

Brzezie-Dąbrowa-Grodkowice-Gruszki-Kłaj-Łęzkowice-Łysokanie-Stanisławice

Szarów-Targowisko

NR 28/95 GRUDZIEŃ



# SAMODZIELNOŚĆ

MIESIĘCZNIK INFORMACYJNO - OGŁOSZENIOWY  
GMINY KŁAJ

BUDŻET \* WYBORY PREZYDENCKIE W GMINIE KŁAJ \* PRZETARGI \* KANALIZACJA  
ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI \* ZWYCZAJE WIGILIJNE \* LISTY DO REDAKCJI

Gdzieś w śnieżnej dali jadą konne sanie  
I słychać dzwonki pośród zasp.  
Gdzieś kołędników wiejskich słychać granie  
Już zaczął się świąteczny czas.

Jakże dzisiaj śpiewny świat  
Na gościńcu pastoralki nuci wiatr  
Jak wesoło bije dzwon  
Życząc wszystkim **MIŁYCH ŚWIĄT**  
**MIŁYCH ŚWIĄT**  
**MIŁYCH ŚWIĄT**  
życzy również wszystkim  
Redakcja **SAMODZIELNOŚCI**



## MIKOŁAJ

Co wiemy o świętym Mikołaju? Św. Mikołaj to staruszek (ma ok. 1700 lat). Żył w IVw. w Licji - państwie Azji Mniejszej i był biskupem Miry, znanym z wesołości i życzliwości. 6 grudnia jest datą jego śmierci. Był ponoć niskiego wzrostu, a jego najstarsza podobizna znajduje się w jednym z kościołów Bejrutu. Opiekował się wszystkimi i biednymi, i bogatymi zaś na patrona wybierali go kłusownicy, złodzieje, żeglarze, rybacy, pisarze, krawcy itd. A gdzie dziś mieszka św. Mikołaj? Finowie twierdzą, że u nich, Duńczycy, że zamieszkuje Grenlandię. Te spory dotyczą dorosłych, bo dzieci wiedzą, skąd przybywa ten, na którego czekają cały rok.

A jak podróżuje św. Mikołaj? Różnie. Chodzi, jeździ saniami zaprzężonymi w renifery, przyplwya na statkach, zjeżdza z nieba po złotej nitce itd, itp.

A oto adres poczty w Finlandii, poprzez którą można kontaktować się ze św. Mikołajem:

JOULUMAA  
SANTA CLAUS POST OFFICE  
ARCTIC CIRCLE  
96-930 ROVANIEMI  
FINLAND

Naprawdę można napisać i otrzymać... nie, nie, nie prezenty, ale piękny list.

A.Smoter

## Bal Sylwestrowy

Dnia 31 XII 1995 roku, w sali widowiskowej Urzędu Gminy w Kłaju odbędzie się Bal Sylwestrowy. Prosimy o wcześniejszą rezerwację biletów. Bliższe informacje można uzyskać pod numerem telefonu 84-14-48 lub 84-11-00 wew 34.

Serdecznie zapraszamy.



# WIADOMOŚCI

## WYKONANIE BUDŻETU GMINY KŁAJ ZA III KWARTAŁ 1995 r.

| Nazwa            | Do. planow.         | Do. realizow.       | Wyd. planow.        | Wy. realiz.         |
|------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| Rolnictwo        | 0,00                | 0,00                | 30 000,00           | 3 040,61            |
| Transport        | 0,00                | 0,00                | 174 500,00          | 136 301,51          |
| Gosp.komun.      | 587 500,00          | 311 821,96          | 1 185 977,00        | 721 743,91          |
| Gosp.mieszk      | 245 202,00          | 62 807,41           | 37 088,00           | 15 668,93           |
| Oświ.i wycho     | 1 806 959,00        | 1 336 251,38        | 2 428 459,00        | 1 747 486,06        |
| Kult.i sztuka    | 0,00                | 0,00                | 53 560,00           | 40 964,46           |
| Ochr.zdrowia     | 311 566,00          | 248 405,00          | 380 516,00          | 256 384,12          |
| Opieka społ.     | 316 312,00          | 218 999,85          | 428 552,00          | 295 631,74          |
| Kult. fizyczna   | 0,00                | 0,00                | 35 000,00           | 24 299,47           |
| Roz. działalno   | 6 070,00            | 5 051,08            | 1 070,00            | 714,57              |
| Do.od os. pra.   | 2 295 798,00        | 1 782 363,52        | 0,00                | 0,00                |
| Administracja    | 86 483,00           | 61 851,46           | 1 031 721,00        | 734 162,04          |
| Bezp. publiczn   | 0,00                | 0,00                | 9 900,00            | 9 214,81            |
| Różne rozlicze   | 157 832,00          | 127 228,90          | 2 255,00            | 0,00                |
| Fin. niedoboru   | 264 876,00          | 0,00                | 0,00                | 0,00                |
| <b>R A Z E M</b> | <b>6 078 598,00</b> | <b>4 154 780,56</b> | <b>5 798 598,00</b> | <b>3 985 612,23</b> |

## Wybory prezydenckie w gminie Kłaj I tura wyborów z dnia 5 listopada 1995 r.

|              | Il.os.uprawn. | Il. głosują. | A.Kwaśniewsk | L.Wałęsa | J.Kuroń | J.Olszewski | H.Gronkiewicz | L.Zieliński | W.Pawlak | J.K.Mikke |
|--------------|---------------|--------------|--------------|----------|---------|-------------|---------------|-------------|----------|-----------|
| Brzezcie     | 626           | 409          | 43           | 237      | 14      | 37          | 10            | 12          | 22       | 5         |
| Dąbrowa      | 613           | 433          | 62           | 275      | 29      | 19          | 14            | 12          | 2        | 10        |
| Grodkowice   | 266           | 196          | 52           | 96       | 8       | 11          | 3             | 4           | 14       | 5         |
| Gruszki      | 278           | 189          | 35           | 109      | 5       | 14          | 1             | 10          | 3        | 5         |
| Kłaj         | 2172          | 1460         | 358          | 719      | 116     | 61          | 42            | 31          | 40       | 31        |
| Łęzkowice    | 269           | 199          | 51           | 94       | 17      | 18          | 2             | 2           | 5        | 4         |
| Łysokanie    | 290           | 228          | 30           | 138      | 9       | 11          | 11            | 4           | 9        | 4         |
| Stanisławice | 942           | 858          | 140          | 348      | 51      | 40          | 15            | 20          | 6        | 12        |
| Szarów       | 913           | 643          | 86           | 406      | 28      | 37          | 25            | 17          | 12       | 14        |
| Targowisko   | 1178          | 787          | 129          | 445      | 65      | 32          | 22            | 28          | 14       | 13        |

