



Rakowskie Aktualności Kwartalne

Nr 27 (2017)

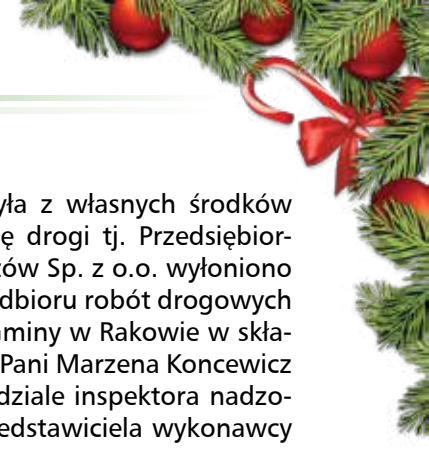
Drodzy Mieszkańcy Gminy Raków i Szanowni Goście

Z okazji Świąt Bożego Narodzenia zechciejcie przyjąć
życzenia wszystkiego co dobre i piękne.
Niechaj służy Wam zdrowie, a w sercach gości radość,
miłość i nadzieja.

Życzymy również, aby 2018 Rok spełnił Wasze marzenia,
każdy nowy dzień niósł optymizm,
siłę wiary i ludzką życzliwość.

Przewodniczący Rady Gminy Raków
Jerzy Nowak

Wójt Gminy Raków
Alina Siwonia



Droga Bardo Pogórze wyremontowana

Na początku listopada bieżącego roku zakończono projekt pn. „Przebudowa drogi Bardo Podgórze dz. nr ewid. 910, 905, 903, 911/1 do drogi 369036 T w km 0+755 do km 1+950”, na którego część funduszy w wysokości 435 000 PLN pozyskano z dotacji udzielonej przez Wojewodę Świętokrzyskiego z rezerw celowych budżetu państwa na dofinansowanie zadania związanego z przeciwdziałaniem i usuwaniem skutków nawalnego deszczu z maja 2016 roku. Jego wykonanie kosztowało w całości 649 349,61

PLN, a Gmina Raków dołożyła z własnych środków 213 427,11 PLN. Wykonawcą drogi tj. Przedsiębiorstwo Robót Drogowych Staszów Sp. z o.o. wyłoniono w przetargach. Końcowego odbioru robót drogowych dokonała komisja z Urzędu Gminy w Rakowie w składzie: Pan Stanisław Firmanty, Pani Marzena Koncewicz i Pan Mariusz Murzec przy udziale inspektora nadzoru Pana Artura Kręciszka i przedstawiciela wykonawcy Pana Rafała Szyszkwskiego.

Informacja własna

Drogi w Nowej Hucie i Zalesiu już oddane do użytku

Z końcem listopada tego roku sfinalizowano Remont drogi dojazdowej do gruntów rolnych w Miejscowości Nowa Huta o długości 200 m. Koszt robót drogowych wyniósł 44 685,90 PLN, w tym 31 685,90 PLN wkładu własnego gminy. Pozostałą kwotę pokryło dofinansowanie w kwocie 13 000 PLN ze środków budżetu Województwa Świętokrzyskiego przeznaczonych na zadania określone w ustawie o ochronie gruntów rolnych i leśnych. Dwukierunkowa i jednojezdniowa droga o nawierzchni bitumicznej ma szerokość 4 m, w tym 3 m samej jezdni. Ukończono również zadanie pn. „Modernizacja drogi dojazdowej do gruntów rolnych w miejscowości Zalesie”, odcinek o długości 270 m. Część poniesionych kosztów pokry-

ła dotacja ze wspomnianego funduszu w wysokości 20 000 PLN. Ogólna wartość wykonanego projektu to 67 207,20 PLN, na który Gmina Raków przeznaczyła 47 207,20 PLN z własnych środków. Droga, podobnie jak ta w Nowej Hucie, ma powierzchnię bitumiczną. Szerokość jezdni wynosi 3,50 m, a pobocza po 0,50 m. Za wykonanie obu projektów odpowiedzialne było Przedsiębiorstwo Robót Drogowych Staszów Sp. z o.o. Protokół odbioru robót drogowych dokonała komisja z Urzędu Gminy w Rakowie wraz z inspektorem nadzoru Panem Arturem Kręciszem i przedstawicielem wykonawcy Panem Rafałem Szyszkwskim.

Informacja własna

Przebudowa drogi Bardo Górne zakończona

Również w listopadzie 2017 roku dokonano końcowego odbioru robót drogowych Przebudowy drogi Bardo Górne nr ewid. 902 w km 0+000 do km 0+600. Zadanie wykonano nakładem 182 642,40 PLN, z czego 110 000 PLN stanowiła dotacja z zakresu odbudowy

infrastruktury drogowej w ramach usuwania skutków klęsk żywiołowych z środków Województwa Świętokrzyskiego, a 76 042,40 PLN fundusze własne gminy. Protokół spisała wspomniana wcześniej komisja.

