany m.in. z dokumentu o Ludwiku Pińczuku „Śniła mi się polonina”. – Był to czas na poznanie się, nabieranie zaufania, zagłębianie w historię i twórczość Zdzisława. W filmie będzie się przewijała jego twórczość, która jest mi dość bliska, ponieważ sam jestem rzeźbiarzem. Jednak równie ważne będzie pokazanie, jak wygląda życie tego artysty po ciężkiej chorobie, jakie jest poświęcenie jego żony i synowej, oraz że mimo ogromnych zmian spowodowanych udarem i wylewem można godnie żyć.

Mieszkający w Hoczwi wybitny malarz i rzeźbiarz jest „uwięziony” w swoim cieple – nie mówi i trudno mu wykonywać jakiegokolwiek ruchu. – Ale jest w pełni świadomy, jego umysł działa sprawnie i dlatego już na początku wy-



Zdzisław Pękalski w 2022 roku. FOT. ARCHIWUM 6B

marzyłem sobie, aby oprócz filmu zrobić dla tego człowieka jeszcze coś pożytecznego.

Chodzi o cyber-oko, za pomocą którego pan Zdzisław może się komunikować z otoczeniem,

MPR



USTRZYKI DOLNE



Zdjęcie
wyslij na adres e-mail:

foto@ustrzyki-dolne.pl

Więcej informacji oraz regulamin konkursu: www.ustrzyki-dolne.pl

Wygraj atrakcyjne
nagrody!



Bieszczadzki Park Narodowy zaprasza do udziału w prelekcjach z cyklu „Wakacyjne spotkania z przyrodą” - każdy piątek wakacji o godz. 17.00, Muzeum Przyrodnicze Bieszczadzkiego PN w Ustrzykach Dolnych, ul. Betska 7. 28 lipca – „Skrzydłaci mieszkańcy Bieszczadów” – mgr inż. Cezary Cwikowski (Bieszczadzki Park Narodowy) 4 sierpnia – Gawęda o pieśniach rusińskich. „Nic pieśni, nić życia” – Agnieszka Bernacka – badaczka i wykonawczyni pieśni z pogranicza polsko-rusińskiego. Podczas spotkań będą losowane upominki (wydawnictwa i gadzety BdPN). Kontakt z organizatorem: tel. 013 461 10 91; e-mail: edukacja@bdpn.pl; www.bdpn.pl. **Wstęp wolny.**



SPÓD ŁOPIENNIKA

MATEUSZ ŚWIERCZYŃSKI

10 lat w Bieszczadach

16 lipca 2013 roku po raz pierwszy przekroczyłem próg Nadleśnictwa Cisna. Postanowiłem z żoną rzucić wszystko i przenieść się w Bieszczady. Udało mi się wygrać konkurs, dostałem pracę. Dziesięć lat minęło bardzo szybko. Wtedy byłem jednym z najmłodszych pracowników nadleśnictwa, teraz zasiadam w komisji rekrutacyjnej i przyjmuję do pracy ludzi, którzy mogliby być moimi dziećmi. No i siwych włosów mam trochę więcej.

Podjęmując decyzję o zostawieniu swojego ukochanego regionu świętokrzyskiego, miałem mnóstwo obaw. Czy na „koncu świata” dam sobie radę, czy wpasuję się w środowisko, jak będzie wyglądało życie moje i moje

rodziny? No cóż, muszę się Państwu przyznać, że moje obawy były niezasadne. To właśnie w Cisnej znalazłem swój kawałek świata, tu czuję się najlepiej. W małej społeczności zna się wszystkich i wszyscy znają ciebie. Jednym to się podoba, innym nie. Jestem bardzo szczęśliwy, że moje dziecko do szkoły jest edukowane i karmione przez znane mi osoby, a gdy wraca do domu, to praktycznie każdy jego krok jest obserwowany przez znajomych i wiem, że mu nic nie grozi. Odnalazłem się też w swojej firmie. Nadleśnictwo Cisna to jednostka, która jeszcze trochę się różni od większości nadleśnictw, i to w tym dobrym znaczeniu. Tu, na peryferiach, po prostu musimy się wspierać i mieć do siebie zaufanie. To naprawdę duża radość móc się przyjaźnić i współpracować z takimi ludźmi. Nawet szefowie są tutaj bardziej ludzcy.

Co do samej Cisnej: muszę podsumować te dziesięć lat zdecydowanie na plus. Każdego roku jakaś inwestycja podnosiła standard życia mieszkańców. Pojawiła się sala gimnastyczna przy szkole, nadleśnictwo utworzyło trasę singletrack dla rowerzystów, niebezpiecznie skrzyżowanie zamieniło się w rondo, a w miejscu straszących turystów ruin dawnego hotelu jest dzisiaj jakże potrzebny parking. To oczywiście proces ciągły, bo przecież nawet teraz trwają prace nad uatrakcyjnieniem centrum miejscowości. Odnawiono już pomnik na wzgórzu Bellejorka, poniżej stoi kawiarnia, są parkingi i alejki oraz plac zabaw. Budują się sklepy, amfiteatr. Za chwilę Cisna zyska nowe centrum.

Zaraz po zatrudnieniu w nadleśnictwie postanowiłem nawiązać współpracę z lokalnym czasopisem. Chciałem pokazywać ludziom, jak na świat patrzą leśnicy.

Tak narodziła się rubryka „Zdaniem leśnika” w Gazecie Bieszczadzkiej, która potem przerodziła się w obecny stały felieton z Cisnej. Od dziesięciu lat (z małą przerwą) opiszę, komentuję i zastanawiam się nad bieszczadzką rzeczywistością. Czasami trochę politykuję, czasami narzekam, a niekiedy, gdy coś mnie bardzo zdenerwuje, krytykuję. Zawsze jednak staram się mieć do życia dystans. Czy mi to wychodzi, ocenie Państwo sami.

No cóż, na koniec krótkiego podsumowania mojego jubileuszu w Bieszczadach nie pozostaje mi nic innego jak życzyć sobie, aby następne dziesięć lat było co najmniej takie jak poprzednie, zarówno dla mnie osobiste, jak i dla Cisnej. Obyśmy razem zmieniali na plus naszą rzeczywistość. Przecież Bieszczady to nie tylko poloniny. To też ludzie, którzy kształtują klimat tych gór. Mam niesamowite szczęście być jednym z nich.

WYBRANE Z ARCHIWUM

Szesnaście nowych gmin

21 lipca 1934 r. wyszło rozporządzenie „o podziale powiatu leskiego w województwie lwowskim na gminy wiejskie”. Podpisał je ówczesny minister spraw wewnętrznych Marian Zyndram-Kościałkowski, który objął resort po zabójstwie ministra Bolesława Pierackiego 15 czerwca 1934 r.

Rozporządzenie ukazało się na podstawie ustawy o częściowej zmianie ustroju samorządu terytorialnego z 23 marca 1933 r., zwanej ustawą scaleniową. Projekt był już gotowy pod koniec 1931 r. i zakładał m.in. zharmonizowanie działalności władz państwowych i samorządowych oraz ujednoczenie kształtu samorządu w całym państwie (m.in. kwestia wprowadzenia samorządu terytorialnego w województwach południowo-wschodnich; dominującym typem stała się gmina zbiorowa, złożona z szeregu gromad).

Oto pełna lista 16 utworzonych gmin wiejskich według rozporządzenia, przedstawiona w oryginalnej pisowni (dość ciekawej przy niektórych miejscowościach): gmina Ropienka z siedzibą w Ropience (w skład tej gminy wchodziły następujące dotychczasowe gminy wiejskie: Brelików, Leszczowate, Paszowa, Romanowa Wola, Ropienka, Serednica, Stańkowa, Wańkowa, Zawadka), gmina Ustrzyki Dolne z siedzibą w mieście Ustrzykach Dolnych (Bandrów Kolonia, Bandrów Narodowy, Berehy Dolne, Dźwiniacz Dolny, Hoszowczyk, Hoszów, Jałowe, Jasięń, Łodyna, Moczary, Równia, Strwiążyk), gmina Czarna z siedzibą w Czarnej (Czarna, Paniszczów, Rabe ad Ustrzyki Dolne, Sokołowa Wola, Zadwórze, Żotobek), gmina Lutowska z siedzibą w Lutowskach (Krywka, Lutowska, Skorodne, Smolnik ad Lutowska, Żurawin),

gmina Stuposiany z siedzibą w Stuposianach (Berehy Górne, Caryńskie, Dwernik, Nasiczne, Procinse, Stuposiany, Ustrzyki Górne, Wołosate), gmina Polana z siedzibą w Polanie (Chrewt, Polana, Rosochate, Rosolin, Serednie Małe, Wydrne), gmina Łobozew z siedzibą w Łobozwi (Bóbrka, Daszówka, Łobozew, Sokole, Teleśnica Oszwarowa, Teleśnica Sanna, Ustjanowa, Zabrodzie), gmina Wołkowyja z siedzibą w Wołkowyji (Bereźnica Wyżna, Bukowiec, Górzanka, Horodek, Myczków, Polanki, Polańczyk, Radziejowa, Rajskie, Rybne, Solina, Terka, Tyskowa, Wola Górzkańska, Wola Matjaszowa, Wołkowyja, Zawów), gmina Zatwarnica z siedzibą w Zatwarnicy (Chmiel, Hulskie, Krywe ad Tworylne, Ruskie, Studenne, Tworylne, Zatwarnica), gmina Cisna z siedzibą w Cisnej (Buk, Cisna, Dołczyce, Habkowce, Jaworzec, Kalnica ad Cisna, Krywe ad Cisna, Liszna, Łopienka, Łuh, Przystup, Smerek, Wetlina, Zawów, Żubracje), gmina Wola Michowa z siedzibą w Woli Michowej (Balnica, Łupków, Maniów, Smolnik ad Baligród, Solin-

ka, Szczerbanówka, Wola Michowa, Zubeńsko), gmina Baligród z siedzibą w Baligrórze (Baligród, Bystre, Cisowiec, Jabłonki, Kielczawa, Kołonicze, Łubne, Mchawa, Rabe ad Baligród, Rostoki Dolne, Stężnica), gmina Łukowe z siedzibą w Łukowie (Choczeń, Czaszyn, Kalnica ad Lesko, Kamionki, Łukowe, Olchowa, Poraz, Serednie Wielkie, Sukowate, Tarnawa Dolna, Tarnawa Górna), gmina Hoczew z siedzibą w Hoczwi (Bachłowa, Bereska, Dziurdziów, Hoczew, Nowosiółki, Średnia Wieś, Weremień, Zahoczewie, Żerdenka, Żernica Niżna, Żernica Wyżna), gmina Lesko z siedzibą w mieście Lesku (Bezmichowa Dolna, Bezmichowa Górna, Glinne, Huzele, Jankowce, Łukawica, Manasterzec, Posada Leska, Postołów, Wola Postołowa) i gmina Olszanica z siedzibą w Olszanicy (Bereźnica Niżna, Myczkowiec, Olszanica, Orelc, Rudenka, Stefkowa, Uherce Mineralne, Zwierzyn).

Rozporządzenie weszło w życie 1 sierpnia 1934 r.

Przeszłość regionu kryje jeszcze wiele tajemnic

Ziemia odsłania skarby sprzed wieków

Niedaleko Baligrodu odkopano niedawno zabytkowy toporek. W tej samej okolicy nieco wcześniej natrafiono na średniowieczny grot włóczni lub oszczepu.

Bieszczadzkie lasy kryją wiele niespodzianek. Co jakiś czas znajdowane są tam zabytkowe przedmioty świadczące o burzliwej historii tej ziemi. Niedawno na terenie Nadleśnictwa Baligród eksploratorzy poszukujący śladów z I wojny światowej odkryli średniowieczny toporek bojowy. Co ciekawe, w tej samej okolicy w 2016 roku znaleziony został średniowieczny grot włóczni lub oszczepu - informuje Edward Marszałek, rzecznik prasowy RDLP w Krośnie.

NARZĘDZIE BOJOWE Z PÓŹNEGO ŚREDNIOWIECZA

Toporek „odkopał” Piotr Kubita ze Stowarzyszenia Eksploracyjno-Historycznego „Galicja”. Mężczyzna prowadził poszukiwania na podstawie pozwolenia wydane przez nadleśnictwo.

W omawianym rejonie zwykle znajdowane są militaria pochodzą-



Toporek z okolic Rabego FOT. ARTUR HEJNAR/STOWARZYSZENIE „GALICJA”

ce z czasów I wojny światowej. - Ten przedmiot wydał nam się nieco starszy, dlatego fakt jego znalezienia zgłosiliśmy do Wojewódzkiego Urzędu Ochrony Zabytków i do Nadleśnictwa Baligród - mówi Artur Hejnar, kierownik poszukiwań ze Stowarzyszenia „Galicja”.