|              | Il.os.uprawn. | Il. głosują. | A.Kwaśniewsk | L.Wałęsa |
|--------------|---------------|--------------|--------------|----------|
| Brzezcie     | 630           | 440          | 104          | 330      |
| Dąbrowa      | 611           | 459          | 95           | 356      |
| Grodkowice   | 267           | 205          | 78           | 126      |
| Gruszki      | 271           | 215          | 58           | 153      |
| Kłaj         | 2169          | 1528         | 512          | 960      |
| Łęzkowice    | 266           | 201          | 68           | 129      |
| Łysokanie    | 288           | 228          | 41           | 183      |
| Stanisławice | 937           | 684          | 237          | 438      |
| Szarów       | 903           | 675          | 161          | 494      |
| Targowisko   | 1179          | 855          | 230          | 606      |

## II tura wyborów prezydenckich z dnia 19 listopada 1995 r.

W pierwszej turze wyborów prezydenckich uczestniczyło 68,92 % mieszkańców gminy uprawnionych do głosowania.

W turze drugiej uczestniczyło 72,99 % uprawnionych do głosowania.

# WIADOMOŚCI

## Ogłoszenie o przetargu

Kłaj dnia 06 12 1995 r.

Na podstawie art. 24 ust. 1 z dnia 29 kwietnia 1985 roku o gospodarce gruntami i wywłaszczeniu nieruchomości (j.t. z 1991 r. Dz.U.Nr.30 poz.127 z późn. zmianami i &17 zarządzenia MGP i B z dnia 19 czerwca 1991 roku) w sprawie przetargu na nieruchomości stanowiące własność Skarbu Państwa lub własność Gminy (MP.Nr.21 poz.148) oraz w wykonaniu Uchwały rady gminy w Kłaju Nr IX/60/95 z dnia 5 czerwca 1995 roku - po przeprowadzeniu I przetargu nieograniczonego odnośnie sprzedaży nieruchomości budowlanych w Stanisławicach.

### Zarząd Gminy w Kłaju

**ogłasza II pisemny przetarg nieograniczony na sprzedaż następujących nieruchomości położonych w Stanisławicach:**

| Lp. | Nr.dz.  | Pow.w m2 | Opis<br>nieruch. | Przeznaczenie<br>w planie zagospo. | Cena wywoł.<br>w zł. |
|-----|---------|----------|------------------|------------------------------------|----------------------|
| 1.  | 583/92  | 1584     | uzbrojenie       | Na cele zabudowy                   | 5.070,00             |
| 2.  | 583/93  | 1050     | pełne            | mieszkaniowej                      | 4.200,00             |
| 3.  | 583/94  | 957      | w pobliżu        | z możliwością                      | 3.828,00             |
| 4.  | 583/95  | 872      | "                | lokalizacji                        | 3.487,00             |
| 5.  | 583/96  | 908      | "                | usług                              | 3.632,00             |
| 6.  | 583/97  | 865      | "                | rzemieślniczych                    | 3.460,00             |
| 7.  | 583/98  | 806      | "                | i produkcyjnych                    | 3.223,00             |
| 8.  | 583/99  | 751      | "                | nieuciążliwych                     | 3.004,00             |
| 9.  | 583/100 | 819      | "                | dla środowiska                     | 3.276,00             |
| 10. | 583/101 | 890      | "                |                                    | 3.560,00             |
| 11. | 583/74  | 911      | "                |                                    | 3.643,00             |
| 12. | 583/71  | 881      | "                |                                    | 3.524,00             |
| 13. | 583/72  | 880      | "                |                                    | 3.520,00             |
| 14. | 583/54  | 2311     | "                |                                    | 6.473,00             |

### Zarząd Gminy w Kłaju

**ogłasza pierwszy pisemny przetarg nieograniczony na sprzedaż nieruchomości położonej w Kłaju**

1. 787/1 0.06 ha położenie Kłaj, przeznaczenie na cele zabudowy mieszkaniowej jednorodzinnej i zagrodowej oraz usług.

Kształt działki - wąska w formie wydłużonego prostokąta - nie nadająca się do samodzielnej zabudowy.

Szczegółowe informacje dotyczące w/w nieruchomości można uzyskać w Urzędzie Gminy, Kłaj pok. nr 4. Obowiązuje termin rozpoczęcia zabudowy 2 lata i zakończenia 5 lat. Koszty związane z przeniesieniem prawa własności pokrywa nabywca. Oferty wraz z dowodem wpłaty wadium w wysokości 10% ceny wywoławczej można składać w sekretariacie Urzędu w terminie 14 dni od daty ukazania się ogłoszenia. Wadium należy wpłacić w kasie Urzędu, czynnej w godzinach od 8.00 - 12.00 i od 13.00 - 14.00. Wpłacone wadium przez oferanta przepada w całości na rzecz sprzedawcy, jeżeli oferant, którego ofertę przyjęto, uchyli się od zawarcia umowy. Otwarcie ofert w siedzibie Urzędu w 16 dniu od ukazania się ogłoszenia o godz. 10.00. Zastrzega się prawo swobodnego wyboru oferty jak też prawo unieważnienia przetargu bez podania przyczyn.