Informacja własna

Uroczyste oddanie chodnika w Ocieskach

W Gminie Raków nie ustają prace mające na celu poprawę stanu dróg, który zwiększy komfort lokomocyjny. 8 grudnia bieżącego roku odbyło się uroczyste poświęcenie i oddanie do użytku chodnika w Ocieskach. To ważne wydarzenie swoją obecnością zaszczylicy: Marszałek Województwa Świętokrzyskiego – Pan Adam Jarubas, Wicemarszałek Województwa Świętokrzyskiego – Pan Jan Maćkowiak, Dyrektor Świętokrzyskiego Zarządu Dróg Wojewódzkich – Pan Damian Urbanowski, Wójt Gminy Raków – Pani Alina Siwonia, Przewodniczący Rady Gminy Raków – Pan Jerzy Nowak wraz z radnymi, proboszcz parafii Ocieski ks. Marian Czajka oraz właściciel firmy wykonawczej projektu – Pan Janusz Bakalarz. Nie zabrakło również licznie zgromadzonych mieszkańców miejscowości i gości oraz członkiń Koła Gospodyń Wiejskich „Ociesanki”.

W ramach inwestycji pn. „Budowa chodnika w ciągu drogi wojewódzkiej nr 764 w miejscowości Ocieski” wykonano chodnik o szerokości 1,5-2,0 m na długości 838,62 m, zatokę autobusową z wiatą przystankową, wymieniono przepusty pod zjazdami, zamontowano poręcze dla osób niepełnosprawnych, wybudowano bariery sprężyste oraz bariery wyposażone w porę-



Uroczyste przecięcie wstęgi i oddanie chodnika do użytku

cze dla pieszych, przestawiono i odbudowano ogrodzenia, wykonano zjazdy na posesje z kostki, opaski gruntowe, odwodnienia oraz konstrukcję ścieku z kostki, obsiano skarpy trawą oraz przysposobiono pobocza w oznakowanie i urządzenie bezpieczeństwa ruchu. Wartość projektu wyniosła 1 497 231,01 PLN i w całości została sfinansowana ze środków własnych Województwa Świętokrzyskiego.

Mieszkańcy Ociesek wyrazili swoją wdzięczność dla Pana Marszałka Adama Jarubasa oraz innych osób



Przedstawiciele samorządu wojewódzkiego i gminnego, proboszcz Parafii Ocieskiej, mieszkańcy i zaproszeni goście

zaangażowanych w powstawanie tej inwestycji. Były kwiaty, podziękowania i piosenki przygotowane specjalnie na tę okazję przez Panie z KGW „Ociesanki”.

Wyrazy uznania należą się w szczególności Paniom z KGW „Ociesanki”, które włożyły wiele trudu przygotowując oprawę uroczystości tak kulinarną, jak i artystyczną, aby godnie przyjąć tak znamienitych gości.

Informacja własna

Wkrótce rozpoczęcie rozwoju sieci wodociągowej w Bardzie

Gmina Raków nie ustaje w wysiłkach o rewitalizację swojego terenu i zwiększenie komfortu życia mieszkańców. W styczniu bieżącego roku został złożony kolejny wniosek o dofinansowanie projektu budowy sieci wodociągowej wraz z przyłączami w miejscowości Bardo w ramach poddziałania „Wsparcie inwestycji związanych z tworzeniem, ulepszaniem lub rozbudową wszystkich rodzajów małej infrastruktury, w tym inwestycji w energię odnawialną i w oszczędzanie energii” z Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014 – 2020.

W gronie 10 gmin, którym dotację przyznano, znalazła się również Gmina Raków. 23 listopada 2017

roku w Miejsko-Gminnym Ośrodku Kultury w Skalbierzu odbyło się uroczyste podpisanie umów przez Marszałka Województwa Świętokrzyskiego – Pana Adama Jarubasa i członka Zarządu Województwa Świętokrzyskiego – Pana Piotra Żołądka oraz reprezentantów gmin; Gminę Raków reprezentowała Wójt Gminy Raków – Pani Alina Siwonia. Fundusze umożliwią wykonanie sieci wodociągowej o długości ponad 23 km, wraz z przyłączami, zbiornikami wyrównawczymi i infrastrukturą towarzyszącą. Gmina rozpocznie procedurę wyłonienia wykonawcy robót budowlanych i nadzoru inwestorskiego.



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich:
Europa inwestująca w obszary wiejskie”.
Operacja typu „Gospodarka wodno-ściekowa”

pn. „Budowa wodociągu Bardo ”

mająca na celu poprawę warunków życia mieszkańców oraz rozwój lokalny gminy Raków poprzez budowę wodociągu.

współfinansowana jest ze środków Unii Europejskiej w ramach poddziałania „Wsparcie inwestycji związanych z tworzeniem, ulepszeniem lub rozbudową wszystkich rodzajów małej infrastruktury, w tym inwestycji w energię odnawialną i w oszczędzanie energii”

Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014 – 2020.

Przewidywany wskaźniki realizacji operacji : 23,019 km sieci wodociągowej

Informacja własna

Renowacja Budynku OSP w Rakowie

Gmina Raków pozyskała dofinansowanie na projekt pn. „Podniesienie standardu i wizerunku budynku pełniącego funkcję społeczno-kulturalną w Rakowie” na kwotę 24 225,77 PLN, w tym 14 225,77 PLN wkładu Gminy i wnioskowane 10 000 PLN, w ramach konkursu Odnowa Wsi Świętokrzyskiej na 2017 rok ogłoszonego przez Zarząd Województwa Świętokrzyskiego.