Wizję terenową przeprowadzono 28 czerwca. Uczestniczyła w niej Anna Okoniewska, archeolożka z delegatury Wojewódzkiego Urzędu Ochrony Zabytków w Krośnie, znalazca toporka oraz członkowie Stowarzysze-

nia „Galicja”. Po analizie przedmiotu okazało się, że jest on datowany na okres późnego średniowiecza. - Został sporządzony protokół, a sam toporek przekazany w ręce właściwego organu. Znaleźisko nie jest może zachwycające, ale świadczy o tym, że w głębi bieszczadzkiego lasu kilka wieków przed nami działa się wielka historia - podkreśla Artur Hejnar.

TYSIĄCLETNI MIECZ

W 2016 roku w tym samym leśnictwie (okolice Rabego) Miłosz Bielec



Ostrze włóczni PIOTR KOTOWICZ/MUZEUUM HISTORYCZNE W SANOKU

ze Stowarzyszenia „Galicja” natrafił na 18-centymetrowy średniowieczny grot włóczni lub oszczepu. Artefakt przekazano do Muzeum Historycznego w Sanoku.

To nie pierwsze tego typu znaleziska w podkarpackich lasach. W 2017 roku na obszarze Nadleśnictwa Baligród wykopano liczący 1200 lat wczesnośredniowieczny żelazny miecz. Z kolei w 2019 roku, na Białej Górze w lesie Nadleśnictwa Brzozów, odkryto bezcenny z punktu widzenia historii skarb, pochodzą-

cy z epoki brązu, sprzed 3000 lat. - Były to ozdoby, drobne paciorki wykonane z blachy miedzianej oraz okrągła miedziana płytka z widocznym ornamentem puncowanym w formie kropek - opowiada rzecznik RDLP.

W tym samym roku w lasach brzozowskich odkryto siekierkę z okresu wczesnego brązu. Wykonano ją z krzemienia wołyńskiego, a więc skały niewystępującej w tej okolicy.

MP, KP

Miliony na renowację zabytków sakralnych

180 mln zł dotacji rządowej z Polskiego Ładu dostały podkarpackie gminy i powiaty na remonty zabytków.

POWIAT BIESZCZADZKI

Planowane prace dotyczą kościoła Matki Bożej Bieszczadzkiej w Jasieniu i kościoła parafialnego pw. NMP Królowej Polski w Ustrzykach Dolnych. Zostanie wyremontowany dach w kościele pw. Matki Bożej Różańcowej w Brzegach Dolnych i posadzka kościoła Narodzenia NMP w Krościenku. Remonty obejmą też kościół pw. Świętej Barbary w Ropience, gdzie konieczne jest odwodnienie, oraz zabytkową kaplicę grobową Wierzbickich, w której trzeba wykonać posadzkę. Ne te inwestycje powiat dostał 1 293 600 zł.

Gmina Czarna otrzymała 1 245 580 zł na prace przy dzwonicach w Polanie - w dawnym zespole cerkiewnym pw. św. Mikołaja i tej znajdującej się przy dawnym kościele rzymskokatolickim. Wyremontowany zostanie

zabytkowy ikonostas w kościele pw. Świętej Rodziny w Rabem, konserwacje obejmą też m.in. cerkiew pw. św. Michała Archanioła w Bystrem oraz kościół pw. Podwyższenia Świętego Krzyża w Czarnej Górze.

Samorząd Lutowisk szykuje się do zabezpieczenia ruin cerkwi w Krywem i remontu kościoła pw. Świętego Stanisława Biskupa w Lutowiskach. Wymieniona zostanie też podłoga w kościele w Dwerniku oraz orestaurowany krzyż przydrożny w Caryńskim. Prace będą też prowadzone przy grobowcu oraz nieistniejącym już dworze Stroińskich, dawnych właścicieli Sianek. Gmina Lutowiska uzyskała na wymienione konserwacje 757 040 zł.

POWIAT LESKI

Powiat leski dostał 1 116 633 zł na budowę Karpackiego Ogrodu Sensorycznego wraz z architekturą towarzyszącą na terenie Parku Dworskiego, na remont kamienicy przy ul. W. Pola 1 w Lesku, remont ambony

w kościele pw. św. Anny w Hoczwi oraz na remont chóru w kościele pw. Narodzenia Najświętszej Maryi Panny w Średniej Wsi.

Samorząd Baligrodu za 809 593,44 zł wykona renowację kaplicy pw. Świętych Apostołów Piotra i Pawła w Nowosiółkach i prace w kościele Niepokalanego Poczęcia NMP w Baligrodzie.

Cisna otrzymała 479 000 zł na zahamowanie destrukcji i zabezpieczenie zabytkowej cerkwi pw. św. Paraskewii w Łopience.

Gmina Lesko za 479 000 zł wyremontuje ściany kościoła parafialnego pw. św. Anny w Hoczwi, przeznaczy też część kwoty na konserwację kościoła pw. Narodzenia NMP w Średniej Wsi.

Gmina Olszanica za 686 000 zł orestaurować ołtarze boczne w kościele pw. św. Stanisława Biskupa w Uhercach Mineralnych, przeprowadzi też prace w kościołach w Stefkowej i w Zwierzyniu.

Gmina Solina zajmie się remontem zabytkowych dzwonic na swoim terenie oraz polichromią w Bereźnicy Wyżnej. Dodatkowo konserwacje będą prowadzone w zespole cerkiewnym w Górzance. Kwota dotacji to 1 050 823,62 zł.

POWIAT SANOCKI

Pieniądze z Polskiego Ładu trafią też do gminy Sanok. Na przykład 1 105 147,90 zł zostanie przekazane na remont parafii rzymskokatolickiej pw. Wniebowzięcia NMP w Zagórzcu, remont więźby dachowej zabytkowego murowanego kościoła pw. Matki Bożej Gromnicznej w Porążu oraz prace remontowo-konserwatorskie w kościele rzymskokatolickim w Czaszynie.

Paba, MP



Zabytkowa cerkiew greckokatolicka w Łopience FOT. KRZYSZTOF POTACZALA

Pani Danucie Maj
radnej Rady Gminy Czarna
wyrazi szczerego współczucia z powodu śmierci

Mamy

składają
Wójt, pracownicy Urzędu Gminy
oraz Przewodniczący Rady Gminy Czarna wraz z Radnymi

Powiatowa i Miejska Biblioteka Publiczna w Ustrzykach Dolnych

ZAPRASZAMY DZIECI W WIEKU 5-12 LAT NA

WAKACJE W BIBLIOTECE

Raz plastycznie, raz magicznie, spędźmy czas ten fantastycznie!

Czy pogoda jest, czy grzmi, nam się nudzić ani śni!

GDZIE?
W CZYTELNI DLA DZIECI

KIEDY?
WTORKI I CZWARTKI
18, 20, 25, 27 LIPCA
1, 3, 8, 10 SIERPNIA
W GODZINACH 11:00 - 12:30

ZAJĘCIA SĄ BEZPŁATNE!

pimbpustryki@idolne



Wyjdiesz na wieżę i się zachwycisz

Na szczycie Holicy w paśmie Żukowa stanęła blisko 35-metrowa wieża widokowa. Można z niej oglądać bieszczadzkie panoramy i Zalew Soliński. Otwarcie atrakcji pod koniec lipca.

- Z otaczających nas pasm górskich rozciągają się wspaniałe plenery na Bieszczady, Góry Sanocko-Turczańskie i Jezioro Solińskie, więc głupotą byłoby nie wykorzystać naturalnych warunków, które stworzyła nam okolica. Jestem przekonany, że wieża stanie się dodatkową atrakcją i przyczyni się do wzrostu dochodów przedsiębiorców z naszej gminy - mówi Bartosz Romowicz, burmistrz Ustrzyk Dolnych.

PROMOCJA PRZEZ ŚLUBY

Na początku gmina planowała zbudować wieżę na szczycie Kamiennej Laworty, pomysł dyskutowano nawet na sesjach Rady Miejskiej. - To bardzo dobre miejsce na wieżę, bo na Lawortę można wejść spacerkiem, chociażby z Parku „Pod Dębami”. Jednak okazało się, że taką inwestycją jest zainteresowany właściciel znajdującego się tam wyciągu, który już opracowuje dokumentację na jej budowę. Wobec czego zdecydowaliśmy, że zainwestujemy w wieżę na szczycie Holicy - wyjaśnia ustrzycki wódrarz.

Burmistrz jest zadowolony z wyboru miejsca, bo Holicę często i chętnie odwiedzają turyści. Promocję zrobili jej m.in. plenerowe ceremonie ślubne.

- Ze szczytu tej góry są doskonałe widoki i jest tam lepszy dojazd. Dodatkowo w okolicy znajduje się utworzony przez Nadleśnictwo Ustrzyki Dolne taras widokowy na Żukowie. Można się tam dostać ścieżką dydaktyczną nadleśnictwa, a Bieszczadzkie Centrum Turystyki i Promocji utworzyło szlak, który prowadzi na wieżę wprost z miejskiego rynku - wylicza Bartosz Romowicz.

Gmina szuka też możliwości uruchomienia niskoemisyjnego transportu w okolicę wieży, z którego mogłyby korzystać np. osoby starsze lub rodzice z małymi dziećmi.

NIE BEZ PRZESZKÓD

Przetarg na budowę wieży ogłoszono w 2022 roku, niestety do pierwszego nie zgłosił się żaden wykonawca. - Zaczęliśmy ją budować w trudnym okresie dla gospodarki Polski. Koronawirus zdestabilizował rynek budowlany i zwiększył koszty u wykonawców. Musieliśmy zwiększyć kwotę na tę inwestycję i dopiero wtedy udało nam się wyłonić wykonawcę - wyjaśnia burmistrz.

Wieżę na Holicy zbudowała firma PPHU STALBUD Mariusz Całka, który złożył najkorzystniejszą ofertę, opiewającą na 2,43 mln zł. Pieniądze na jej budowę pochodzą z Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych oraz z budżetu samorządu Ustrzyk Dolnych. Oficjalne otwarcie wieży ma nastąpić podczas Karpackiego Jarmarku Turystycznego, zorganizowanego w tym roku w dniach 22-23 lipca.

NIE DALEKO OD MIASTA

Wieża widokowa znajduje się około 10 km od centrum Ustrzyk. Ma 34,79 metrów wysokości, dwie platformy widokowe umieszczone na wysokości 17 oraz 30 metrów nad poziomem przyległego terenu. Na wieżę będzie mogło przebywać równocześnie 35 osób. Na szczyt wejdziemy drewnianymi schodami o szerokości 1 metra, które mają umożliwić równoczesny ruch w kierunkach „górną-dół”. Na podestach staną tablice edukacyjne, dzięki którym turyści będą mogli się dowiedzieć więcej o okolicznej faunie i florze.

Konstrukcja wieży została zrobiona w większości z drewna. Założeniem architektów było, aby wkomponowała się w naturalny krajobraz; nawet stalowe elementy wieży pomalowano w odcieniu zbliżonym do drewna. Najwyżej położony podest przykryto czterospadowym dachem, na którym mają być zamontowane panele fotowoltaiczne.

Holica (761 m n.p.m.) leży we Wschodniobeskidzkim Obszarze Chronionego Krajobrazu w Teleśnicy Oszwarowej, w paśmie górskim Żuków w Górach Sanocko-Turczańskich.

paba



Wieża na szczycie Holicy FOT. KRZYSZTOF POTACZALA

Nauka dziś, efekty jutro

Pracownikom ustrzyckiego żłobka nie brakuje pomysłów. Kiedy ograniczony budżet nie pozwala na ich realizację, szukają wsparcia w innych miejscach. Właśnie otrzymali dofinansowanie w wysokości 10 tys. zł.

W ramach inicjatywy pn. „Nauka dziś, efekty jutro - ścieżka zmysłów Malucha” obok Żłobka Miejskiego w Ustrzykach Dolnych powstanie:

- ścieżka sensoryczna „ścieżka zmysłów”, czyli zwir, kamienie, szyszki, mech, patyki, kora - doskonałe urozmaicenie zabaw! Chodzenie po takiej ścieżce rozwija motorykę dużą, kształtuje zmysł równowagi i koordynację ruchową;
- ławko-zielniki, na których będzie można odpocząć i odechnąć, a obok donice oraz rabatki pełne ziół, kwiatów i roślin nektarodajnych, czyli pachnący zakątek!

Warto podziękować wszystkim zaangażowanym w pomoc - Ustrzyckiemu Stowarzyszeniu Kultury, Fundacji Bieszczady Pszczółom, Studiu 3A Aleksandra Adamczyk (za wykonanie projektu i wizualizacji), pracownikom Urzędu Miejskiego w Ustrzykach Dolnych z Wydziału Pozyskiwania Środków Zewnętrznych i Obsługi Inwestora oraz Żłobkowi Miejskiemu w Ustrzykach Dolnych. Bez ta inicjatywa nie miałaby szans powodzenia!