## OGŁOSZENIE

Gmina Kłaj informuje, że przejmuje w Zarząd tereny po byłych ogrodach działkowych w Łysokaniach, oznaczone nr ew.410/1 o powierzchni 45,13 ha - stosownie do Wyroku Naczelnego Sądu Administracyjnego Ośrodek Zamiejscowy w Krakowie ogłoszonego dnia 19 października 1995 roku w sprawie wygaśnięcia użytkowania wyżej wymienionego gruntu przez Polski Związek Działkowców Zarząd Wojewódzki w Krakowie. Bliższych informacji udziela Urząd Gminy w Kłaju - Wydział Geodezji i Gospodarki Gruntami oraz Radca Prawny. Ogłoszenie podlega wywieszeniu na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Kłaj oraz na terenach byłych ogrodów działkowych w Łysokaniach - do publicznej wiadomości użytkowników.

## WIADOMOŚCI

### "KANALIZACJA CIŚNIENIOWA I PODCIŚNIENIOWA"

25 października 1995 roku w Urzędzie Gminy w Kłaju odbyło się seminarium na temat **"Teoria funkcjonowania systemów ciśnieniowych i podciśnieniowych przy budowie kanalizacji w warunkach trudnych terenowo"**.

Wykłady prowadzili :

\* dr inż. Maciej Ways - "Dotychczasowe doświadczenia krajowe"

\* dr inż. Witold Olszewski - "Stan wdrożenia i doświadczenia eksploatacyjne"

\* Janusz Kasprówicz - "Autonomiczna kanalizacja ciśnieniowa".

Natomiast firmy :

ITT FLYGT z Warszawy, Zakłady Przetwórstwa Tworzyw Sztucznych z Kłaja oraz Firma BWP EKO - AQVA z Warszawy prezentowały swoje wyroby.

Uczestnikami seminarium byli wójtowie, burmistrzowie oraz pracownicy UG, UM, UW z czterech województw tj. krakowskiego, tarnowskiego, nowosądeckiego i bielskiego. Szkolenie zakończyło się wyjazdem na oczyszczalnię ścieków w Stanisławicach, gdzie wszelkich informacji udzielał inż. Walerian Piotr Szymko z firmy "ECOMERG z Nowego Tomysła".



R. Gądek

### Ważne dla właścicieli gruntów rolnych

Urząd Gminy w Kłaju informuje, że z dniem 8 lutego 1996 roku wchodzi w życie nowa ustawa o ochronie roślin uprawnych. Ustawa określa obowiązki posiadaczy gruntów, posiadaczy sprzętu ochrony roślin, nakłada również obowiązek uzyskania koncesji na obrót środkami ochrony roślin. Z dniem wejścia w życie ustawy, organem egzekwującym jej przepisy staje się Państwowa Inspekcja Ochrony Roślin, utworzona na bazie dotychczasowych Wojewódzkich Stacji Kwarantanny i Ochrony Roślin. A oto kilka istotnych dla właścicieli gruntów fragmentów ustawy:

**Art.3** mówi m.in., że : w razie pojawienia się organizmów szkodliwych (zwierzęta, rośliny, grzyby itp.), posiadacze gruntów zobowiązani są do "...zwalczania ich na własny koszt, oraz zapobiegania ich szerzeniu się..."

**Art.50-b** Kto stosuje środki ochrony roślin sprzętem niesprawnym technicznie i uchyla się od obowiązku przeprowadzenia technicznego badania tego sprzętu "... podlega karze aresztu lub grzywny..."

W odróżnieniu od przepisów ustawy dotychczas obowiązującej, gdzie wójt gminy wzywał np. do likwidacji zachwaszczenia i w przypadku niezastosowania się posiadacza gruntu do wezwania zarządzał wykonanie zastępcze, obecnie orzekanie następować będzie na

wniosek Inspektora Ochrony Roślin w trybie przepisów o postępowaniu w sprawach o wykroczeniu.

**Art. 37.1.b.** zezwala na stosowanie środków ochrony roślin, gdy "... miejsce stosowania środka ochrony roślin jest oddalone co najmniej 5m od dróg publicznych ( nie dotyczy dróg gminnych) i co najmniej 20m od budynków mieszkalnych i zabudowań inwentarskich, pasiek, upraw zielarskich...". Biorąc pod uwagę ilość nieużytków na terenie gminy Kłaj, w większości ogromnie zachwaszczonych, apelujemy do ich właścicieli o zadbanie o ich stan, dla uniknięcia w roku przyszłym dotkliwych kar. Przypominamy, że grunty wyłączone z użytkowania (i zwolnione z podatku) muszą być utrzymywane w sposób nie pogorszący ich potencjału produkcyjnego tzn. łąki winny być koszone nie zbierane, grunty orne utrzymane w czarnym ugorze lub siane nawozy zielone na przyoranie. Osoby, które nie są zdolne do prawidłowego utrzymania gruntów z powodu wieku, inwalidztwa itp. a brak im środków na opłacenie rosnących podatków, mogą zwracać się do Urzędu Gminy o nieodpłatne przejęcie gruntów na rzecz gminy i w przypadkach uzasadnionych Zarząd Gminy rozpatruje takie wnioski pozytywnie.

W. Migdał

Od stycznia 1996 roku "Samodzielność" płatna. Informujemy Czytelników, że w związku z dużymi kosztami wydania gazety, od stycznia 1996 r. miesięcznik "Samodzielność" będzie płatny (50 gr.).

## Święto Niepodległości

11 listopada br. pod pomnikiem marszałka Piłsudskiego w Brzeziu, zebrali się przedstawiciele władz gminy, wojska i mieszkańców gminy, by uczcić Święto Niepodległości.

Program artystyczny przygotował radny Brzezia - p.**Ryszard Kruczkowski**, a przedstawili go uczniowie tutejszej szkoły.

D.Kupiec



### Informacja o konkursie recytatorskim

Urząd Gminy w Kłaju, Referat Kultury informuje, że dnia 13.12.1995r. odbędzie się kolejna edycja Gminnego Konkursu Recytatorskiego. Zapraszamy do wzięcia udziału wszystkie szkoły podstawowe.