Uzyskane środki pozwoliły na remont budynku Ochotniczej Staży Pożarnej w Rakowie, który pełni funkcje społeczno-kulturalne. Renowacja polegała na wymianie stolarki okiennej w liczbie 33 sztuk wraz z ich



Wymieniona stolarka okienna w OSP w Rakowie



obróbką i montażem parapetów zewnętrznych, które to usługi wykonała firma Apolloplast z Kielc w dniach od 9 do 14 października. Renowacja budynku poprawi nie tylko komfort korzystania z pomieszczeń, ale

również zwiększy efektywność energooszczędną i estetykę budynku. Dzięki temu budynek będzie mógł pełnić swoją funkcję także dla przyszłych pokoleń.

Dominika Grzejszczyk

Zakończenie naboru projektów rewitalizacyjnych

W dniu 26 października 2017 roku zakończył się nabór projektów w ramach dwuetapowego konkursu zamkniętego nr RPSW.06.05.00-IZ.00-26-156/17 w ramach Osi Priorytetowej 6. Rozwój miast, Działanie 6.5 Rewitalizacja obszarów miejskich i wiejskich Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Świętokrzyskiego na lata 2014-2020. W ramach konkursu wpłynęły aż 62 projekty na łączną kwotę 334 517 254,96 PLN. Kwota dofinansowania projektów wynosi 241 207 618,14 PLN, w tym 227 228 111,34 PLN z UE i 14 680 812,51 PLN z budżetu państwa.

Gmina Raków w partnerstwie z podmiotem spoza sektora finansów publicznych, wyłonionym w ramach otwartego konkursu - firmą Mandecka Teresa, ul. Klasztorna 35, 26-035 Raków - złożyła w naborze projekt pn. Zagospodarowanie przestrzeni publicznej w Rakowie na cele społeczne i kulturalne na kwotę 4 958 000,00 PLN, w tym wnioskowane dofinansowanie o 3 961 720,00 PLN. Środki z projektu pozwoliłyby na przeprowadzenie kompleksowych działań rewitalizacyjnych, obejmujących zadania związane ze spójnym ukształtowaniem przestrzeni publicznych w celu nadania im nowego przeznaczenia w zdegradowanych obszarach Rakowa. Do głównych obszarów przestrzeni publicznych, dla których przeprowadzenie działań rewitalizacyjnych jest istotne ze względu na zwiększenie ich funkcjonalności i bezpieczeństwa użytkowania oraz realizację procesu rewitalizacji, należą:

- renowacja i wyposażenie przestrzeni publicznej wokół budynku Gimnazjum im. Jana Pawła II w Rakowie, w której skład wchodzi boisko, plac zabaw, skocznia do skoku w dal i bieżnia oraz zaplanowany w projekcie do utworzenia park linowy, a także wyposażenie w monitoring,
- zagospodarowanie przestrzeni publicznej przy Zespole Szkolno-Przedszkolnym w Rakowie i świetlicy wiejskiej, obejmujących plac zabaw i zaplanowane

w projekcie do utworzenia plac z urządzeniami typu „skatepark” oraz miejsce wypoczynku z altaną, ławkami i urządzeniami siłowni zewnętrznej, a także wyposażenie w monitoring i oświetlenie OZE,

- odrestaurowanie barokowej kolumny z rzeźbą Chrystusa Błogosławiącego,
- renowacja lokalnych dróg publicznych, tj. ulice: Sienieńskiego, Kościuszki, Leśna, 400-lecia Rakowa i Górki,
- rewitalizacja przestrzeni publicznej przy rzece Czarnej, dotycząca utworzenia ścieżki edukacyjno-przyrodniczej o utwardzonej nawierzchni na wale przeciwpowodziowym, tablic informacyjno-przyrodniczych, wieży obserwacyjnej, zamontowanie oświetlenia OZE,
- zagospodarowanie przestrzeni publicznej przy przepompowni ścieków, obejmujące montaż instalacji fotowoltaicznej, adaptację terenu, wymianę pomp na energooszczędne,
- doposażenie Gminnej Biblioteki Publicznej w sprzęt służący do prowadzenia działalności kulturalnej, m.in. zestaw multimedialny, zestaw nagłaśniający, komputery z oprogramowaniem,
- przebudowa przestrzeni przy budynku przeznaczonym do prowadzenia działalności gospodarczej, na której znalazłby się parking z miejscem przystosowanym do potrzeb osób niepełnosprawnych, ławki i pola zieleni.

Przeprowadzenie powyższych prac pozwoliłoby na nadanie zdegradowanemu terenowi nowych ról społecznych, edukacyjnych i rekreacyjnych. Wszystkie elementy spełniałyby odpowiednie certyfikaty i normy, pozwalające na bezpieczne i funkcjonalne korzystanie z odnowionej i powstałej infrastruktury. Do konkursu napłynęło jednak wiele zgłoszeń, a fundusze są ograniczone. Zatem z niecierpliwością wyczekujemy opinii o złożonym projekcie i rozstrzygnięcia konkursu.