Wniosek złożyła grupa nieformalna w ramach konkursu na Karpackie Inicjatywy Lokalne - Edycja 2023. Dofinansowanie pochodzi z Narodowego Instytutu Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego w ramach Rządowego Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich NOWEFIO na lata 2021-2030 za pośrednictwem Stowarzyszenia „Pro Carpathia”. Prace nad projektem potrwać do końca sierpnia. MPR



FOT. STUDIO 3A

Apel gmin w sprawie drapieźników

W związku z obserwowaną aktywnością chronionych drapieźników w pobliżu zabudowań na terenie Podkarpacia, wprowadzono rejestr zdarzeń konfliktowych z udziałem wilków, rysi i niedźwiedzi. Rejestr zdarzeń będzie stanowił źródło informacji o skali takich sytuacji, ich charakterze, a także pozwoli wnioskować o ich podłożu. Tym samym będzie stanowił podstawę do podjęcia adekwatnych działań. Rejestr służy głównie do dokumentowania incydentów, które wykraczają poza kompetencje Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska, czyli takich, za które nie przysługuje odszkodowanie (np. niepokojąca obecność zwierząt przy zabudowie lub w pobliżu ludzi). Warto zaznaczyć, że aby móc podejmować skuteczne działania, kluczowe jest

wczesne wykrywanie sytuacji konfliktowych, dlatego zaleca się zgłaszanie wszystkich obserwacji drapieźników przy zabudowie, zanim problem eskaluje.

W przypadku zaobserwowania wilka, rysia lub niedźwiedzia w pobliżu zabudowy lub w innych niepokojących okolicznościach (np. niepokojące osobniki) należy każdorazowo zgłosić ten fakt do urzędu miasta lub urzędu gminy. Prosimy, by dokumentować (np. zdjęcie wykonane telefonem) i zgłaszać wszystkie obserwacje w celu zarejestrowania rzeczywistej skali zjawiska.

Problem dotyczy w zasadzie wszystkich bieszczadzskich gmin, ale w ostatnim czasie najczęściej zdarzeń z drapieźnikami odnotowywanych jest w gminach: Solina, Czarna,



Niedźwiedzie coraz częściej zbliżają się do ludzkich siedzib FOT. PIXABAY

Cisna, Ustrzyki Dolne i Lutówka. Szczegółowe dane teleadresowe dostępne są na stronach internetowych samorządów.

MPR

Stypendia dla uczniów

Świadczenia dla uczących się dzieci i młodzieży stanowią formę pomocy materialnej dla rodzin w trudnej sytuacji finansowej i życiowej.

Ich udzielanie ma na celu wyrównywanie szans edukacyjnych uczniów, słuchaczy i wychowanków, poprawę dostępności kształcenia dla dzieci i młodzieży z uboższych środowisk. Pomoc materialna o charakterze socjalnym to:

STYPENDIUM SZKOLNE

Może je otrzymać uczeń znajdujący się w trudnej sytuacji materialnej, wynikającej z niskich dochodów na osobę w rodzinie, w szczególności gdy w rodzinie tej wy-

stępuje: bezrobocie, niepełnosprawność, ciężka lub długotrwała choroba, wielodzietność, brak umiejętności wypełniania funkcji opiekuńczo-wychowawczych, alkoholizm lub narkomania, a także gdy rodzina jest niepełna lub wystąpiło zdarzenie losowe. Aby otrzymać stypendium dochód na 1 osobę w rodzinie nie może być wyższy niż 600 zł.

Stypendium wynosi od 99,20 zł do 248,00 zł miesięcznie, przyznawane jest na wniosek rodziców, pełnoletniego ucznia, dyrektora szkoły, kolegium pracowników służb społecznych lub ośrodka rewalidacyjno-wychowawczego. Ponadto warunkiem przyznania stypendium jest zamieszkanie na terenie gminy Ustrzyki Dolne.

Wnioski na stypendium szkolne będą przyjmowane od 1 września 2023 r. do 15 września 2023 r.

ZASIŁEK SZKOLNY

Jest przyznawany uczniowi znajdującemu się przejściowo w trudnej sytuacji materialnej z powodu zdarzenia losowego spowodowanego: działaniem sił przyrody (pożar, powódź, itd.) lub ludzi (kradzież, włamanie).

Wysokość zasiłku szkolnego to jednorazowe wsparcie w wysokości do 620 zł. Można się o niego ubiegać w terminie nie dłuższym niż dwa miesiące od wystąpienia zdarzenia uzasadniającego przyznanie zasiłku.

Komu przysługuje pomoc, jakie dokumenty należy złożyć oraz pozostałe szczegółowe informacje znajdują się na stronie internetowej <https://ustrzyki-dolne.pl/aktualnosc-7258-pomoc...>

Można się kontaktować także z Miejsko-Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Ustrzykach Dolnych, tel. 13 461 18 68.

MPR

Dziewczyny na medal



FOT. FB/BIESZCZADZKA AKADEMIA CHEERLEADERS

W ustrzyckiej Szkole Mistrzostwa Sportowego rusza pierwsza w Polsce klasa cheerleadingu sportowego. Dzieci będą szkolone na najwyższym poziomie.

Ustrzyki Dolne pierwsze kroki w stronę cheerleadingu zaczęły stawić jeszcze w 2012 roku. Na początku ogłoszono casting, na który zgłosiło się tylko kilkoro dzieci. - Wybraliśmy najlepsze osoby i założyliśmy mały zespół, który nie miał jeszcze wtedy nazwy – pamięta Katarzyna Ożóg, założycielka i trenerka grupy.

Obecnie w Bieszczadzkiej Akademii Cheerleaders kształcą się 150 dzieci, które ćwiczą pod okiem trzech trenerów i dwóch asystentów. To sport wymagający. Choć kojarzy się powszechnie z kolorowymi pomponami oraz zagrzewaniem do rywalizacji drużyn sportowych, jest przede wszystkim dyscypliną. Łączy w sobie gimnastykę, akrobatykę i taniec. - Także precyzją ruchu, energią i pozytywnym nastawieniem do publiczności - uzupełnia pani Katarzyna.

Międzynarodowy Komitet Olimpijski uznał cheerleading za sport olimpijski; debiut planowany jest na olimpiadzie w 2024 roku. - Bardzo się cieszę, że stworzono możliwości, by mógł być obecny w szkołach, a my jako pierwsi w Polsce ruszamy z naborem. Jestem bardzo szczęśliwa, że te wszystkie działania doprowadziły do tego, że będziemy szkolić dzieci na najwyższym, mistrzowskim poziomie – podkreśla ustrzycka trenerka.

Cheerleaderki znad Strwiąża mają już sporo sukcesów. Tylko w tym roku dziewczyny z najstarszej grupy zostały wicemistrzami Polski, zdobyły I miejsce na International Cheerleading Championship w Krakowie, a ostatnio I miejsce w Grand Prix Polski Cheerleaders PSCh 2023 o Puchar Burmistrza Tyczyna. Kroku dostrzymują im dziewczęta z młodszych grup, które również utrzymują się w czołówce najlepszych zespołów.

Szkola Mistrzostwa Sportowego w Ustrzykach Dolnych prowadzi nabór do klas sportowych w kilku dyscyplinach: narciarstwo alpejskie, narciarstwo biegowe, piłka nożna i pływanie. W tym roku szkolnym dodano cheerleading. Nabór będzie prowadzony do klasy IV oraz uzupełniająco do klas V, VI, VII i VIII.

Paba

Poszczególne ekipy działały pod presją czasu, musiały się wykazać umiejętnością pracy w zespole oraz współpracą ze służbami mundurowymi

Młodzież zna się na pierwszej pomocy

Udar, zawał serca, postrzał, drgawki, ugryzienie przez wiewiórkę czy pomoc kobiecie w ciąży - uczniowie z Ustrzyk Dolnych znajdują się na udzielaniu pierwszej pomocy. Udowodnili to podczas XXIX Ogólnopolskich Mistrzostw Pierwszej Pomocy Polskiego Czerwonego Krzyża w Łodzi.

7 lipca w siedzibie Oddziału Rejonowego PCK w Ustrzykach Dolnych odbyło się spotkanie podsumowujące udział młodzieży w zakończonych mistrzostwach. Rozgrywano je w trzech etapach: rejonowym, okręgowym i centralnym. - W tym roku Podkarpacki Oddział Okręgowy PCK reprezentowany był przez młodzież z Bieszczadzkiego Zespołu Szkół Zawodowych w Ustrzykach Dolnych. To duży sukces, grupa ćwiczyła i szkoliła się przez cały rok, a do finału udało nam się awansować po 16 latach nieustannej rywalizacji - opowiada Anna Sydoryk, kierowniczka ustrzyckiego oddziału PCK.

NIEŚLI POMOC W 16 STACJACH

Na etapie rejonowym ekipa z BZSZ zmierzyła się z dwiema innymi drużynami, w okręgowym rywalizowała z siedmioma, a w ostatnim - ogólnopolskim etapie - już z 15 najlepszymi teamami z każdego województwa.

W etapie rejonowym wzięli udział: Patryk Szczepiek, Katarzyna Gudalewicz, Gabriela Jagielska, Oliwia Bogucka, Agnieszka Warga. Natomiast w etapie ogólnopolskim Podkarpackie reprezentowali: Patryk Szczepiek, Zuzanna Podkówa, Oliwia Bogucka, Gabriela Jagielska i Brajan Tyzo.

Etap centralny w tym roku odbywał się od 2 do 4 czerwca w Łodzi. Konkurs organizowany jest w przestrzeni miejskiej - po to, aby jak najwięcej osób mogło



FOT. ANNA GLADYSZ-KOZAK

być świadkami rywalizacji. W tym roku odbył się łódzki Parku na Zdrowiu. Zawodnicy udzielali pierwszej pomocy w specjalnie zaaranżowanych na potrzeby imprezy 16 stacjach, w tym: 11 stacjach ratowniczych, stacji test i 4 stacjach rekreacyjnych.

POSTRZAŁ, DRGAWKI, URAZY...

Anna Sydoryk zwraca uwagę, że zawodnicy musieli wykazać się sporymi umiejętnościami. Pokazać, że potrafią pomóc m.in. kobiecie w ciąży i osobie postrzelonej z broni palnej. Na kolejnych stacjach pomagali osobom poparzone, dławiącym się jedzeniem oraz będącym pod wpływem środków odurzających i psychoaktywnych. - Do tego sprawdzono u młodzieży umiejętności przeprowadzania resuscytacji krążeniowo-oddechowej u osoby wyciągniętej z wody oraz resuscytacji z użyciem AED. Drużyny musiały też pokazać, czy potrafią nieść skuteczną pomoc ludziom dotkniętym udarem, atakiem drgawek, ugryzionym przez wiewiórkę, po upadku z wysokości,

z ciałem obcym w ranie oraz z licznymi urazami kończyn i otarciami - wylicza instruktorka PCK.

W trakcie mistrzostw wszystkie ekipy działały pod presją czasu, musiały się wykazać umiejętnością pracy w zespole oraz współpracą ze służbami mundurowymi, które zazwyczaj pomagają w wypadkach. Ustrzycka drużyna ostatecznie zajęła 10 miejsce, uzyskując 788 punktów.

KONIECZNE WSPARCIE FINANSOWE

Jak podkreśla Anna Sydoryk, na ten sukces wpływ miała przychylność samorządu Ustrzyk Dolnych, który od dwóch lat organizuje rejonowy etap Mistrzostw Pierwszej Pomocy PCK. - Dzięki wsparciu finansowemu z Urzędu Miejskiego oraz Urzędu Gminy w Czarnej, można było przygotować porządek na poszczególne stanowiska, kupić środki opatrunkowe, nagrody dla uczestników etapu rejonowego oraz uzupełnić umundurowanie zawodników na etapie ogólnopolskim.

Paba

KSU latem nie zagra w Ustrzykach

Coroczny sierpniowy koncert KSU w Ustrzykach Dolnych został odwołany. Miasto nie ma pieniędzy na organizację imprezy, chodzi też o bezpieczeństwo uczestników.

Koncert - niekiedy w towarzystwie innych grup - organizowano od 19 lat. Przez pewien czas był darmowy. Bilety wprowadzono dopiero, gdy imprezę przeniesiono na stadion miejski.

Początkiem lipca tego roku ustrzycki burmistrz Bartosz Romowicz poinformował, że tegoroczny koncert się nie odbędzie. Swoją decyzję argumentował m.in. bezpieczeństwem uczestników. - Służby mundurowe od kilku lat miały zastrzeżenia do koncertów w Parku pod Dębami, a od dwóch lat nie wyrażały zgody na organizację w tym miejscu imprezy masowej, czyli powyżej 999 osób - tłumaczy.