R. Gądek

## KRONIKA POLICYJNA

W ostatnim okresie nieznanymi sprawcy dokonali włamania do Szkoły Podstawowej w Kłaju, kradnąc m.in. magnetowid i telewizor kolorowy. Zwracamy się z prośbą o pomoc w ustaleniu sprawców tej kradzieży lub w odzyskaniu skradzionych rzeczy. Prośbę naszą na pewno poprzę dzieci ze Szkoły Podstawowej w Kłaju, którym ten sprzęt służył.

Przypominamy kierowcom, że z nadchodzącą porą pogorszą się warunki na drogach, wobec czego kierujący jest zobowiązany zachować szczególną ostrożność i dostosować prędkość do panujących warunków drogowych. Właściciele pojazdów powinni również zwrócić uwagę na stan techniczny posiadanych pojazdów, sprawdzić ogumienie oraz oświetlenie pojazdu.

Informujemy, że obowiązuje całkowity zakaz ciągnięcia za jakimkolwiek pojazdem sanek po drodze publicznej. W/z z proponowanym wzrostem wysokości mandatów karnych (górna granica 500 nowych złotych) uczulamy na przestrzeganie przepisów.

Z. Rusin



## KRONIKA USC

### Urodzeni

1. Dominika Nawrocka - Targowisko 324
2. Mateusz Słodki - Targowisko 247
3. Karolina Klima - Targowisko 122
4. Weronika Siwek - Łysokanie 8
5. Justyna Korbut - Targowisko 150
6. Mateusz Zabdyr - Kłaj 773
7. Daria Klima - Kłaj 85

### Zgony:

1. Katarzyna Stanisław - Kłaj 71
2. Franciszek Grał - Targowisko 165
3. Anna Strach - Stanisławice 167
4. Anna Jędrzejczyk - Brzezie 11
5. Julia Robak - Grodkowice 22
6. Bronisław Rydz - Stanisławice 152

### Małżeństwa:

1. Agnieszka Czajka - Piotr Chudecki
2. Marta Gałka - Adam Wywiół
3. Aneta Rojek - Sylwester Polak
4. Elżbieta Nowak - Tomasz Ostachowicz
5. Wioletta Czubak - Marcin Fortuna

Osoby, które nie życzą sobie podania danych o narodzinach dziecka, zawarciu związku małżeńskiego oraz o osobie zmarłej, prosimy o zgłaszanie uwag do redakcji, która mieści się w Urzędzie Gminy w Kłaju. Tel. 84-14-48 lub 84-11-00 wew.34



## Zwyczaje wigilijne ludu żyjącego nad Rabą

Zbliżają się święta Bożego Narodzenia z całym ich ceremoniałem, splendorem i zwyczajami, które w zależności od okolicy zamieszkania mogły być bardzo różnicowane. Zaczynały się już właściwie od Wigilii (Wili). Zwyczaje związane ze Świętami B.N. w naszym regionie bardzo szczegółowo zbadał i opisał nasz znany krajan z Targowiska Jan Świętek w dziele p.t. "Lud Nadrabski" (od Gdowa po Bochnię). Korzystając z jego bogatego opracowania, pragnę w niniejszym artykule przedstawić (ze względu na szczupłość miejsca) jedynie zwyczaje wigilijne.

Otóż już w Wigilię rano gospodarz rozdawał dzieciom i wszystkim domownikom opłatki, życząc im szczęścia, zdrowia i błogosławieństwa Bożego na cały przyszły rok. Dzieci w tym dniu powinny być szczególnie grzeczne, aby się nie narazić, "bo Wigilia rada dzieci biją", a które dziecko oberwało w skórę od rodziców w Wigilię, będzie brało lanie przez cały rok. Po spożyciu opłatka, wszyscy domownicy z rąk gospodyni otrzymywali po kromce chleba, a w południe po parę pieczonych ziemniaków. Pod wieczór, gdy zajaśniała pierwsza gwiazda na niebie, gospodyni krzątała się wokół wieczerzy wigilijnej, a pozostali członkowie rodziny kręcili ze słomy powrósł i szli z nimi do sadu. Tu przystępowano do każdego drzewa oddzielnie, pozdrawiając je po trzykroć słowem Bożym: "Niech będzie pochwalony Jezus Chrystus" i odpowiadali sobie: "Na wieki wieków amen". Następnie pytano: "Drzewinie czy śpisz, czy żyjesz? Chrystus się nam narodził; Jak śpisz to wstawaj na ten Nowy Rok". Po tym wezwaniu obwiązywano drzewa powrósłami bardzo głośno krzycząc: Będzie

rodziła, nie wycinaj! Nie będzie rodziła, utnij ją!. Przy tej okazji uderzano drzewo obuchem siekiery. Po powiązaniu drzew powrósłami w sadzie, domownicy wracali do chaty i tu w izbie wiązali ławki oraz stół, na którym mieli spożywać wieczerzę wigilijną. Na ławie rozkładali garść żyta najpiękniejszego w kłosie i w słomie, to przykrywali garścią najpiękniejszego owsa, na owies rozkładli pewną ilość prośnianki i wreszcie na to wszystko nakładali trochę siana.

Następnie te wszystkie warstwy zbóż przywiązywano trzema słomianymi powrósłami, wkładając pod jedno z nich żytni chleb. Do skórki chleba przykładano ostrze noża, a na nóż nakładano opłatek. Ten pokarm obwijano czystą chusteczką i pozostawiono go pod powrósłem aż do końca Świąt B.N. Po świętach rozbierało się ławę (lub stół!), zawiniątko odkrywano i każdy ciekawie spoglądał na ostrze noża. Jeżeli ostrze noża było zupełnie czyste oznaczało to, że w następnym roku będzie dobry urodzaj; jeżeli nóż był omszały wróżono nieurodzaje zbóż. Po powiązaniu ławki lub stołu wszyscy członkowie rodziny wkładali żdźbła słomy w szpary między stragarzem a powałą. Im więcej takich wiązanek wetknęto, tym więcej w przyszłym roku miało być zboża. Kiedy już wszystko zostało ukończono, gospodarz z żoną, dziećmi, dziadkami i ewentualnie z służbą zasiadali do wigilijnej wieczerzy. Najpierw składano sobie życzenia: zdrowia, szczęścia i wszystkiego dobrego, co sobie ktoś od Pana Boga życzy. Następnie przystępowano do spożywania wieczerzy. Wieczerza wigilijna była postna, okraszona jedynie olejem, bez którego wigilia nie mogłaby zaistnieć. Rozpoczynano ją od ziemniaków z żurem, potem podawano groch, kluski targane maszczone miodem lub olejem, dalej kapustę, tajoną kaszę jaglaną i krupianą lub wodną ze śliwami, a na koniec podawano gotowaną suszoną rzepę, a to w tym celu, aby każdy z uczestników wieczerzy nie miał w