Dominika Grzejszczyk

Pracownia edukacji ekologiczno-przyrodniczej w Gminie Raków

Mamy ogromną przyjemność poinformować, że w Szkole Podstawowej w Szumsku utworzona została pierwsza w gminie pracownia edukacji ekologiczno-przyrodniczej. Wrażliwość człowieka na społeczne problemy zaczyna się już od najmłodszych lat, dlatego też Gmina Raków zdecydowała się aplikować o środki na wzbogacenie oferty edukacji przyrodniczej dla szkoły podstawowej. Całkowita wartość projektu wyniosła 21 890,00 zł, w tym dofinansowanie ze środków Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Kielcach w wysokości 80% kosztów kwalifikowanych.

Dzięki otrzymanym funduszom w Szkole Podstawowej w Szumsku dostosowano salę lekcyjną na potrzeby dydaktyki nauk przyrodniczych, ekologicznych, geograficznych, chemiczno-fizycznych i geologicznych.

W ramach zadania zakupiono pomoce dydaktyczne oraz nowe ławki szkolne i krzesła. Ponadto przeszkolono dwie nauczycielki, które dzięki zakupionym pomocom, będą rozwijać i pogłębiać wiedzę oraz zainteresowania uczniów w zakresie ochrony przyrody i ekologii.

Przeprowadzane na zajęciach eksperymenty i obserwacje w terenie pozwolą zwrócić uwagę uczniów na otaczający świat, zainteresować jego pięknem, ochroną jego zasobów oraz dostrzec wpływ człowieka na degradację środowiska. Dzięki utworzeniu pracowni ekologiczno-przyrodniczej nauczymy nasze dzieci racjonalnego korzystania z zasobów przyrody i radzenia sobie w sytuacji zagrożeń spowodowanych zanieczyszczeniem środowiska w okolicy zamieszkania.

Informacja własna



Nowe stroje dla KGW „Życinianki” i dla KGW „Ociesanki”



KGW Ociesanki w nowych strojach

Z dniem 31 października zakończono realizację w gminie Raków projektu pn. Szata nie zdobi, ale utożsamia – uszycie strojów ludowych dla Koła Gospodyń Wiejskich. Opiewał on na kwotę 15 980 PLN, w tym 9 787,75 PLN wkładu własnego Gminy Raków i 6 192,25 PLN uzyskanego dofinansowania w ramach konkursu Odnowa Wsi Świętokrzyskiej na 2017r. organizowanego przez Województwo Świętokrzyskie. Realizacja objęła uszycie 20 kompletnych strojów ludowych – po 10 dla każdego KGW. Po raz pierwszy panie z Koła Go-



KGW Życinianki w nowych strojach

spodyń Wiejskich „Życinianki” zaprezentowały się w nich na „Wojewódzkim konkursie na potrawę z gęsi kieleckiej - Smaki Gęsiny” organizowanym 12 listopada w Gimnazjum im. Jana Pawła II w Rakowie przez Urząd Marszałkowski Województwa Świętokrzyskiego. Natomiast KGW „Ociesanki” nowe stroje założyły na uroczyste oddanie chodnika w Ociesękach.

Informacja własna

Usuwanie wyrobów azbestowych z terenu gminy Raków

Gmina Raków w 2017 roku realizowała zadanie pn. „Usuwanie wyrobów zawierających azbest z terenu gminy Raków” dofinansowane ze środków Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Kielcach i Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Warszawie. W ramach zadania unieszkodliwiono 3 400 m² azbestu znajdującego się na posesjach mieszkańców naszej gminy. Zadanie opiewało na kwotę 18 176,40 zł, w tym dofinansowanie ze środków WFOŚiGW w Kielcach

(w kwocie: 6361,74 zł) i NFOŚiGW w Warszawie (w kwocie: 9088,20 zł).

Przypominamy, że wyroby azbestowe z naszych posesji powinny zniknąć do końca 2032 roku. Wszystkich mieszkańców zainteresowanych uzyskaniem dofinansowania do usunięcia i unieszkodliwienia azbestu prosimy o składanie wniosków do Urzędu Gminy w Rakowie pokój nr 11.

Informacja własna

Mikołajki w Świetlicy Wiejskiej w Celinach

W Świetlicy Wiejskiej w Celinach wspólnymi siłami ze Stowarzyszeniem TiN, Gminną Komisją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Rakowie oraz Kołem Łowieckim Ponowa z Papierni, udało się zorganizować imprezę mikołajkową dla 60 dzieci z zachodniej części gminy Raków.

W niedzielę, 3 grudnia br., z inicjatywy radnego Stanisława Gratki w świetlicy zgromadziły się dzieci z okolicznych miejscowości. Dla dzieci przygotowano spotkanie ze Śnieżynkami, które prowadziły z nimi gry i zabawy, a następnie spotkanie ze Świętym Mikołajem, który każde dziecko obdarował prezentem.

Imprezę mikołajkową zaszczyliła swą obecnością pani Alina Siwonia - Wójt Gminy Raków, a patronat nad imprezą objął członek Zarządu Województwa Świętokrzyskiego pan Piotr Żołądek.

Informacja własna



Wspólne zdjęcie z Mikołajem

„Wesele Wyspiańskiego” z udziałem Rakowskich Fijołek

W ramach Narodowego Czytania pod honorowym patronatem Pary Prezydenckiej w Parku Etnograficznym w Tokarni Muzeum Wsi Kieleckiej odbywało się głośne czytanie „Wesela” Stanisława Wyspiańskiego. Teksty z podziałem na role w pięknych ludowych strojach czytali samorządowcy, nauczyciele, dyrektorzy, pracownicy jednostek kultury. Wśród samorządowców naszego powiatu fragment utworu czytała także Wójt Gminy Raków - Alina Siwonia.