Chodzi głównie o prowadzący do parku most nad Strwiążem, który jest dość wąski i niezbyt stabilny. W razie ewentualnej ewakuacji ludzi może nie zdać egzaminu. - Dokumentacja na budowę nowego mostu jest już opracowywana i dopiero po zrealizowaniu inwestycji będziemy mogli organizować tam większe koncerty - wyjaśnia burmistrz.

Kolejnym powodem odwołania koncertu są finanse. Przeniesienie go na stadion to wydatek ok. 150 tys. zł, czyli trzy razy więcej niż w Parku pod Dębami. Na tę kwotę składa się m.in. wynajem sceny, nagłośnienia, koszty prądu czy większa liczba ochrony. Jak przekonuje wóldar miasta, dochód ze sprzedaży biletów nie pokryje nawet jednej trzeciej kosztów organizacji wydarzenia. Impreza, na której pojawi się około 2,5 - 3,5 tys. uczestników, będzie kosztowała o 100 tys. zł więcej, niż gdyby była organizowana w parku.

Bartosz Romowicz podkreśla, że podjęcie tej decyzji nie

Grupa KSU podczas koncertu w Ustrzykach Dolnych
FOT. ANDRZEJ GÓRSKI

było łatwe. Liczy się z negatywnymi komentarzami, jednak woli wydać pieniądze na coś, z czego bardziej skorzystają mieszkańcy gminy. - Za 100 tysięcy złotych można zorganizować np. pięć sztuk teatralnych lub trzy mniejsze koncerty plenerowe - mówi. - Taką sumę można też przeznaczyć na sesję gminy lub wesprzeć klub sportowy.

Przed podjęciem decyzji samorząd dokładnie przeanalizował wszystkie „za i przeciw”, sam burmistrz przypomina, że w trakcie wakacji w gminie przygotowano ponad 50 wydarzeń kulturalnych, rozrywkowych, edukacyjnych i sportowych.

Niewykluczone, że w przyszłym roku koncert KSU wróci do kalendarza ustrzyckich imprez, być może nawet w Parku pod Dębami. Natomiast tego lata grupa wystąpi na organizowanym w dniach 18-19 sierpnia w Cisnej Festiwalu Natchnieni Bieszczadem.

Paba, MP

POCZTA GB

Z głupoty karmil jelenia

W poprzednim wydaniu Gazeta Bieszczadzka opublikowała apel władz Ustrzyk Dolnych, by mieszkańcy i turyści nie dokarmiali dzikich zwierząt. Taki sam komunikat zamieściliśmy na stronach internetowych samorządu: gminny i powiatowy. Ale nie wszyscy czytają...

13 lipca dorosta lania pasta się przy torach kolejowych w Ustrzykach Dolnych. To jedno z bardziej ulubionych miejsc żerowania półdzikich już dzisiaj jeleni żyjących w pobliskich lasach. W pewnym momencie, przechodząc w pobliżu stacji PKP zauważyłem, jak lania wabiona jest smakolitykami przez mężczyznę w średnim wieku. Była tak lasa na jedzenie, że nieomal jadła mężczyźnie z ręki, a potem o mało nie weszła do budynku.

Człowiek, który karmil jelenia, był uradowany, w dodatku nagrywał sytuację telefonem komórkowym. Zapewne później pochwaliał się znajomym. Chyba nie rozumiał, że swoim postępowaniem (wabieniem jelenia) wyrządził mu ogromną krzywdę.

Oby inni byli bardziej rozsądni.

Antoni Mazurczyk

Kto posprząta ten bajzel?

Jestem mieszkańcem ulicy Gombrowicza w Ustrzykach Dolnych. Codziennie przechodzę obok starej, nieczynnej piekarni. Budynek od lat nie jest użytkowany, niszczy się, ale widać, że od czasu do czasu ktoś otwiera bramę wjazdową, parkuje samochód, zagląda do środka obiektu. Za jego tylną ścianą, do której przylega skarpa i metalowe ogrodzenie (od strony bloku nr 29 przy ul. Gombrowicza) od dawna istnieje dzikie wysypisko śmieci. Latem jest mniej widoczne, bo porzucone tam odpady zastania wysoka trawa i chwasty, a zimą śnieg, za to wiosną i jesienią można dojrzeć nie tylko butelki, puszki i inne odpady, lecz nawet wypełnione śmieciami worki. Rozszarpują je często „mieszkańcy” w pobliżu psy i koty, a w upalne dni smród niesie się na podwórza bloków. Nie wiem, kto jest właścicielem starej piekarni i ogrodzonej posesji, ale ktoś powinien wreszcie zareagować. Inna rzecz, że śmieci zapewne wyrzucają tam niezbrane osoby, których nikt nie widział.

Czytelnik

(imię i nazwisko do wiadomości redakcji)

Rozmowa z Grażyną Kaznowską, obchodzącą w tym roku jubileusz 35-lecia pracy scenicznej

Podjęłam kolejne szalone wyzwanie

- 35 lat pracy scenicznej to wyjątkowe osiągnięcie dla każdej osoby zajmującej się sztuką. Co cię zainspirowało, by zostać aktorką i reżyserką teatralną?
- Tak naprawdę skłoniła mnie do tego kreatywność związana z harcerstwem, z zuchami, kiedy przez jakiś czas szefowałam harcerstwu w dawnym województwie krośnieńskim. Zuchy to zabawa, przestrzeń i bardzo inspirujące formy teatralne. Później trafiłam do oryginalnej szkoły autorskiej w Orelcu. Ale konkretnie chodziło o wygranie zakładu, że stworzę teatr łączący uczniów i nauczycieli.

- Wygrałaś?
- Oczywiście. Idąc dalej tą drogą trafiłam też do szkoły teatralnej we Wrocławiu, gdzie zafascynowałam się trochę innym teatrem - nie typowo dramatycznym, bo do niego trzeba być już dojrzałym i doświadczonym.

- Jesteś nieustannie w ruchu, ciągle działasz. Zajmowałaś się PARRĄ, teraz tworzysz teatr dla dorosłych, pracujesz w Lesku, do tego jeszcze Teatr w Drodze AGRADA. Wystarcza czasu na wszystko?

- Myślę, że wszystko można pogodzić. To nie jest tak, że nie śpię po nocach, bo biorę za dużo na siebie. Lubię akcyjne działania, szaleństwa, w które wkręca się wiele osób, nie tylko ja. To jest twórcze i kreatywne. Czasem są oczywiście momenty, że jestem tak wkurzona, iż mówię sobie: nigdy więcej! Ale jak widzi się efekt swojego zaangażowania, na przykład przy ustrzyckiej Rock Operze, to wtedy wiem, że było warto. Dwieście osób na scenie, tyle różnych grup, to wspaniale. A wcześniej słyszałam, że ten projekt się nie uda, że nie wypali, bo wakacje. Okazało się, że wszystko można zrobić, tylko trzeba chcieć. Ogromnie dziękuję za to osobom, które zaangażowały się w przedsięwzięcie.

- Na początku twojej pracy artystycznej „przygarneły” Cię Ustrzyki. Dlaczego akurat tu zakotwiczyłaś na dłużej?

- Ustrzyki „przygarneły” mnie teatralnie zanim jeszcze powstał Teatr Formy PARRA, kiedy jako prezeska Bieszczadzkiej Fundacji Rozwoju Postaw Twórczych „Orelec-GALA” organizowałam Bieszczadzkie Biesiady Teatralne. Ówczesny dyrektor domu

GRAŻYNA KAZNOWSKA - reżyserka, aktorka, pedagoga. Twórczyni młodych teatrów autorskich, jurorka festiwalu teatralnych, autorka wielu programów edukacji teatralnej. Laureatka ogólnopolskich konkursów artystycznych i grantowych, trenerka oraz prowadząca kursy i warsztaty teatralne, parateatralne, kreacji osobistej i terapeutyczne na terenie całego kraju.

Inspiracją są dla niej: Jerzy Grotowski, Henryk Tomaszewski, Tadeusz Kantor, Leszek Mądzik czy Józef Szajna. Fascynuje się teatrem plastycznym, bezsłownym, teatrem obrazu, ruchu.

kultury Bogdan Augustyn zaproponował mi stworzenie młodego teatru przy UDK. Kolejny dyrektor, Wojciech Szott, kontynuował dobrą współpracę teatralną. Obecnie, kiedy zrodził się w mojej głowie nowy projekt teatralny, nie wyobrażałam sobie innego miejsca do jego realizacji jak właśnie Ustrzyki. Znowu spotkałam się z przychylnością władz miasta i szefostwa domu kultury. Nie pozostaje mi nic innego jak działać, a ludzie, którzy rozpoczęli współpracę aktorską ze mną są po prostu fantastyczni. Razem ciężko pracujemy na sukces i nie możemy się już doczekać październikowej premiery.

- Który okres w swej pracy twórczej wspominasz najmiej?

- Nie potrafię tego określić, bo wszędzie czerpałam inspirację. Początki to współpraca z Teatrem TOM90, z Leszkiem Mądzikiem, światowej sławy twórcą sceny plastycznej KUL, i z Zbigniewem Libera, dyrektorem Teatru Ateneum w Warszawie. Czas współpracy z nimi był bardzo wartościowy. Ale to też okres uczestnictwa w grupie teatralnej Sapina - Agrady przy Stowarzyszeniu Kobiet Mazurskich „Dziewczyny znad Sapiny” i poszczególne etapy teatru PARRA. Oczywiście wszędzie były lepsze i gorsze energie, jednak dla mnie największą satysfakcją, jeśli chodzi o młodzież, jest fakt, że tak wiele osób - pewnie też niezależnie ode mnie - stało się wspaniałymi ludźmi, niekoniecznie związanymi ze sztuką. Spod mojej teatralnej ręki „wyszedł” ksiądz, burmistrz, naukowcy, ale też profesjonalni aktorzy. To jest dla mnie najpiękniejsze.

- Opowiedz nieco szerzej o Teatrze Formy PARRA.

- To był bardzo ważny czas pracy z młodzieżą. Ale nie było tak, że tylko przekazywałam podopiecznym swój sposób myślenia, patrzenia na scenę czy na kreację każdego człowieka. Ja od nich też bardzo dużo czerpałam. Patrzę czasem na siebie sprzed 25 lat i widzę, że jestem zupełnie inną osobą. Przyznam, że moja tolerancja



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

dla młodych wzrastała proporcjonalnie w stosunku do lat pracy. Oprócz uzdolnionych artystycznie nastolatków do PARRY przyjmowałam także tych poszukujących i zagubionych. Mam wielką satysfakcję, że z tych, którzy czasami byli na krawędzi, wyrosli wspaniali dorośli ludzie. Kiedyś też pieniądze na sztukę było zdecydowanie więcej, a projekty pozwalały nam na częste wyjazdy za granicę. PARRA zjeżdżała połowę Europy i kawałek Azji. Byliśmy na Krymie, często też bywałam nad naszą ulubioną zatoką, w Akermanie i Odessie. Przez 17 lat przyjmowano nas tam jak największe gwiazdy. Byliśmy w Belgii, Rumunii, Grecji...

- Nie stawiasz jeszcze kropli i nie kończysz swojej pracy twórczej. Zatem jakie plany na przyszłość?

- Komuś wydawałoby się, że jestem na etapie wspomniania, a to nieprawda. Podejmuję się kolejnego szalonego wyzwania. Udało mi się stworzyć Ustrzycki Teatr Dramatyczny, złożony zarówno z zawodowców, jak i miłośników teatru, a także trzech osób z dawnej PARRY. Moim celem jest teraz rozruszanie całkiem innego teatru w Ustrzykach - teatru repertuarowego, dla dorosłych, tak jak jest w każdym innym mieście. Mam świadomość, że jesteśmy za małą przestrzenią, nawet dla całych Bieszczadów. Dlatego nasze przedstawienia będą grane raczej raz w miesiącu, ale będą to spektakle repertuarowe i to mnie w tej chwili nakręca.

- Są tacy, którzy twierdzą, że zrobiłaś źle zostawiając młodych ludzi.

- Po 35 latach pracy z młodzieżą potrzebuję dorosłego i zdecydowanie bardziej profesjonalnego kontaktu z widownią, sceną i z aktorami. Młodym jednak powtarzam - wcale was nie zostawiam! Jeśli tylko będziecie czegoś potrzebować, jestem do dyspozycji. Życzę każdemu, by bez względu na wiek czy sytuację życiową stawiał sobie cele i próbował je realizować.

- Gdzie będziemy mogli cię zobaczyć w najbliższym czasie?