przyszłym roku bolaków. Po skończonej wigilii resztki jedzenia zanoszone zwierzętom domowym, aby i one wiedziały, że to jest dzień wigilijny. Do izby wpuszczano także psa, który zjadał resztki pokarmu, poczem wypuszczano go w pole, a w którą stronę pies zaszczekał z tej strony panna mogła się spodziewać kawalera. W ten wyjątkowy wieczór zwierzęta domowe otrzymywały większe porcje pożywienia, aby i one wiedziały, że jest to dzień nadzwyczajny. Według dawnych wyobrażeń mieszkańcy wsi nadrabskich wierzyli, że krowy i woły w noc wigilijną mówią ludzkim językiem. Ponad to ta ludność Nadrabia była przekonana, że o samej północy w Wigilię Świąt Bożego Narodzenia woda we wszystkich studniach przemienia się w wino. Trudno jednak ten moment uchwycić, ponieważ prosty człowiek nie mógł wiedzieć, jak zegary w niebie chodzą, a zresztą to szczęście mogło spotkać tylko takiego z ludzi, który w życiu nie dopuścił się żadnego grzechu. W nocy ok. godz. 23.00 wszyscy mieszkańcy wsi, którzy tylko mogli, wychodzili na pasterkę do kościoła, a stamtąd wracali grubo po północy. Tak kończono dzień i wieczór wigilijny.

Pierwsze Święto Bożego Narodzenia przechodziły zazwyczaj spokojnie, ponieważ gospodarze zmęczeni przygotowaniami do świąt wypoczywali...

Niestety, dziś już te zwyczaje są mocno okrojone i jeśli gdzieś istnieją to tylko w szczątkowym stadium.

D.Kołodziejczyk

# EKOLOGIA

## JĘŚĆ, CZY SIĘ ODŻYWIAĆ

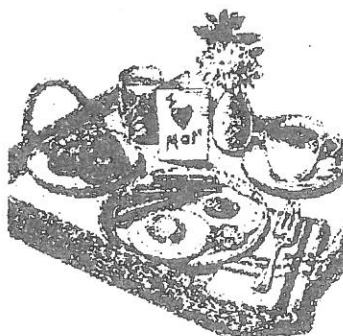
"Profilaktyka chorób cywilizacji"

Są dwa fundamentalne czynniki, które niszczą zdrowie:

1/ **palenie tytoniu;**

2/ **alkohol;**

ale z kolei jeżeli ktoś nie pali i nie pije alkoholu, wcale nie można powiedzieć, że robi cokolwiek dobrego dla swojego zdrowia. Zdrowiu pomagamy prowadząc odpowiedni tryb życia, a przede wszystkim mądrze się odżywiając. Zdrowa dieta to trzeci element, który decyduje o stanie organizmu i długości życia. Wszyscy musimy jeść, ale od nas zależy co i w jakich ilościach. W tej chwili mamy kłopoty zdrowotne nie z powodu niedoboru pożywienia, lecz z jego nadmiaru. Zachodzi pytanie, co więc powinniśmy jeść? Najprościej, to ograniczyć wszystko co jest związane z pochodzeniem odzwierzęcym, tj. mięso i produkty mleczne. Oba te produkty działają bardzo szkodliwie: przyspieszają choroby miażdżycowe i powodują choroby nowotworowe. Podstawą żywienia człowieka powinny być: zboża, owoce i warzywa - te, które zawierają witaminy "C" i "A". Są one eliksirem biologicznym spełniającym rolę naprawczą funkcji obronnych organizmu. W krajach zachodnich produkty roślinne są podstawą żywienia. Mięsa nie można jednak w ogóle nie jadać, ponieważ jest ono czynnikiem pomagającym utrzymać odporność, zawiera też witaminy z grupy "B". Należy starać się unikać mięsa czerwonego: wołowiny, wieprzowiny i cielęciny. Wskazane jest mięso z drobiu. Naczynia nowej generacji pozwalają na zrealizowanie medycznych wskazań diety i smaczne przyrządzanie warzyw i mięsa. Nowe technologie gotowania sprawiają, że produkty zachowują naturalny smak. Nie wygotowują się, nie przypalają, zatrzymują cenną witaminę "C" i tak np. ziemniaki przez normalne gotowanie tracą 90% tego co w nich najważniejsze tj. witamin i soli mineralnych.



### ŻYWIENIE DIETETYCZNE LUDZI Z NADWAGĄ:

Składniki energetyczne doprowadzone do organizmu w nadmiarze i nie zużyte na pracę / dodatni bilans energetyczny / przekształcają się w tłuszcz, co powoduje powstanie nadwagi i rozwoju otyłości. Otyłość - jest podobnie jak miażdżyca - problemem społecznym. Ze względu na powszechność jej występowania stanowi czynnik usposabiający do: cukrzycy, nadciśnienia, miażdżycy i innych chorób. Określa się je mianem metabolicznych chorób cywilizacji. W leczeniu otyłości główną rolę odgrywa stosowanie diet niskoenergetycznych oraz zwiększenie wysiłku fizycznego. Należy ograniczyć spożycie tłuszczów, soli i cukru /słodzić sacharyną/.