Inicjatywie tej towarzyszył zespół Rakowskie Fijołki. Swoją grą i śpiewami rozbawiał uczestników za-



Występ zespołu Rakowskie Fijołki



aranżowanego wesela, porywał do tańca i wspólnej zabawy. Dla młodych artystów była to okazja do zeknięcia się z twórczością tego polskiego dramaturga,

kształtowania poczucia tożsamości narodowej i pielęgnowania tradycji.

Dariusz Józwik

TEKLA 2017 – BYŁO OBFICIE

Tegoroczne święto pieczonego ziemniaka pod znaną nazwą „W dzień Świętej Tekli ziemniaki będziem piekli” **obfitowało**: w szeroką gamę atrakcji, liczbę kilogramów upieczonych ziemniaków, zespołów artystycznych, różnorodność potraw regionalnych, udaną zabawę i oczywiście **obfite opady deszczu**.

Nic tak jednak nie smakuje i nie rozgrzewa jak gorący, upieczony ziemniak trzymany w zimnej, mokrej dłoni, bo o wartości wspólnej zabawy decyduje przyjazne serce, dobry humor i towarzystwo. A cechą rakowskiej społeczności i jej znamienitych gości jest przekucie przeciwności w zalety. Nikt, ani nic nie przeszkodzi w naszym corocznym spotkaniu.

Uroczystość rozpoczęła się Mszą Świętą celebrowaną przez księdza Pawła Mackiewicza w asyście księży Mirosława Dołowego, Zbigniewa Kargula i Patryka Gładkowskiego. Oprawę mszy zagwarantowała Magdalena Wojsa, sekcja gitarowa oraz Chór Chorał.

Na scenie nie zabrakło naszego najmłodszego pokolenia: wystąpiły dzieci ze szkół podstawowych z Szumska, Ociesek oraz młodzież z gimnazjum.

Szczególnie gorąco przybyłych, pomimo niepewnej aury, Gości powitała Pani Alina Siwonia – Wójt Gminy Raków. W swoim wystąpieniu zwróciła szczególną uwagę na wspólne działania owocujące polepszeniem jakości życia naszych mieszkańców w sferze ekonomicznej, infrastruktury oraz świadomości społecznej. Nawiązała do ważnej roli samorządowców. Kolejno głos zabrali Pan Słoń Krzysztof, Piotr Żołądek oraz Gałuszka Grzegorz.

Nadszedł czas na występy artystyczne. Pierwsze na scenę wkroczyły rakowskie Fiolecki – ludowy zespół dziecięcy kierowany przez Panią Magdalenę Wojsę. Do charakteru biesiad wspaniale wtapiających się w płomień palących się ognisk i unoszonego dymu, jak przy paleniu łątów w czasie wykopków, nawiązał Chór Chorał kierowany przez Pana Adama Barabasza. Ludowy nastrój podtrzymały zespoły Świętokrzyskie Jodły oraz Wolanie. Wśród występujących nie zabrakło również naszych Pań z Koła Gospodyń Wiejskich z Ociesek.

Obok sceny wiele atrakcji zapewniło wesołe miasteczko, stoiska różnych instytucji, w tym również naszej gminy oraz gastronomia. Goście mogli również skosztować, za niewielką odpłatnością potraw regionalnych przygotowanych przez Koła Gospodyń Wiejskich: Koział -Nowa Huta, Mędrów, Stowarzyszenie Aktywnych Serc z Rakowa, Szumsko, Ociesanki, Życiny oraz Łomianeczki z Pawłowa. To nie były źle wydane pieniądze. One wracają do społeczności lokalnych dzięki twórczym, kreatywnym działaniom Kół na terenach swoich miejscowości.

Atrakcją były również konkursy z ziemniakiem w roli głównej. Nagrody ufundowane zostały przez Marszałka Województwa Świętokrzyskiego, Starostę Powiatu Kieleckiego oraz Wójta Gminy Raków. Adresowane były do Kół Gospodyń Wiejskich, młodzieży i dzieci.



Konkursy dla najmłodszych



Kosztowanie pieczonych ziemniaków prosto z ogniska



Stoiska z poczęstunkiem kół gospodyń wiejskich

Rozstrzygnięcie konkursów nastąpiło na scenie. Nagrody zwycięzcom wręczyli: Pan Adam Jarubas – Marszałek Województwa Świętokrzyskiego, w imieniu Starosty Kieleckiego Pan Paweł Gratka – Dyrektor Zarządu Powiatowego Dróg oraz Gospodarz uroczystości – Pani Alina Siwonia – Wójt Gminy Raków. Pan Adam Jarubas przy okazji wręczania nagród zwrócił szczególną uwagę na działania samorządu naszej gminy, zwłaszcza w pozyskiwaniu środków w przeliczeniu na jednego mieszkańca. W tej kategorii w rankingu gmin jesteśmy liderem.