- Kilka dni temu spotkałam się z osobami z Teatru w Drodze AGRADA. Niestety przez pandemię „usiadł” nam całkowicie jeden ze spektakli, w którym będą grały cztery osoby. Jeśli nic nie stanie na przeszkodzie, postaramy się go zrealizować w tym roku. Mamy nadzieję, że wszystko się uda, choć członkowie tego teatru są rozsiani po całej Polsce. Wkrótce będzie można mnie zobaczyć w Sanoku. Odświeżyliśmy z Marianną i Susanną Jarą nasz spektakl „Anna-Wiktoria”, stworzony w 80. rocznicę urodzin Anny German. Grałyśmy go w Sanoku w Galerii o Smaku Kawy. Teraz z nim wracamy. Jeśli ktoś chce posłuchać przepięknych utworów Anny German w wykonaniu niesamowitej Sussany, to zapraszam 22 lipca na godzinę 17.

- Dziękuję za rozmowę.

PAULINA BAJDA

XXI Karpaccy JARMARK TURYSTYCZNY
PROMOCJA SZLAKÓW TURYSTYCZNYCH/PROMOCJA I RÓDZNIKA USTRZYCKIEGO
LOKALNE RĘKODZIEŁO/KUCHNIA REGIONALNA

22 LIPCA SOBOTA
11.00 - 14.00 - V MIĘDZYNARODOWE MISTRZOSTWA BIESZCZAD NORDIC WALKING 2023 I BIEG GÓRSKI
14.00 - 16.00 - PRZEGOŃ ZAWAŁ
WYSTĄPIĄ: FANTAZJA ORATYK XX-LECIE BOSOROČKA ZE SŁOWACJI KAPELA KMIECIE BIES BAND SĄSIEDZI

23 LIPCA NIEDZIELA
12.00 - 14.00 - KOROWÓD
WYSTĄPIĄ: GALICJA ZUKOWIANIE XX-LECIE KARPATIA Z UKRAINY KAPELA BESKID KAPELA KARPATI

DLA DZIECI:
WARSZTATY KULINARNE
STOJSKO EDUKACYJNE NADLEŚNICTWA
USTRZYKI DOLNE

Organizatorzy:

Współorganizatorzy:

Patronat honorowy:

Patronat medialny:

www.widzetrzynki.pl



Koncert Trzech Króli nad Strwiążem

Zespół Trzech Króli założony przez młodych youtuberów tworzą: Przemysław „Przemek Pro” Lejowski (pochodzi z Ustrzyk Dolnych), Bartek Kubicki i Patryk „Qry” Lubaś. Grupa powstała w marcu 2023 roku, a pierwszy singiel pt. „Afryka” ukazał się 10 marca tego roku. Utwór był zapowiedzią debiutanckiego albumu studyjnego, który ukazał się 5 maja nakładem wytwórni My Music. Płyta opowiada

o wyprawie do Afryki Fiatem Multiplą na przełomie 2022 i 2023 roku.. 14 maja w Klubie Kwadrat w Krakowie odbył się event premierowy promujący krążek, a od czerwca zespół występuje na scenie głównie podczas koncertów plenerowych.

MP

FOT. ANDRZEJ GÓRSKI



POCZTA GB/HISTORIA

Pani Kazimiera opowiadała spokojnie, bez emocji o okupacyjnych losach rodziny swojego męża Jana Siwińskiego. W dolinie Sanu zginął okrutną śmiercią stryj jej męża Józef Siwiński. Kobieta poznała tę historię z relacji swojej teściowej Heleny Salamon, która w czasie wojny mieszkała w Tworylnem. Gdy słuchałam opowieści, córka pani Kazimieri krzątała się w przedpokoju, wychodząc właśnie do pracy. W pewnym momencie wtrąciła: „Mamo, nigdy mi tego nie opowiadałaś”. Uświadomiłam sobie wtedy, że najtragiczniejsze historie rodzinne nie zawsze są przekazywane kolejnym pokoleniom. A może nie mamy czasu, aby ich wysłuchać.

Józef Siwiński był najstarszym bratem Heleny Salamon. Urodził się około 1900 roku. Wyemigrował za pracę do Francji przed wojną. Z tego okresu pochodzi zdjęcie, jakie przysłał rodzinie. Józef Siwiński stoi z butelką wina wśród znajomych z sanockiego. Na odwrocie krótka korespondencja: „Posyłam Wam fotografię na której jestem razem z Tarnawcami bo są z Tarnawy Marko Guzik i z Wielopola i jeden z Dąbrówki a ten co trzyma kieliszek to jest nasz gospodarz u którego są na kwaterze. I także kochane Siostrzyczki proszę was przesłać mi Waszą fotografię. Józef Siwiński.”

Pani Kazimiera zapamiętała, że Józef Siwiński brał udział w wojnie domowej w Hiszpanii, walczył po stronie republiki przeciwko generałowi Franco wspieranemu przez III Rzeszę. To nie był wówczas rzadki przypadek w środowisku polskiej emigracji we Francji. Kilka tysięcy Polaków walczyło po stronie Republiki Hiszpańskiej popieranej przez Związek Sowiecki. Przyłgnęła do nich nazwa „dąbrowszczaków”.

Zaciągnięcie się do obcej armii bez zgody rządu polskiego groziło utratą obywatelstwa polskiego, dlatego Józef nie mógł wrócić do Polski. Z zachowanych zdjęć i wspomnień rodziny można sądzić, że wstąpił do Legii Cudzoziemskiej i służył w koloniach francuskich w Afryce. Będąc w służ-



Józef Siwiński (w środku z butelką wina) wśród przyjaciół. Francja, lata 30 XX w.



Józef Siwiński. Graz 1943 r.



Marysia Salamonówna

Śmierć w dolinie Sanu

bie francuskiej brał udział w wojnie z Niemcami i w 1940 roku dostał się do niewoli. Prawdopodobnie z jego jenieckiego okresu pochodzi zdjęcie z austriackiego Grazu z dopiskiem: „3.10.1943 r. Na pamiątkę od Józka.” Fotografję wykonano w Lichtbild-Werkstatt EMIL LOBEL na Schanuggasse.

Józef prezentuje się w cywilnym ubraniu, co może dziwić, skoro w rodzinie zapamiętano, że po kampanii francuskiej w 1940 roku dostał się do obozu jenieckiego. Wyjaśnieniem tej zagadki może być porozumienie rządu Vichy z III Rzeszą, na mocy którego szeregowi jeńcy francuscy mogli zamienić pobyt w obozie jenieckim na pracę w gospodarce niemieckiej. Tacy urlopowani jeńcy posiadali sporą swobodę poruszania się i mogli odwiedzać rodziny.

Józek uciekł z obozu lub przymusowych robót i dotarł do siostry

w Tworylnem. Zamieszkał u Salamonów. Teściowa Kazimieri Siwińskiej opowiadała, że za niemieckich czasów pop z Tworylnego dał znać, aby Salamonowie uciekali, bo ich dom jest przeznaczony do spalania. Wyszukowali dwa wozy i o zmierzchu wyjechali z Tworylnego do Sanoka. Podróżowali całą noc dwoma furgonkami. Jednym wozem powoził Zenon, drugim Helena. Wieźli dwa ule pszczół z Tworylnego. W nocy dom został spalony. Józef Siwiński czuł się bardzo pewnie, zdecydował się zostać, by pilnować domu. Wydawało mu się, że nic mu nie zagraża. Został ze Staszka, która była u Salamonów w domu krawcową, bliską przyjaciółką Józka. Zginęli tragicznie...

Pani Kazimiera wspomina: „W Tworylnem był nauczyciel z Zagórza, związany z ukraińskim ruchem partyzanckim. Był zapiekłym nacjo-

nalistą. Miał zagórskie nazwisko. To on wskazał domy, które miały być spalone. Domy oznaczano krzyżami, malowanymi farbą”. Spis nauczycieli w czasie okupacji podaje, że w Tworylnem działała szkoła pierwszego stopnia, a nauczycielem był Antoni Balowski (Antin Balowskij).

Ze wspomnień różnych osób z rodziny można odtworzyć tragiczną śmierć Józefa Siwińskiego. Oprawcy przyszli nocą. Mieli go jak na widelcu. Próbował wyskoczyć oknem. Ale nie udało się, został złapany. Jakąś piłą go cięli. W tartaku w Zatwarnicy. Na podwórku zwołali mieszkańców i na ich oczach na pieńku odrąbali Józefowi głowę. Przez dwa dni pilnowali, by ludzie widzieli tę głowę, nabitą na sztachetę płotu. Leżała na pieńku czy zawieszona na paliku. Rodzina nigdy nie odnalazła ciała Józefa Siwińskiego.

Informacje o tragicznej śmierci Józefa pochodzą od Pankiewiczów. Salamonowie przyjaźnili się z Pankiewiczami w Rajskim, którzy, jak zapamiętała pani Kazimiera, mieli trochę do czynienia z ropą naftową. Badacz dziejów Rajskiego, Janusz Zmijski, na podstawie wielu zebranych wzmianek uważa, że w wojennym czasie Stanisław Pankiewicz pomagał Polakom wędrującym szlakiem przerzutowym na Węgry. Pankiewicz przejął kierowanie kopalnią w Rajskim od września 1939 r. i pozostawał na stanowisku do końca 1943 r., po czym został oddelegowany do Sanoka. Tam dalej pracował w kopalnictwie ropy.

Teściowa Kazimieri Siwińskiej powtarzała, że Salamonowie życie zawdzięczają popowi, który ich ostrzegł przed banderowcami. Wydaje się, że tym księdzem, dobrym aniołem stróżem rodziny, był ksiądz paroch z Krywego Stanisław Sorokowski, który od blisko 40 lat pełnił posługę w Bieszczadach. Józef Pawlusiewicz pisał we wspomnieniach „Na dnie jeziora”, że ksiądz Sorokowski odważnie głosił z ambyony: „Opamiętajcie się i nie przykładaj-

cie ręki do zbrodni. Zadaniem moim jako kapelana jest krzewienie nauki miłości bliźniego, zgodnie z nauką Chrystusa. I dlatego wzywam was, abyście nie kalali swych rąk krwią niewinnych ludzi. Zbrodnie o jakich coraz częściej dochodzą do nas wieści, nie mogą wam uść bezkarnie”. Taka odważna postawa wywoływała narastającą wrogość okolicznych duchownych ukraińskich. Zagrożony Sorokowski był zmuszony uciekać z Krywego.

W czasie przechodzenia frontu Salamonowie przenieśli się z ulicy Konarskiego w Sanoku do Łodziny, wypasali tam swoje krowy nad Sanem w zamian za oddawane mleko. Marysia Salamon opowiadała: „W domu zawsze była przyszykowana pierzyna, a w niej rzeczy i pieniądze. Ojciec brał dziewczyny na ręce i tak uciekaliśmy. Były najazdy ukraińskie co raz. Wśród Ukraińców byli dobrzy sąsiedzi, ratowali Salamonom życie, gdy wiedzieli, że będzie najazd to mówili. Rodzina na kilka dni uciekała z domu do lasu. Zagrożone były także rodziny mieszane polsko-ukraińskie.”

Zapewne ta informacja o życiu w ciągłym pogotowiu w oczekiwaniu na najazd ukraiński dotyczy pobytu Salamonów w Łodzynie, a nie w Tworylnem. Po wojnie teść Zenon Salamon pracował w PGR w Lesku. Prawdopodobnie z tego okresu pochodzi zdjęcie zaprzęgu konnego w czasie ładowania snopków zboża. Wśród pracujących jest kilka osób w polskich mundurach wojskowych. Salamon objeżdżał konno pola. Pewnego razu spadł z wierzchołka i trafił do szpitala w Krakowie. Tam zmarł, został pochowany na cmentarzu Rakowickim. W grobie z Zenonem leżą jego córka Maria Salamon-Kociniak z mężem Lechem Kociniakiem. Na tym samym cmentarzu spoczywa urodzona w Tworylnem w 1940 roku Romana Salamon-Nowak z mężem Ryszardem Nowakiem.



Powojenna wzówka zboża FOT. ARCHIWUM KAZIMIERY SIWIŃSKIEJ

Polonusi z Litwy w Bieszczadach

Przebywająca na wakacjach na Podkarpaciu 48-osobowa grupa Polaków z Litwy, gościła 5 lipca w bieszczadzkich lasach.

Na naszych rodakach z Litwy spore wrażenie zrobiła wycieczka do ruin klasztoru karmelitów bosych w Zagórze, gdzie od niedawna funkcjonuje nowoczesne Centrum Kultury FORESTERIUM. Jego nazwa kojarzy się z lasem, ale dotyczy założonego tu przed ponad 200 laty szpitala dla weteranów wojennych. W odbudowanych wnętrzach mieści się obecnie interaktywna ekspozycja związana z historią zakonu karmelitów i walkami konfederatów barskich na tym terenie. Niemalą atrakcją jest też rozległa panorama doliny Osławy, rozciągająca się z wieży widokowej wyniesionej nad ruinę klasztoru.