Dieta niskoenergetyczna jest dietą niskotłuszczową i niskocukrową. Można stosować w niej wszystkie techniki kulinarne. Cennymi produktami tej diety są owoce niskoenergetyczne jak: arbuzy, cytryny, grejfruty, melony, pomarańcze, truskawki, mandarynki /w 100 gramach produktu zawierają do 40 kcal./ Owoce średnioenergetyczne /od 40-60 kcal

w 100 gramach produktu/ agrest, borówki, brzoskwinie, czarne jagody, czereśnie, gruszki, jabłka, maliny, morele, poziomki, wiśnie, żurawiny. Owoce wysokoenergetyczne /w 100 gramach produktu - ponad 60 kcal/ banany, jeżyny, porzeczki czarne i czerwone, renklody i śliwki. Należy pamiętać, że większość przypadków otyłości wynika z przekarmienia; jest to tzw. otyłość prosta, w której zaburzenia hormonalne są jej następstwem, a nie przyczyną. Tycie rozpoczyna się w różnym wieku. Często następuje w wieku dojrzałym, kiedy to obniża się aktywność fizyczna człowieka. Im człowiek starszy tym mniej powinien jeść. Z praktyki wynika, że ludzie otyli różnią się między sobą budową ciała, rozmieszczeniem tkanki tłuszczowej oraz podatnością na leczenie odchudzające. W tych samych warunkach jedni chudną wolniej, drudzy szybciej. Związane jest to z wielkością komórek tłuszczowych / duże komórki tłuszczowe - chudnie się szybciej, małe - odporność na odchudzanie/. Otyłość rozwijająca się we wczesnym dzieciństwie, prowadzi do rozwoju komórek tłuszczowych, które raz powstałe pozostają do końca życia. Dlatego uwaga rodzice! Otyłość nabyta w dzieciństwie jest trudniejsza do leczenia niż otyłość rozwijająca się w wieku dojrzałym. Nie przekarmiajcie więc dzieci i nie dokarmiajcie ich nadmierną ilością słodczy. Postępując rozsądnie, można uniknąć wielu chorób i nie "wpędzać" dzieci w kompleksy związane z ich wyglądem zewnętrznym /w okresie dojrzewania/ Motto na przyszłość / dla zdrowych i chorych/

**"Nie wystarczy jeść - należy się odżywiać".**

cdn. Z.Gradoś - WODR Kraków.

# LISTY DO REDAKCJI

## List do redakcji

Nazywam się Antoni Zawadzki. Jestem studentem pedagogiki specjalnej. Studiuję w Wyższej Szkole Pedagogicznej w Krakowie. Jestem stałym czytelnikiem miesięcznika "Samodzielność". W ostatnim numerze tego czasopisma zainteresował mnie artykuł dotyczący dysleksji. Ponieważ studiuję pedagogikę specjalną, w ramach moich studiów mam bardzo bliski kontakt z tym zagadnieniem, zarówno w teorii jak i praktyce. Jeżeli Państwo pozwolicie, chciałbym przedstawić punkt widzenia studenta na problem dysleksji. Jednocześnie chcę się ustosunkować do artykułu pana Jerzego Hapa. Dysleksja to temat bardzo obszerny, świadczy chociażby o tym obszerna literatura. Chcę zwrócić uwagę jak walczy się z tym problemem i w jaki sposób należy tę walkę uczynić skuteczniejszą. Rodzice są pierwszymi osobami, które mają kontakt z dysleksją u swoich dzieci. Kiedy zauważają, że ich dziecko ma problemy z mówieniem (jąka się, sepleni, gubi końcówki, przekręca wyrazy) zaczynają się niepokoić, szukają różnymi sposobami informacji na temat tych wad. Psycholodzy, pedagogi i lekarze wyraźnie stwierdzają, że w ciągu rozwoju mowy, naturalne są u dzieci wady wymowy, które wymieniał wyżej. Ponadto badania potwierdziły fakt, że wady te są dopuszczalne u dziecka 3-4 letniego, natomiast u dziecka starszego ewidentnie są wadami, które należy korygować. W takiej sytuacji należy szukać informacji o tych i innych zaburzeniach w źródłach kompetentnych, to znaczy: należy rozmawiać o problemach dziecka związanych z wymową z nauczycielem, wychowawcą, logopedą, lekarzem i psychologiem (niekoniecznie muszą to być rozmowy na drodze formalnej). Jeżeli

zaburzenia te występują u dziecka, kiedy uczęszcza ono do przedszkola, rodzice powinni porozmawiać o nich z wychowawcą dziecka. Wychowawca może skierować dziecko w sytuacji kiedy stwierdzi wady, do poradni psychologiczno-pedagogicznej, lub może ćwiczyć z dzieckiem w ramach zajęć zespołu korekcyjno-kompensacyjnego. Wszyscy wiemy, że instytucji tego typu jest bardzo mało i terminy przyjęć - w przypadku poradni psychologiczno - pedagogicznej na zajęcia korekcyjne są bardzo odległe. Oczywiście istnieją takie placówki prywatne, które żądają ogromnych sum za swoje usługi. Nie we wszystkich szkołach i przedszkolach znajdują się zespoły kompensacyjno-korekcyjne. Jeżeli rodzice mają możliwość skierowania dzieci do takich placówek, to wszystko jest w porządku. Z praktyki studenckiej wiadomo mi, że wielu rodziców czeka bardzo długo na wolne miejsce dla swojego dziecka w placówce tego typu. Są też rodzice, których nie stać jest na opłacenie zajęć w placówkach prywatnych. W takiej sytuacji dzieci rosną, ich wady pogłębiają się i nie ma możliwości na ich korygowanie. Rodzina jest najmniejszym ogniwem społeczeństwa. W tym ogniwie rozwiązywane są podstawowe problemy, szczególnie te dotyczące dzieci. Moim zdaniem właśnie rodzina, jako pierwsza powinna zacząć pracę ze swoimi dziećmi, korygując ich wady, również te, które dotyczą dysleksji. Zdaje sobie również sprawę z tego, że "Rodzic" to najtrudniejszy zawód na świecie, ponieważ jeszcze nie ma szkoły, która uczyłaby tego zawodu. Z tego powodu ponawiam apel pana Hapa, który proponuje zorganizowanie dla wszystkich zainteresowanych tym tematem rodziców spotkania - to jest bardzo dobra okazja do tego, aby pogłębić swoją wiedzę

na temat dysleksji. Poniżej podaje literaturę, która pomoże zrozumieć wszystkim zainteresowanym problem dysleksji.