Dalszy ciąg artystycznych wrażeń zapewniły Wesołe Gosposie z Widełek, Wincentowianie oraz nasze niezawodne Panie z KGW Życiny. Artystyczną atmosferę zmienił Zespół Sidus. Zespół działający przy Cen-



Występ gwiazdy wieczoru – zespół Piękni i Młodzi

trum Kultury i Sztuki w Połańcu, składający się z młodych utalentowanych dziewcząt wykonujących pod

okiem Pani Marzeny Drozdowskiej bogaty repertuar w wersji estradowej. W ruch poszły kurtki przeciwdeszczowe i parasole. Na parkiecie, prawie jak przy rytmie „deszczowej piosenki” wywijali niestrudzeni tancerze. Następnie wystąpił Zespół Akord z Kiel pod kierunkiem Pana Mariusza Panasa.

Nadszedł czas na Gwiazdę wieczoru którą w tym roku był Zespół „Piękni i Młodzi”. Do zabawy pod deszczową chmurką przygrywał wspomniany już zespół Akord.

A deszcz jak zaczął padać tak towarzyszył nam do samego końca, ale dowiedliśmy, że nasza uroczystość zawsze będzie miała swój niepowtarzalny urok, czar, a pachnący dym z ogniska niczym kadzidło wprowadzi wszystkich w wspaniałą nastrój.

Zapewniamy: ciąg dalszy nastąpi - Do zobaczenia za rok!

Bardzo dziękujemy sponsorom uroczystości

Sponsorzy:

1. Zbigniew Zieliński - PHU ZIELIŃSKI Raków
2. Katarzyna Zarzycka - Bank Spółdzielczy Szydłów
3. Karina Pietrzak –Warda - Kopalnia KAJA-KRUSZ
4. Teresa Mandecka - Apteka Raków
5. Stanisław Szwarc - RUNOPOL
6. Przedsiębiorstwo Robót Drogowych Staszów
7. Polskie Surowce Skalne - Wrocław
8. Lidia Warchałowska, Jan Pałka - Delikatesy „Jaś” Raków
9. Bogdan Michalczyk - Przedsiębiorstwo Handlowo-Usługowe „MICHALCZYK” Raków
10. Mateusz Malanowicz - Przedsiębiorstwo Usługowo-Handlowe „MAT-POL” RAKÓW
11. Artur Kręcisz - AJKO Staszów
12. Maciej Grzejszczyk - Hotel Chańcza
13. Grzegorz Duda - PPHU DUET Widelki
14. PUH Signal Ostrowiec Świętokrzyski
15. Krzysztof Dychała - KDBUD Raków
16. Paweł Bryła - SANDO-TECH Sandomierz
17. Marian i Zofia Perlik - Łomianki
18. Lucjan Skotnicki - Hurt Detal Raków
19. Agnieszka Garstka - Auto-Komis Raków
20. Piotr Łuszczyn - Przedsiębiorca z Mielca
21. Henryka Zychowicz - Zakład Masarski „Zychowicz” Daleszyce
22. Marzena Kuczyńska - Ośrodek Rehabilitacji Kompleksowej i Promocji Zdrowia w Rakowie
23. Anna i Mirosław Sławscy - Piekarnia OL-MAR Raków
24. Ireneusz Grzesiak - Gabinet Weterynaryjny Raków
25. Marzena Bąk, Agata Mól - Delikatesy Centrum Raków
26. Danuta Grosicka - Handel Obwoźny Raków
27. Andrzej Dudek - Stacja Kontroli Pojazdów ROSAD Raków
28. Wiesław Dzierżak - Tawerna Celinka Chańcza
29. Grażyna Witkowska - Usługi Pielęgniarskie Raków
30. Piotr Stawiarski - OMEGA Raków
31. Anna Wojsa - Przedsiębiorstwo Handlowo-Usługowe „AUTO-KONKRET” Raków
32. Łukasik Wanda - PPH VANDPOL Raków
33. Daria Hamera - PUH ROSSI Finanse i Ubezpieczenia Raków
34. Marianna i Adam Masternakowie - Sklep EW-MAR Raków
35. Jakub Kawecki - ZHU HALMAX Chańcza
36. Rafał Wojsa - RAF-MEG Raków
37. Andrzej Grzesik - Pracownia Krawiecka BERTA Raków
38. Rejnowicz Jadwiga - Raków
39. Sławomir Barabasz - Sklep Wielobranżowy Raków
40. Aneta Siwonia - Handel Obwoźny Raków
41. Anna Kobus - WIKA Raków
42. Paweł Pocięjowski - Tartak Nowa Huta



43. Zdzisław Banak - Wulkanizacja DARKO Raków

44. Bożena Bochenek - Handel Obwoźny Raków

Sponsorzy ziemniaków:

Ambroziński Mirosław, Bęben Czesław, Niezgoda Zygmunt, Taborska Barbara, Gołyska Małgorzata, Urbanowski Ludwik, Banasik Andrzej, Zięcik Jadwiga, Łoboda Stefania, Czech Andrzej, Stęplowski Andrzej, Karwat Kazimierz, Łukasik Monika, Pająk Diana, Pawlik Marzanna, Skuza Jacek, Majcherczak Bolesław.

Za drewno: Nadleśnictwu Łągów, Sołectwu Dębno, Leśnictwu z Łukawy i Chańcy.