Leśny program edukacyjny dla młodych Polonusów przygotowało Nadleśnictwo Baligród. Młodzież

wileńska mogła skonfrontować znaną jej dotąd widoki lasów nizinnych z krajobrazem gór. - Przejście naszą ścieżką edukacyjną dla wielu osób było sporym zaskoczeniem - mówi Ewa Wydrzyńska-Scelina, zajmująca się edukacją w Nadleśnictwie Baligród. - Prócz ściśle leśnych motywów poznawczych, miały one też okazję do szukania „diamentów” i degustowania wody mineralnej z unikalnego źródła arsenowego w Rabem. Wierzymy też, że przekazane naszym gościom materiały edukacyjne przdadzą się już wkrótce w szkolnej rzeczywistości.

W trakcie objazdu uczestnicy podziwiali panoramę Bieszczadów z wieży widokowej na przełęcz pod Matragoną, odwiedzili też las Nadleśnictwa Komańcza i klasztor siostr Nazaretanek, gdzie zapoznali się z historią związaną z internowaniem kard. Stefana Wyszyńskiego.

EdM



FOT. EDWARD MARSZALEK

PATRONAT GAZETY BIESZCZADZKIEJ

XIX Targi Końskie

1 lipca w Lutowiskach odbyły się XIX Powojenne Targi Końskie organizowane przez Gminny Ośrodek Kultury im. Jerzego Janickiego.

Impreza nawiązuje do czasów, gdy Lutowiska leżały prawie w centrum ówczesnego państwa polskiego. To właśnie tutaj krzyżowały się szlaki handlowe, prowadzące z Sanoka do Siedmiogrodu i z Przemyśla przez Przełęcz Użocką do Użgorodu. Tak dogodne położenie sprawiło, że król August III nadał Lutowiskom w 1742 roku przywilej organizowania 10 targów rocznie.

Tegoroczne Targi cieszyły się ogromnym zainteresowaniem zarówno lokalnej społeczności, miłośników koni i turystyki jeździeckiej, jak i licznie odwiedzających Bieszczady turystów. Wszyscy biorący udział w wydarzeniu mogli podziwiać barwną paradę ponad 80 jeźdźców na koniach prowadzoną przez Dziewczęcą Orkiestrę Dętą „Fanfara”, prezentację ośrodków jeździeckich, pokazy ras koni użytkowanych w Bieszczadach, naturalnych metod układania koni, elementów ścieżki huculskiej i powozienia zaprzęgiem oraz tradycyjnej polskiej jazdy konnej z elementami husarii XVII-wiecznej.

Nie zabrakło także warsztatów i pokazów ginących zawodów, takich jak garncarstwo, kowalstwo i wikliniarstwo. Smakosze regionalnej kuchni mogli skosztować tradycyjnych potraw polskich, rusińskich i żydowskich przygotowanych przez lokalne koła gospodyń wiejskich.



FOT. ARCHIWUM GOK W LUTOWISKACH (2)



W targach uczestniczyło ponad 40 lokalnych i regionalnych twórców, którzy prezentowali swoje rzemiosło, wyroby rękodzielnicze i artystyczne. W ramach wydarzenia odbył się spacer z przewodnikiem szlakiem Ekomuzeum „Trzy kultury”. Niezwykłą atmosferę zapewniły zespoły Caroline & the Lucky Ones, Zespół Pieśni i Tańca „Kompanija”, „Opa Cupa!”

oraz Kapela „Karpatia”, porywając uczestników do wspólnych tańców i śpiewów.

Imprezę zakończyła plenerowa zabawa taneczna.

Targi zostały dofinansowane z funduszy Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego w ramach programu Narodowego Centrum Kultury: EtnoPolska. Edycja 2023. MP

Gotowali z Jakubem Kuroniem

Gospodarz programu kulinarnego „Gotuj z Kuroniem” był gościem Warsztatów Terapii Zajęciowej w Ustrzykach Dolnych. Wraz z uczestnikami grillował, smażył, gotował i prezentował smakowite dania.

Jakub Kuroń (wraz z bratem Janem) prowadzi program kulinarny „Kuroniovia” w telewizji Kuchnia+, występuje też gościnnie w TVN, TVN24, VN24Bis i TVP. Jest synem znanego niegdyś kucharza Macieja Kuronia i wnukiem popularnego przed laty polityka i ministra pracy Jacka Kuronia.

W warsztatach kulinarnych z panem Jakubem w Ustrzykach Dolnych wzięła udział większa część podopiecznych ośrodka. Podczas zajęć krojono, szatkowano, podduszano, grillowano i podsmażano. Mistrz kuchni udzielał w WZT porad kulinarnych, opowiadał o prozdrowotnym działaniu owoców i warzyw. Również przygotowane wspólnie z uczestnikami dania miały charakter dietetyczny - były lekkie, aromatyczne, a do ich zrobienia użyto doskonałych produktów.

Najwięcej przyjemności sprawiła wszystkim degustacja. Pracownicy Warsztatów zachwalali przygotowanego przez swoich podopiecznych



FOT. ARCHIWUM WZT W USTRZYKACH DOLNYCH

orientalnego, grillowanego kurczaka, sałatki kuskus z warzywami, grillowaną paprykę z mozzarellą i ziołami, sos tzatziki oraz owocową sałatkę z truskawkami, ananasem i miętą.

Organizatorzy warsztatów dziękują Nadleśnictwu Ustrzyki Dolne za

finansową darowiznę, dzięki której mogli zorganizować zajęcia kulinarne, oraz za wypożyczenie grilla. Dziękują również Jakubowi Kuroniowi za stworzenie miłej atmosfery i smakowitą ucztę pełną pasji, wiedzy i miłości do gotowania. Paba, MP

Nowa inicjatywa kulturalna

Przy Ustrzyckim Domu Kultury powstał pierwszy w Bieszczadach teatr repertuarowy - Ustrzycki Teatr Dramatyczny.

Pierwszy casting do teatru przeprowadzono 21 marca tego roku. Zgłosili się zarówno aktorzy zawodowi, jak i pasjonaci teatru. Wybrano trzech aktorów i cztery aktorki. - Od momentu powstania teatru rozpoczęły się warsztaty teatralne oraz wyszukiwanie dramatu, który z jednej strony byłby lekki i przyjemny, a z drugiej nie byłby głupi i prostacki - mówi Grażyna Kaznowska, pomysłodawczyni i reżyserka Ustrzyckiego Teatru Dramatycznego.

Po kilkunastu przeczytanych propozycjach reżyserka wraz z asysten-

tem Jackiem Olakiem jedomyślnie wybrali scenariusz komedii „Hotelowe manewry”. Jego akcja dzieje się w 1942 roku, w wielogwiazdkowym hotelu Palm Beach Royale, gdzie ma odbyć się uroczysty koncert dla wyjeżdżających na front żołnierzy. Jak się okazuje, w koncercie mają wystąpić dwie nieznawidzące się artystki. Żadna z nich nie wie, że wystąpi ta druga...

Wykupiono licencję i zespół pracuje nad realizacją spektaklu. Planowana na 7 października premiera zapowiada się ciekawie i barwnie. - Już dziś zapraszamy miłośników teatru do planowania swego wolnego czasu i uczestnictwa w tym nietuzinkowym wydarzeniu, inaugurującym działalność Ustrzyckiego Teatru Dramatycznego - zachęca Grażyna Kaznowska. paba



FOT. ANDRZEJ GÓRSKI

ZDROWIE

Jak otyłość atakuje serce?

Dlaczego otyłość staje się alarmującym zagrożeniem dla serca, jakie mechanizmy prowadzą do poważnych chorób sercowo-naczyniowych i dlaczego tak ważne jest utrzymanie prawidłowej wagi ciała?

Według raportu Światowej Federacji Otyłości opublikowanym w 2023 r. około 2,6 miliarda ludzi na całym świecie zmaga się z problemem otyłości lub nadwagi (co stanowi 38 procent populacji ogólnej). Ekspertcy prognozują, że jeśli obecny trend wzrostowy się utrzyma, w ciągu najbliższych 12 lat liczba ta wzrośnie do 4 miliardów (co miałyby stanowić aż 51 procent populacji świata). Mimo rosnącej świadomości wśród społeczeństwa odsetek osób z nadwagą i otyłością nadal wzrasta.

Zdecydowana większość przypadków otyłości jest spowodowana nadmiernym spożyciem pokarmów (otyłość prosta). Jedynie 10 procent przypadków otyłości to tzw. otyłość wtórna, która wynika z zaburzeń hormonalnych, jest efektem przyjmowanych leków lub uwarunkowana genetycznie. Nadmierna masa ciała wiąże się z większym ryzykiem wystąpienia nadciśnienia, podwyższonego poziomu cholesterolu, a w efekcie miażdżycy, choroby wieńcowej i zawału serca. U osób z nadwagą lub otyłością ryzyko zgonu z powodu chorób serca wzrasta aż o 60 procent – wyjaśnia Ja-



FOT. PIXABAY

kub Szost, kardiolog Grupy American Heart of Poland.

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) rocznie z powodu chorób związanych z nadwagą i otyłością umiera na świecie ponad 2,5 mln osób. Otyłość należy do jednej z trudniejszych w leczeniu i najgroźniejszych chorób przewlekłych współczesnego społeczeństwa.

JAK SPRAWDZIĆ CZY MA SIĘ NADWAGĘ?

Najprostszą metodą oceny stanu odżywienia jest wskaźnik BMI (body mass index), czyli stosunek wzrostu do kwadratu wagi. Gotowe kalkulatory BMI można znaleźć w internecie oraz jako aplikacje mobilne. Dostępnych jest też wiele innych bardziej

skomplikowanych metod pomiaru ilości tkanki tłuszczowej, m.in. bioimpedancja elektryczna ciała (BIA), dwuwiązkowa absorpcjometria rentgenowska (DXA), metody izotopowe, bądź rzadziej tomografia komputerowa czy rezonans magnetyczny.

W przypadku diagnozy na podstawie wskaźnika BMI, wartość powyżej 25 sugeruje nadwagę, a wartość wynosząca 30 lub więcej wskazuje na otyłość. Wynik wskaźnika BMI może być jednak zafałszowany (np. u kulturystów, gdzie za dużą wagę odpowiada głównie masa mięśniowa). W przypadku pomiarów przy użyciu bioimpedancji elektrycznej określamy odsetek tkanki tłuszczowej w organizmie. W warunkach fizjologicznych tłuszcz stanowi przecięt-

nie 15 procent masy ciała, natomiast u kobiet odsetek ten jest większy o 5-7 procent. Jeśli procent tkanki tłuszczowej przekroczy u mężczyzn 25, a u kobiety 30, możemy rozpoznać otyłość – uzupełnia kardiolog.

WPLYW OTYŁOŚCI NA PROCESY METABOLICZNE ORGANIZMU

U osób otyłych zwykle obserwuje się podwyższony poziom cholesterolu LDL („złego”) oraz obniżony poziom cholesterolu HDL („dobrego”). - Wysoki poziom cholesterolu LDL w organizmie bezpośrednio przekłada się na rozwój miażdżycy w obrębie ścian tętnic. W konsekwencji rozwój tzw. „blaszki miażdżycowej” może doprowadzić, w zależności od lokalizacji gdzie powstała, do zawału serca, udaru mózgu, bądź niedokrwienia kończyn. W przypadkach, gdy nie dochodzi do całkowitego zamknięcia naczyń, a jedynie jego zwężenia, mamy do czynienia z objawami przejściowego niedokrwienia i tu podobnie w zależności od lokalizacji symptomatologia może obejmować objawy choroby wieńcowej (duszności, przemijającego napadu niedokrwinnego (TIA), bądź chromania przestankowego. Dodatkowo otyłość jest jednym z głównych czynników ryzyka wystąpienia nadciśnienia tętniczego, co z kolei może powodować uszkodzenia wielu innych organów, tj. serca, nerek czy narządu wzroku.

U pacjentów otyłych częściej dochodzi do występowania takich schorzeń jak migotanie przedsionków, co wpływa bezpośrednio na wydolność serca oraz zwiększa ryzyko wystąpienia udaru mózgu. Pacjenci otyli także często cierpią na obturacyjny bezdech senny (OBS lub OSA), który może powodować wahania ciśnienia tętniczego oraz zaburzenia rytmu serca – mówi Jakub Szost.

LIPOMATOZA SERCA. CO TO OZNACZA?