Janina Mickiewicz "Jedynka z ortografii?", Barbara Sawa "Jeżeli dziecko źle czyta i pisze"; Irena Dudzińska "Dziecko sześciolatnie uczy się czytać"; Irena Dudzińska "Sto pomysłów i zabaw z domowego przedszkola"; Glenn Doman "Jak nauczyć małe dziecko czytać"; red. Władysława i Jan Pileccy "Stymulacja psychomotorycznego rozwoju dzieci o obniżonej sprawności umysłowej"; Ewa Waszkiewicz "Stymulacja psychomotorycznego rozwoju dzieci 6-8 letnich"; Irena Styczek "Badanie i kształtowanie słuchu fonematycznego".

Pragnę również zwrócić uwagę na problem diagnozy. Diagnoza jest bardzo ważnym elementem w profilaktyce. Od diagnozy (czyli rozpoznawania wad) zależy dalsze postępowanie korekcyjne. Diagnozą zajmują się różnego rodzaju poradnie i zespoły korekcyjno-kompensacyjne. Testy diagnostyczne służące do diagnozowania są bardzo dobre i jest ich ogromna ilość. Gorzej jest ze skutecznością ich przeprowadzania. Dzieci diagnozowane w placówkach często wycofują się, zamykają się w sobie, nie chcą współpracować z ludźmi przeprowadzającymi diagnozę. To może być powodem mniej skutecznej profilaktyki. Uważam, że pierwsza faza diagnozy powinna odbywać się w domu. Tu bowiem dziecko czuje się bezpiecznie i bez większych kompleksów może być diagnozowane przez swoich rodziców. Ponadto pierwsza faza diagnozy przeprowadzana w domu, może zmniejszyć czas zajęć w poradniach.

A. Zawadzki

## Sklep "CLAUDIA" s.c.

Serdecznie zaprasza do zakupów  
w nowo otwartym sklepie.

**Oferuje duży wybór odzieży dla:**

- niemowląt (pieluchy, śpiochy, kaftaniki, komplety do chrztu)
- dzieci (getry, dresy, bluzki, sukienki, spodnie, kurtki)

**Proponujemy również  
odzież damską i męską oraz:**

- bieliznę osobistą
- pantofle damskie i męskie
- tenisówki
- rajstopy
- skarpety
- swetry
- garnitury
- parasole
- sztuczną biżuterię

**Kłaj - Centrum**

pon.- pnt. 9.00 - 17.00 ; sobota 8.00 - 14.00

## Sklep "CLAUDIA" - BIS s.c.

**Oferuje duży wybór:**

- firanek, zasłon, ręczników, pościeli, poduszek, kołder, kocy
- pasmanteria - nici, zamki, igły, taśmy, guma,

**Kłaj - Centrum (pod przedszkolem)  
pon. - pnt. 8.30 - 16.30  
sobota 8.00 - 14.00**

**ZAPRASZAM.Y.**

# REKLAMA

## ZAKŁAD ELEKTROINSTALACYJNY INTEL - SYS

### Instalacje:

- \* elektryczne
- \* odgromowe
- \* pomiary w/w instalacji

### Montaż:

- \* domofonów
- \* wideodomofonów
- \* systemów alarmowych
- \* systemów grzewczych



Marian Wajda Szarów 312 Tel: 84-27-39

## FIRMA BUDOWLANO-REMONTOWA „LASOŃ - BUD”

Szarów 115 Tel.84-25-03

- \* Kompleksowe wykonawstwo obiektów mieszkalnych i użyteczności publicznej.
- \* Docieplenia budynków w systemie "Drayvit" - oraz "EURO-MIX"
- FIRMA "EXPO-LAND" - Tel.56-53-02
- \* Projektowanie domów i wnętrz.

**DUŻE DOŚWIADCZENIE  
WYSOKA JAKOŚĆ**

## USŁUGI POGRZEBOWE

- Transport zwłok
- Wyrób trumien
- Sarkofagi
- Karawan



Zdzisław Włodek Brzezcie 312  
tel.78-15-00 w.174, 84-12-00 w.174

## Usługi szklarskie w zakresie:

- \* szklenie okien, drzwi, witryn sklepowych
- \* szlifowanie szyb stołowych i meblowych
- \* lustra, dowolny rozmiar
- \* oprawa obrazów
- \* tablice nagrobkowe
- \* gabloty sklepowe ze szkła - dowolny rozmiar
- \* akwaria klejone ze szkła
- \* szyby termoizolacyjne

Usługi wykonywane są w zakładzie  
oraz u klienta.

Transport w obrębie 10 km.  
GRATIS /jeżeli nie przekracza 5 m2/

**ZAKŁAD CZYNNY CAŁĄ DOBĄ**

Adam Kowal  
Dąbrowa 113 Tel.84-14-12

## ZAKŁAD INSTALACYJNY WODNO-KANALIZACYJNY

świadczy usługi w zakresie

\* wody \* gazu \* c.o.

Wykonuje usługi w miedzi.

Spółka cywilna  
Mieczysław Orlik i Paweł Orlik  
Szarów 274 Tel.84-29-96.

## BIURO KSIĘGOWE "BIUK"

.Teresa Pawelec, 32-014 Brzezcie

Tel. 84-12-00 wew.130 lub 78-15-00 wew.130

**ZAPRASZA** w godz. 9.00-15.00

Budynek WDK Brzezcie

### Oferuje:

- \* Prowadzenie ksiąg handlowych
- \* Prowadzenie podatkowej księgi przychodów i rozchodów
- \* Prowadzenie ewidencji VAT
- \* Prowadzenie ewidencji dla potrzeb zryczałtowanego podatku dochodowego
- \* Sporządzanie deklaracji podatkowych i VAT
- \* Rozliczenia roczne.

## PRZYSŁOWIA NA GRUDZIEŃ

Gdy na Barbarę odtajanie, to szykuj  
sanie.