Krystyna Józwik

„Pasja jest w nas...”

Z ogromną radością informujemy, że Gminne Towarzystwo Sportowe w Rakowie od stycznia do czerwca 2018 roku będzie realizować projekt pt. „Pasja jest w nas – zagospodarowanie czasu wolnego mieszkańcom gminy Raków”.

Celem projektu jest zorganizowanie cyklu działań dla dzieci, młodzieży, osób dorosłych i seniorów z terenu gminy Raków. Zorganizujemy różnorodne warsztaty artystyczne: ikony i anioły, bibułkarstwo ludowe, florystyka, decoupage, powertex, ceramika, warsztaty i plenery, rzeźba w drewnie. Planowane jest również działanie podsumowujące projekt – happening dla ogółu mieszkańców z gminy Raków. Działania projektowe będą organizowane w miejscowościach: Chańca, Ocieski, Raków, Szumsko i Życiny. Planowana liczba uczestników warsztatów wynosi 150 osób.

Wsparcie w wysokości 26 000,00 zł na realizację działań stowarzyszenie otrzymało w ramach ogło-

szzonego przez Lokalną Grupę Działania „Białe Ługi” konkursu. Działanie realizowane jest ze środków Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich 2014 - 2020 ramach działania 19 „Wsparcie dla rozwoju lokalnego w ramach inicjatywy LEADER”, poddziałanie 19.2 „Wsparcie na wdrażanie operacji w ramach Strategii Rozwoju Lokalnego Kierowanego przez Społeczność”, na Przedsięwzięcie: 1.3.5 Zagospodarowanie czasu wolnego mieszkańcom.

Szczegółowe informacje o harmonogramie planowanych działań można uzyskać od koordynatorów projektu. Zapraszamy już dziś wszystkich zainteresowanych do udziału w projekcie.

Serdecznie dziękujemy Pani Alinie Siwonii Wójtowi Gminy Raków za wspieranie działań GTS Raków.

Paulina Szewczyk, Halina Łukasik

Rakowska Gra terenowa „Wędrówka śladami przeszłości”

Coraz większą popularność w Polsce zaczynają zdobywać gry terenowe, łączące w sobie cechy happeningów ulicznych, gier komputerowych, RPG i harcerskich podchodów. Oprócz świetnej zabawy zapewniają aktywne spędzanie czasu na świeżym powietrzu i gimnastykę umysłu, a ponadto edukują. Na pewno stanowią również ciekawą i nietypową formę zwiedzania nowych miejsc, jak i tych które na co dzień pomijamy, choć są na wyciągnięcie ręki.

Taką właśnie grę pn. „Wędrówka śladami przeszłości” zorganizował Powiatowy Młodzieżowy Ośrodek Wychowawczy w Rembowie pod honorowym patronatem Starosty Kieleckiego – Pana Michała Godowskiego i Wójt Gminy Raków - Pani Aliny Siwonii. Rakowska Gra Terenowa odbyła się 27 września bieżącego roku w ramach obchodów 450. rocznicy lokacji Rakowa. Akcję wsparli sponsorzy: Wojewoda Świętokrzyski - Pani Agata Wojtysek, PUH Signal Biuroserwis – Ostrowiec Świętokrzyski, Pan Stanisław Michalczyk MINI DELIKATESY w Rakowie, Powiatowy Młodzieżowy Ośrodek Wychowawczy w Rembowie.

Na starcie na Rakowskim Rynku pojawiło się wraz z opiekunami 10 czteroosobowych zespołów pod własnymi kolorowymi sztandarami. W zabawie uczestniczyli uczniowie ze szkół podstawowych i gimnazjów z terenu powiatu kieleckiego, tj.: Gimnazjum w Łagowie, Szkoła Podstawowa w Łagowie, Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła w Drugni, Gimnazjum w Rembowie, Szkoła Podstawowa w Rembowie Gimnazjum im. Jana Pawła w Rakowie, Zespół Szkolno – Przedszkolny w Rakowie, Szkoła Podstawowa w Ocieskach,



Poznajemy styl budowy kościoła pw. św. Trójcy w Rakowie



Zgadywanka – pierwsze warzywo w Europie

Szkoła Podstawowa w Szumsku, Szkoła Podstawowa w Bardzie. Obecny był również Wicestarosta Kielecki – Pan Zenon Janus, który życzył uczestnikom udanej zabawy przy poznawaniu historii Rakowa, a organizato-



Historia papierni i drukarni

rom pogratulował pomysłu. Wicestarosta dołączył do grupy testowej gry wraz z Kierownikiem Zespołu ds. Edukacji Starostwa Powiatowego w Kielcach – Panią Teresą Dzik i Wicewójt Gminy Raków – Panią Jadwigą Milewicz.

Rakowska Gra Terenowa składała się z 12 konkurencji, które wymagały od zawodników wiedzy z zakresu historii, geografii i matematyki oraz umiejętności jej praktycznego zastosowania, spostrzegawczości, bystrości umysłu, czytania ze zrozumieniem i dobrej pamięci, ale również orientacji w terenie, umiejętności czytania mapy i sprawności fizycznej. Każda z drużyn na starcie losowała kartę gry, jej trasę oraz mapę.