Nagromadzenie tkanki tłuszczowej w obrębie serca spowodowanej hiperplazją adipocytów (komórek tłuszczowych) nazywamy lipomatozą serca (potocznie „otuszczeniem serca”). - Etiologia tego zjawiska nie jest do końca znana, ale może być ono związane z otyłością, a częściej jego występowania wzrasta z wiekiem. Najczęstszą manifestacją lipomatozy jest tłuszczakowaty przerost przegrody międzyprzedsionkowej w badaniu echokardiograficznym, ale może także w dużych ilościach gromadzić się na powierzchni serca i wówczas imitować obecność płynu w worku osierdziowym. Dodatkowo u osób z nadwagą i otyłością serce musi pompować jeszcze więcej krwi, by pokryć zapotrzebowanie na tlen dużej ilości tkanki tłuszczowej i mięśniowej. W warunkach fizjologicznych nasze serce bije około 100 tysięcy razy na dobę, bez przerw na odpoczynek. Mimo że serce to niewielki mięsień o rozmiarze zaciśniętej pięści, to jego praca jest ogromna – wyjaśnia ekspert American Heart of Poland. **MPR**

Bezpieczne życie po zawale

Zawał serca dotyka coraz młodszych osób - stale rośnie liczba zawałów serca u ludzi przed 45. rokiem życia. Jak zmniejszyć śmiertelność po zawale?

Choroba serca często wynika z niezdrowego stylu życia, nieodpowiedniej diety i nadmiernego przeciążania organizmu. Chociaż istnieją dziedziczne skłonności do problemów kardiologicznych, nie oznacza to, że musimy automatycznie doświadczać tego typu schorzeń. Poprzez odpowiednią opiekę nad naszym sercem i podejmowanie właściwych działań we właściwym czasie, możemy zapobiec wielu powikłaniom i zachować dobre zdrowie. Zawał serca jest poważnym schorzeniem, które może prowadzić do groźnych powikłań, w tym zgonu. Istnieje jednak wiele działań, które mogą pomóc zmniejszyć śmiertelność po zawale. Oto kilka kluczowych środków.

SZYBKA INTERWENCJA MEDYCZNA

- Czas jest kluczowy w przypadku zawału serca. Szybka interwencja medyczna, tak jak podanie leków rozpuszczających skrzepiny lub przeprowadzenie zabiegu rewaskularyzacji wieńcowej, może pomóc przywrócić przepływ krwi do serca i ograniczyć uszkodzenia mięśnia

sercowego – wyjaśnia dr hab. n. med. prof. KAAF Piotr Buszman, kardiolog inwazyjny, dyrektor ds. badań przedklinicznych Centrum Badawczo-Rozwojowego American Heart of Poland.

Po trzech latach pacjenci z Programu Koordynowanej Opieki nad Zawałem Serca (KOS-zawał) mają śmiertelność na poziomie 11 proc., natomiast u pacjentów nieobjętych programem wynosi ona 20 proc.

- Program KOS-zawał realizowany w ramach NFZ oferuje kompleksową opiekę po zawale mięśnia sercowego, obejmującą diagnostykę, terapię zgodną ze wskazaniami klinicznymi, rehabilitację kardiologiczną oraz ambulatoryjną opiekę specjalistyczną w okresie 12 miesięcy od momentu wystąpienia zawału serca. Wszystkie działania związane z opieką nad pacjentem organizuje i nadzoruje podmiot koordynujący. Pacjenci powinni korzystać z programu KOS-zawał z uwagi na wiele korzyści, które – zgodnie z przeprowadzonymi badaniami – po trzech latach nadal się utrzymują, pomimo tego, że sam program kończy się po roku. Wśród uczestników programu KOS-zawał liczba hospitalizacji z powodu niewydolności serca została zredukowana aż o ok. 30 proc. – wyjaśnia kardiolog American Heart of Poland.

KONTROLA CZYNNIKÓW RYZYKA

Pacjenci po zawale powinni skupić się na utrzymaniu prawidłowego ciśnienia krwi, kontrolowaniu poziomu cholesterolu. Zaprzestać palenia tytoniu, dbać o utrzymanie prawidłowej masy ciała. Należy również zwrócić uwagę na codzienną dietę, która powinna być dostosowana do indywidualnych potrzeb, biorąc pod uwagę ewentualne schorzenia towarzyszące, takie jak cukrzyca. Ważne jest ograniczenie spożycia cholesterolu, który występuje m.in. w tłustym mięsie, smalcu i maśle.

- Wybierajmy niskotłuszczowe źródła białka zamiast tłustego mięsa, takiego jak wieprzowina czy czerwone mięso. Zdrowe tłuszcze to np. oliwa z oliwek, orzechy, nasiona i awokado. Te produkty zawierają nienasycone kwasy tłuszczowe, które są korzystne dla zdrowia serca. Warto także wiedzieć, że spożywanie nadmiernej ilości soli może przyczyniać się do wzrostu ciśnienia krwi. Należy unikać żywności wysoko przetworzonej, która często zawiera duże ilości soli. Jeśli pacjent ma cukrzycę, ważne jest monitorowanie spożycia cukru i stosowanie się do zaleceń dotyczących kontrolowania poziomu glukozy we krwi. Należy unikać napojów słodzonych, słodyczy i produktów z dużą zawartością cukru – informuje Piotr Buszman.



Dr hab. n. med. Piotr Buszman FOT. ARCHIWUM AMERICAN HEART OF POLAND

STOSOWANIE LEKÓW I RUCH

- Pacjenci po zawale serca mogą wymagać regularnego przyjmowania leków, takich jak aspiryna, beta-blokery, inhibitory konwertazy angiotensyny (ACEI) czy statyny. Te leki pomagają w utrzymaniu prawidłowego rytmu serca, obniżają ciśnienie krwi, redukują poziom cholesterolu i zmniejszają ryzyko dalszych incydentów sercowych. Lek należy przyjmować wedle wskazań lekarza prowadzącego i samodzielnie nie wprowadzać zmian – tłumaczy kardiolog.

Przed rozpoczęciem jakiegokolwiek formy aktywności fizycznej ważne jest skonsultowanie się z lekarzem w celu oceny indywidualnej sytuacji zdrowotnej i otrzymania zaleceń dotyczących odpowiedniego poziomu intensywności i rodzaju aktywności. Wykonywanie ćwiczeń aerobowych,

takich jak chodzenie, pływanie, jazda na rowerze, może wzmocnić serce, poprawić wydolność fizyczną i zmniejszyć ryzyko kolejnego incydentu sercowego. Regularna aktywność fizyczna może pomóc obniżyć ciśnienie krwi, co jest ważne dla zdrowia serca i ogólnego samopoczucia.

Ruch pomaga spalać kalorie i utrzymywać prawidłową masę ciała. Wspiera również redukcję stresu, który może mieć negatywny wpływ na serce i układ krążenia. Ważne jest słuchanie swojego ciała i reagowanie na wszelkie niepokojące objawy, takie jak duszność, ból w klatce piersiowej czy zawroty głowy. Należy pamiętać o wyborze bezpiecznego środowiska do ćwiczeń i unikaniu skrajnych warunków atmosferycznych. **MPR**

OGŁOSZENIE

Nadleśnictwa Bircza, Cisna, Lutowska, Stuposiany i Ustrzyki Dolne wyrażają chęć zakupu gruntów leśnych i przeznaczonych do zalesienia.

Więcej szczegółów na stronach internetowych Nadleśnictw:

www.bircza.krosno.lasy.gov.pl; www.cisna.krosno.lasy.gov.pl;
www.lutowska.krosno.lasy.gov.pl; www.stuposiany.krosno.lasy.gov.pl;
www.ustrzykidolne.krosno.lasy.gov.pl.

OGŁOSZENIE



Informuję, iż w oparciu o art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (jednolity tekst Dz. U. z 2023 roku poz. 344 z późn. zm.) - w siedzibie Urzędu Miejskiego w Ustrzykach Dolnych przy ulicy Kopernika 1 i na stronie internetowej www.ustrzyki-dolne.pl w zakładce BIP w dniach od 20 lipca 2023 r. do 11 sierpnia 2023 r. zostanie podany do publicznej wiadomości poprzez wywieszenie na tablicy ogłoszeń wykaz nieruchomości stanowiących własność Gminy Ustrzyki Dolne, przeznaczonych do użyczenia zgodnie z obowiązującymi przepisami w tym zakresie tj.:

- 1) część działki oznaczonej numerem ewidencyjnym 59 o powierzchni 0,4400 ha, położonej w miejscowości Ustjanowa Górna,
- 2) część działki oznaczonej numerem ewidencyjnym 100/5 o powierzchni 0,6000 ha, położonej w miejscowości Równia,
- 3) część działki oznaczonej numerem ewidencyjnym 213/2 o powierzchni 10 m², położonej w miejscowości Ustjanowa Górna.

Z up. burmistrza
Alicja Kisielewicz,

Kierownik Wydziału Gospodarki Nieruchomościami

OGŁOSZENIE



Informuję, iż w oparciu o art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21.08.1997 r. o gospodarce nieruchomościami (jednolity tekst Dz. U. z 2023 roku poz. 344 z późn. zm.) oraz w oparciu o § 4 ust. 3 pkt 4 uchwały nr XLVI/329/06 Rady Miejskiej w Ustrzykach Dolnych z dnia 30.08.2006 r. w sprawie zasad nabywania, zbywania i obciążania nieruchomości gruntowych oraz ich wydzierżawiania lub najmu na okres dłuższy niż trzy lata - w siedzibie Urzędu Miejskiego w Ustrzykach Dolnych przy ulicy Kopernika 1 poprzez wywieszenie na tablicy ogłoszeń oraz na stronie internetowej www.ustrzyki-dolne.pl w zakładce BIP w dniach od 20 lipca 2023 r. do 11 sierpnia 2023 r. zostanie podany do publicznej wiadomości wykaz nieruchomości stanowiącej własność Gminy Ustrzyki Dolne, przeznaczonej do dzierżawy zgodnie z obowiązującymi przepisami w tym zakresie tj.:

W formie bezprzetargowej:

- część działki oznaczonej numerem ewidencyjnym 1150/2 o powierzchni 100 m², położonej w miejscowości Ustrzyki Dolne, z przeznaczeniem pod użytkowanie gastronomicznego ogrodu sezonowego bez stałej zabudowy, na okres trzech sezonów letnich (rok 2023, 2024, 2025) od 01 września 2023 r. do 31 października 2023 r., oraz od 01 maja do 31 października w roku 2024 i 2025.

Z up. burmistrza
Alicja Kisielewicz,

Kierownik Wydziału Gospodarki Nieruchomościami

OGŁOSZENIE



Informuję, iż w oparciu o art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (tekst jednolity Dz. U. z 2023 r. poz. 344) zostanie podany do publicznej wiadomości poprzez wywieszenie na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Ustrzykach Dolnych przy ulicy Kopernika 1 i na stronie internetowej www.ustrzyki-dolne.pl w zakładce BIP w dniach od 20.07.2023 r. do 01.09.2023 r. wykaz nieruchomości stanowiącej własność Gminy Ustrzyki Dolne przeznaczonej do sprzedaży w formie bezprzetargowej na rzecz najemcy lokalu mieszkalnego:

- lokal mieszkalny nr 16 w budynku nr 7 przy ulicy Korczaka w Ustrzykach Dolnych, z udziałem 458/10000 częściach w działce nr 1442/1 o powierzchni 0,1310 ha z przynależną piwnicą o powierzchni 4,00 m².

Z up. burmistrza
Alicja Kisielewicz,

Kierownik Wydziału Gospodarki Nieruchomościami

wiejska POTAŃCÓWKA

PARK WIEJSKI W ROPIECIE

29 lipca
godz. 17.00

Kapela Trzcinicoki

Kapela Rodziny Zastawnych

Logo of various sponsors and partners at the bottom.

XV JUBILEUSZOWY FESTIWAL NATCHNIENI BIESZCZADEM

18-19 SIERPNIĄ 2023
ORLIK W CISNEJ

45-lecie
KSU
JEDYNY KONCERT W BIESZCZADACH

PIECZENIE BYKA

- KULINARIA REGIONALNE
- KOLA NAIKOWE POLITECHNIKI RZESZOWSKIEJ
- KONKURSY WIEDZY O BIESZCZADACH
- WARSZTATY BIESZCZADZKIEGO REKODZIĘŁA
- WATRA POETYCKA, OGNISKO, SPIEWANKI
- WYSTAWA FOTOGRAFICZNA INKA WIECZESKA

BOISKO ORLIK - MAŁA SCENA:

- KONKURSY PIOSENKI DLA DZIECI
- WYSWIETLANIE FILMÓW I BAJEK
- ANIMACJE, POKAZY ILLUZIJ KAPO MAGIC
- DMUCHANEC

WSPIERAMY BIESZCZADZKIE STOWARZYSZENIE
NA RZECZ DZIECI I MŁODZIEŻY NIEPEŁNOSPRAWNEJ PROMIĘY NADZIEI

KONCERTY

- KSI - PROKOWI I AKUSTYCZNE
- SZESZTAN REBEL
- SŁAŚKA GRUPA BLUESOWA
- AGATA RYMARZOWICZ
- O STUDIUM
- GIGANT WIND
- DWIE
- KARCZMARZKA
- HEBA SALWOWSKA
- POD WIATR
- SONE DROGI
- ZA BRZYTĄ
- MARIA LAMERS

- NA GAPE
- KAPELA Z PRZYPIPKO
- KEMKOWYTA
- PIOTR BOSALA „BOSALIK”
- ZBIGNIEW ROLANCIK
- ANIA I TOMASZ TRYST
- PIOTR LADZICZ
- GRZEGORZ „JOWIAŁ” MICHALIK
- IRENY KRUPA
- TOMASZ MOTYKA
- MARCIN ZUBIENICKI
- PAWEŁ LEWANDOWSKI
- MARCEJ YODOWIK
- SŁAWOMIR ZIELIŃSKI

PRZEGLĄD PIOSENKI TURYSTYCZNEJ, POETYCKIEJ I DŹWIEKOSŁOWA
ZGŁOSZENIA: NATCHNIENI.BIESZCZADEM.CISNA@GMAIL.COM

Bilety już dostępne na udk.systembiletowy.pl



**INDIANA JONES: ARTEFAKT
PRZEZNACZENIA 2D NAPISY**

21, 22, 23 LIPCA
GODZ. 19:00 | BILET: 20 ZŁ

Akcja/przygoda | Wiek: +13 | Czas: 2 godz. 35 min.