\*\*\*

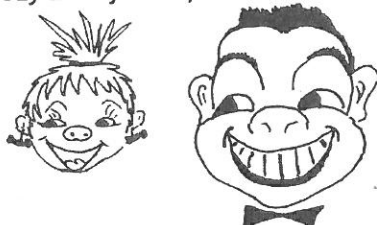
Zielone Boże Narodzenie, a Wielkanoc  
biała z pola uciecha mała.

**PÓŁ ŻARTEM  
PÓŁ SERIO**

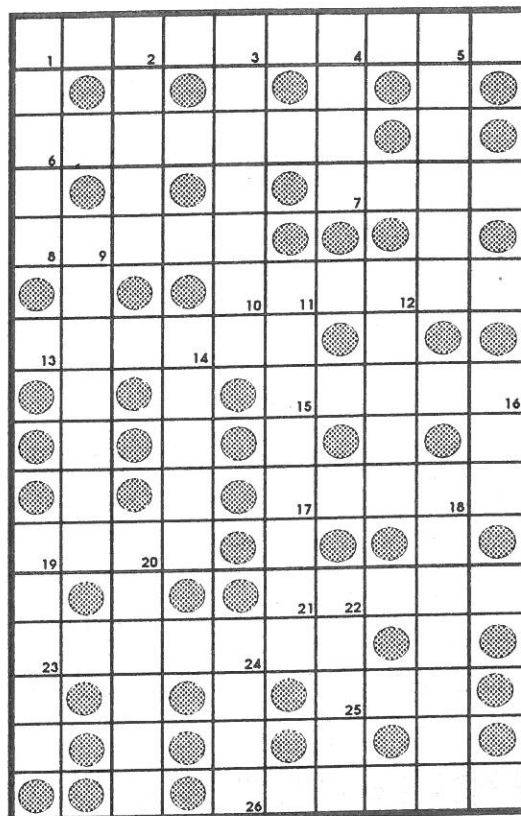
- Co to jest księgowość ?  
- Księgowość to są działy i wydziały,  
żeby cymbały nie wiedziały, gdzie  
się pieniądze podziały.

\*\*\*

- Na jaki szczegół zwraca  
uwagę mężczyzna obserwując piękną  
dziewczynę ?  
- Czy żona jest w pobliżu.



## Krzyżówka

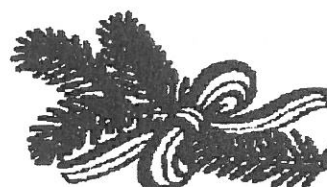


### Poziomo:

1. mikroprocesorek
6. C<sub>2</sub>H<sub>5</sub>OH
7. wulkan
8. prowokacja
10. chciwy
13. stojak
15. intercyza
17. owoc południowy
19. kamień szlachetny
21. panorama
23. konwencja
25. papuga
26. dodatek do koszuli

### Pionowo:

1. kobyła
2. po deszczu
3. orzeczenie
4. czasopismo
5. dawny zarządca
9. badacz mitologii
11. wzór bluzki
12. tuman
14. granica
16. termin komputerowy
18. szezlong
19. kwiatek jesienny
20. przyrząd
22. wyspa grecka na morzu  
Jońskim
24. zasypka



## Horoskop Flammariona

### Purpura (29 października - 7 listopada)

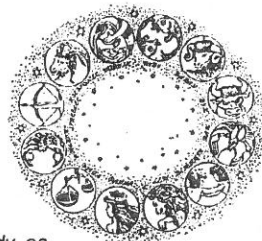
Purpuratów cechuje silna wola, konsekwencja we wszystkim i upór w dążeniu do celu. Ludzie, którzy przyszli na świat w tym okresie lubią przewodzić w ważnych przedsięwzięciach i sprawach, chcą rządzić i podporządkować sobie innych, narzucają im swą wolę. Trzeba przyznać, że mają oni wiele wrodzonej inteligencji i intuicji, dlatego warto słuchać ich rad i poddać się ich przewodnictwu. Z reguły ludzie ci są uczciwi i bezinteresowni. Pleć przeciwna odgrywa w ich życiu dużą rolę. Są silnymi indywidualnościami i mają wiele sił życiowych, a choroby dotyczą ich dopiero w późnych latach.

### Burgund (8-17 listopada)

Barwa ta symbolizuje ludzi o zmiennych kolejach losu i dość urozmaiconych cechach charakteru. Burgundy są uprzejme, serdeczne i czule, a umysłowo bystre i ruchliwe. Małżeństwa Burgundów są tylko wówczas udane, jeśli dobrać się z kimś, kto jest podobny do nich samych. Mają zwykle wielu przyjaciół, z którymi podtrzymują serdeczne kontakty. Lubią również podróże i często je podejmują. Żyją długo, przez większą część swego życia - jak ludzie młodzi. Są otwarci na nowe kontakty. Przeżywają fascynacje i rozczarowania. Większość ich chorób ma podłoże nerwowe.

### Cynober (18-27 listopada)

Symbolizowani przez tę barwę odznaczają się dużą siłą odradzania się z ciężkich przeżyć i kłopotów. Cynobry bywają uparte i pewne siebie. W swych działaniach mają pewne skłonności do fantyzmu i z trudem liczą się z cudzym zdaniem. Wśród urodzonych w tej dekadzie spotyka się dość różnorodne typy psychiczne - z całej tęczy 36 barw, Cynobry są najbardziej trudne do określenia. Są ludźmi ruchliwymi i bardzo wytrzymałymi na wszelkie cielesne ćwiczenia (gimnastyka, zabawy, tańce). Małżeństwa zawierają późno, a kobiety z powodu swej niezależności nieraz nigdy nie znajdują partnera, który by im odpowiadał.



„SAMODZIELNOŚĆ” - miesięcznik informacyjno-ogłoszeniowy gminy Kłaj. Redaguje społeczny zespół redakcyjny w składzie:  
Agata Smoter, Dorota Kupiec, Renata Gądek, Dionizy Kołodziejczyk. Adres redakcji: 32-015 Kłaj, tel. 84-11-00, tel/fax 84-11-33. Za  
treść ogłoszeń, reklam i listów redakcja nie odpowiada. Zastrzegamy sobie prawo skracania nadesłanych materiałów.