Bilety już dostępne na udk.systembiletowy.pl



**SPIDER MAN: POPRZEZ UNIWERSUM
2D DUBBING**

28, 29, 30 LIPCA
GODZ. 17:00 | BILET: 20 ZŁ

Animacja/komedia/przygoda | Wiek: +10 | Czas: 2 godz. 20 min.



GAZETA **BIESZCZADZKA**

Adres redakcji:
ul. 29 Listopada 31, 39-700 Ustrzyki Dolne
Tel. 13 461 13 22
e-mail: redakcja@bieszczadzka24.pl

Redaktor naczelny:
Krzysztof Potaczała
e-mail: k.potaczała@bieszczadzka24.pl

Wydawca:
Ustrzycki Dom Kultury,
39-700 Ustrzyki Dolne,
ul. 29 Listopada 31, Tel. 13 461 13 22

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

ustrzycki
dom
kultury

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

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

FHU ADAM AGO RTV

max ELEKTRO

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, PELLEK, OWIES.
OD 12KW DO 150 KW

+48 605 530 288

CIEKAWOSTKI STARE I NOWE

Gigantyczny jesion z Wetliny

W Wetlinie rośnie wyjątkowe drzewo. I chociaż tuż przy chodniku, po którym w sezonie letnim spacerują setki turystów, jest niemal niewidoczne.

Nie trzeba się temu dziwić, wszak ten Matuzaleem wśród jesionów przycupnął skromnie za cisowym żywopłotem, który zakrywa cały jego pień o obwodzie, bagatela, sześciu metrów!

Pomnikowe drzewo oznaczone jest stosowną tabliczką, tyle że słupek do którego ją przymocowano, powoli znika w cisowym gąszczu i niełatwo go dostrzec. A szkoda, bo ten niezwykły cud natury mógłby stać się wielką atrakcją dla miłośników bieszczadzkiej przyrody oraz barwnej historii wioski.

Posadzony został przed wiekami w pobliżu miejscowego dworku, należącego niegdyś do kolejnych właścicieli Wetliny. Niełatwo bez dokładnych badań ustalić, kiedy to się stało. Może dwieście pięćdziesiąt, a może trzysta pięćdziesiąt lat temu. Być może posadzono go tutaj w czasach, gdy właścicielami wsi byli Konarscy. A może nawet, co jest bardziej prawdopodobne, drzewa te (miał bowiem wielki jesion swojego bliźniaka, który poległ od pioruna w drugiej połowie XX w.) posadzono tutaj, by przyozdobić od strony drogi głównej wjazd na teren dworski w czasach, gdy majątek należał do rodziny Lipskich.

„ŻYWI” ŚWIADK DAWNYCH DNI

Jesion „pamięta” wydarzenia trage-

dii ludzkich spowodowanych przez powtarzające się epidemie, których następstwem było nierzadko kilkadziesiąt pogrzebów rocznie na miejscowym cmentarzu. Pamięta zaślubiny syna dziekana baligródzkiego w miejscowej cerkwi, a następnie przyjęcie weselne w wetlińskim dworku. Na zaślubinach świadcował sam hrabia Konarski, tutejszy dziedzic.

Konarscy często podejmowali gości, najczęściej „sąsiadów”, właścicieli okolicznych majątków ziemskich. Być może odpoczywali po organizowanych w okolicznych lasach polowaniach w cieniu wielkiego jesionu, snując opowieści o swoich myśliwskich wyczynach.

Tamte czasy dawno już przeminęły. Po majątku dworskim i samych zabudowaniach, które przez stulecia towarzyszyły sędziemu jesionowi, pozostały tylko wspomnienia. Również miejscowa ludność, która przez stulecia zamieszkiwała rozsiane wzdłuż pobliskiej rzeczki chaty, dawno już została stąd wysiedlona.

Potężny jesion jest dzisiaj jedynym „żywym” świadkiem historii tej miejscowości. Ślady po bojkowskich gospodarstwach pokrył już zielony kobierzec lub zniszczone zostały przez powojennych osadników. Ślady po dworku natomiast zatarte zostały przez budowniczych, wznoszących w połowie lat 50. XX w. budynek nadleśnictwa. Czas zatarł nawet wszelkie ślady po jesionie-bliźniaku, rosnącym w odległości zaledwie kilku metrów.

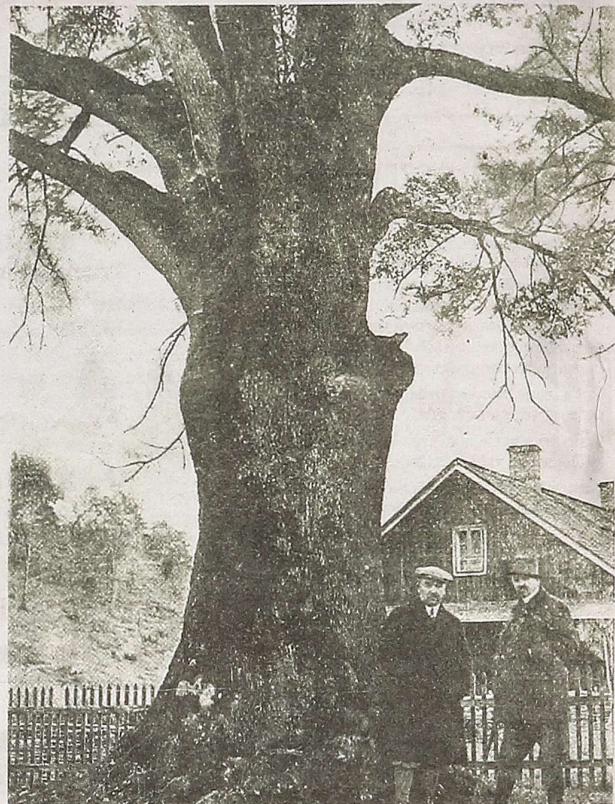
OBY NIE ZNISZCZYŁA GO CHOROBA

Jeszcze całkiem niedawno istniejące drzewo było znacznie potężniejsze niż obecnie. Korona była nieporównanie bardziej rozłożysta. Pewnego dnia jednak odłamał się niespodziewanie najgrubszy konar, zmieniając kształt jesionu.

Na zdjęciu z 1930 roku widzimy jeszcze po lewej stronie ów potężny, rozwidlający się konar, dzisiaj nieistniejący. Za drzewem ogrodzony drewnianym płotem budynek dworski, znacznie już przebudowany przez ówczesnych właścicieli wsi. Spłonął tuż po wojnie, razem z sąsiednimi budynkami należącymi do majątku dworskiego.

Jesion wywarł ogromne wrażenie na przyrodnikach, których także uwieczniono na zdjęciu, i opisany został w wydanym w okresie międzywojennym periodyku. Dzisiaj nadal imponuje swoim ogromem. Szkoda tylko, że właściciele posesji, na której rośnie, nie starają się ukazać go przechodniom w całej jego krasie. A przecież wystarczyłoby przyciąć cisowy żywopłot, by drzewo mogło cieszyć ich oczy. A czas po temu najwyższy, bo infekcyjna choroba, niszcząca jesiony europejskie (pochodzi z Azji, a pojawiła się w Europie w latach 90. XX w.), rozpowszechniła się na cały kontynent. W całych Bieszczadach można już obserwować martwe i zamierające jesiony.

Przyrodniczy pomnik w Wetlinie dzielnie walczy o życie, lecz jak dłu-



FOT. ARCHIWUM RDLP W KROŚNIE

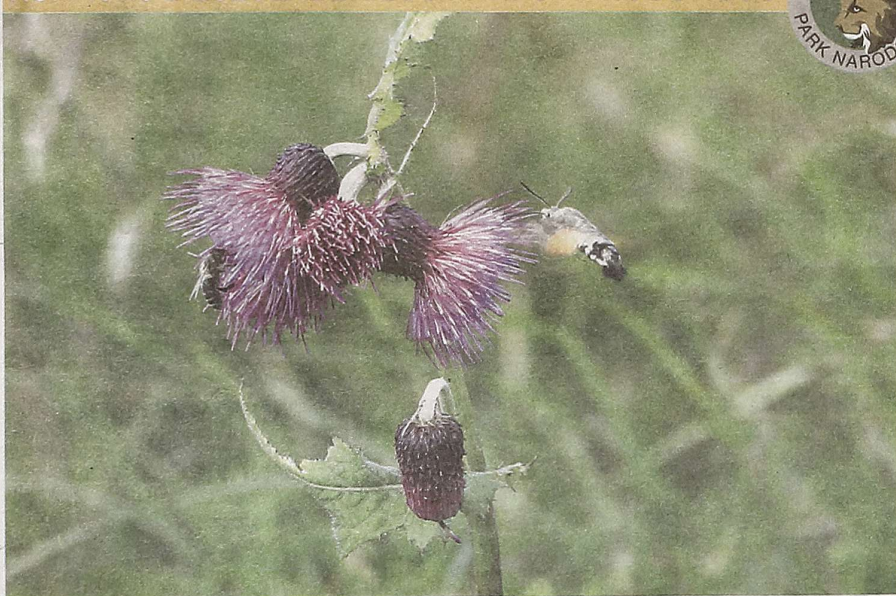
ŻYCZENIE DLA GIGANTA

go jeszcze będzie nam dane podziwiać jego potężną, rozłożystą, zieloną koronę? Sędziwe drzewa zawsze wzbudzają nasze zainteresowanie i podziw. Większość z nas darzy je wielkim szacunkiem. Już w czasach zamierzczłych stare drzewa odgrywały ważną rolę w wierzeniach i obrzędach.

Tysiące razy przechodziłem obok tego giganta, lecz nigdy obojętnie. Zawsze przyciągał jak magnes mój wzrok. Życzylbym sobie z całego serca, by mógł, na przekór wszelkim przeciwnościom, cieszyć oczy przechodniów jeszcze przez dziesięciolecia.

ZBIGNIEW MAJ

KONKURS BIESZCZADZKIEGO PARKU NARODOWEGO



FOT. EWA BUJALSKA

W lipcu na utoininach, w miejscach źródłiskowych, zakwita ostrożeń wschodniokarpacki (Cirsium waldsteini). Bylina ta rośnie także na brzegach lasów i potoków. Zgodnie z nazwą spotkamy ją w Polsce tylko w Bieszczadach, a za granicą w Karpatach Południowych i na Bałkanach. Duże kwiaty w formie purpurowych koszyczków zwabiają liczne owady. Na zdjęciu, po prawej, widzimy motyla z rodziny zawisakowatych, nazywanego niekiedy polskim kolibrem. Motyl ten jest zaliczany do motyli nocnych, jednak w przeciwieństwie do większości z nich, jest aktywny w ciągu dnia. Żywi się nektarem z kwiatów, które spija z nich unosząc się

w powietrzu. Służy do tego specjalnie przystosowana trąbka, czyli rozwijana ssawka, dłuższa od reszty ciała. Podobnie jak u kolibrów, skrzydła tego owada poruszają się na tyle szybko, że przestają być wyraźnie widoczne, co daje wrażenie, że w powietrzu unosi się jedynie ciało owada.

Jak nazywa się opisany przez nas motyl?
Odpowiedź prosimy przysłać wyłącznie mailowo na adres: konkurs@bieszczadzka24.pl do 27 lipca 2023 roku.
Rozwiązanie zagadki z numeru 14 68: Pokłonnik osinowiec.
Nagrodę wylosował pan Bartosz Potocki. Gratulujemy!

POŁ ZARTEM, POŁ SERIO



KK 2023

RYS. KRZYSZTOF KOWALEWICZ

REKLAMA w Gazecie Bieszczadzkiej

Tel. 13 461 13 22 ul. 29 Listopada 31, Ustrzyki Dolne