Uczestnicy gry

Należało dotrzeć do wyznaczonych miejsc i wykonać w tych lokalizacjach zadania, za które każdorazowo były przyznawane punkty. Najwięcej punktów uzyskały drużyny ze Szkoły Podstawowej w Drugni i Gimnazjum w Łagowie.

Wydarzenie to było świetną okazją do integracji dzieci i młodzieży z różnych środowisk czy poziomów edukacyjnych. Uczniowie poszerzyli swoją wiedzę na temat zabytków, charakterystycznych miejsc, historii i wielokulturowości Gminy Raków.

Gratulujemy sukcesu i z niecierpliwością czekamy na kolejną edycję Rakowskiej Gry Terenowej.

Dominika Grzejszczyk

Akcja „Bezpieczne pierwszaki”

Na terenie naszego powiatu trwa akcja „Bezpieczne pierwszaki”, której organizatorem jest Zarząd Powiatu Kieleckiego wraz z Komendą Miejską Policji w Kielcach. Celem profilaktyki jest poprawa bezpieczeństwa najmłodszych uczestników ruchu drogowego. Za to przedsięwzięcie powiat kielecki zajął pierwsze miejsce i zdobył Nagrodę „Koziołek” w tegorocznej edycji programu „Bezpieczne świętokrzyskie”.

W dniu 11 grudnia bieżącego roku akcja zawitała również do Gminy Raków. W Zespole Szkolno-Przedszkolnym w Rakowie zgromadzili się uczniowie klas pierwszych ze wszystkich szkół podstawowych z terenu gminy, by spotkać się z członkiem Zarządu Powiatu Kieleckiego - Panem Markiem Kwietniem, sierż. Krzysztofem Zawieruchą z Wydziału Ruchu Drogowego KMP w Kielcach oraz występujących w imieniu Komisariatu Policji w Rakowie dzielnicowymi: Panem Marcinem Bandurą i Panią Natalią Poloczek. W wydarzeniu wzięła również udział Wójt Gminy Raków - Pani Alina Siwonia, dyrektor ZSP - Pani Bożena Suchojad oraz wychowawcy pierwszych klas.

Pierwszaki wysłuchały prelekcji o tym jak powinny się zachowywać na drodze jako piesi, poznały prawidłowy przebieg przechodzenia przez przejście dla pieszych oraz dowiedziały się jak ważne są dla bezpiecznego uczestniczenia w ruchu drogowym elementy



Uczestnicy Akcji Bezpieczne pierwszaki

odblaskowe. Uczniowie zostali także obdarowani przez Pana Marka Kwietnia słodkimi mikołajkami oraz odblaskowymi kamizelkami z logiem powiatu kieleckiego. W podziękowaniu za cenną wiedzę i wskazówki oraz upominki, dzieci zaśpiewały przygotowaną pod kierunkiem Pani Anny Wojsy specjalnie na tę okazję piosenkę o bezpieczeństwie na drodze.

Gratulujemy organizatorom pomysłu i zdobycia Nagrody „Koziołka” oraz dziękujemy za przeprowadzenie akcji w Gminie Raków.

Informacja własna



„Gramy z historią”

W ramach 25. Europejskich Dni Dziedzictwa pt. „Krajobraz dziedzictwa – dziedzictwo krajobrazu” w dniu 8 września na rynku w Rakowie Gminne Towarzystwo Sportowe zorganizowało wydarzenie pt. „Gramy z historią”. Działanie miało na celu przybliżenie i utrwalenie młodemu pokoleniu naszej gminy lokalnej historii dawnego miasta Rakowa. Do udziału w działaniu stowarzyszenie zaprosiło dzieci i młodzież, które mogły w innowacyjny i dotąd nieznaną sposob „zagrać z historią”. Do realizacji tego celu wykorzystano specjalnie stworzoną i jedyną w swoim rodzaju wielkoformatową grę planszową. Tematyka gry związana jest z historią i zabytkami Rakowa.

Stworzona gra planszowa w ramach rozgrywki w zabawowy sposób uczy gracza o najważniejszych wydarzeniach jakie miały miejsce na kartach historii Rakowa. Działanie wpisało się w jubileusz obchodzony na terenie gminy - 450-leciem lokacji Rakowa. W ramach gry uczestnicy – dzieci i młodzież mogły:

- poznać najważniejsze fakty historyczne związane z miejscowością,
- poznać najważniejsze zabytki Rakowa,
- „odwiedzić” dawnego rakowskiego rzemieślnika i zapoznać się z jego warsztatem lub przedmiotami jakie wykonywał,
- rozwiązywać historyczne rebusy, łamigłówki i układać wielkoformatowe puzzle.

Zabawowa lekcja historii jaką umożliwiła „gra z historią” uświadomiła młodemu pokoleniu jak ważna dla nas jest pamięć o dawnych wydarzeniach i kultywowanie dziedzictwa dawnego miasta Rakowa.

W dniu 17 listopada 2017 roku podczas uroczystej gali w Opolu odbyło się przyznanie nagród dla organizatorów wydarzeń w ramach jubileuszowej 25. edycji Europejskich Dni Dziedzictwa. Wyróżniono 82 orga-



Uczestnicy wielkoformatowej gry planszowej

nizatorów EDD ze wszystkich województw w Polsce. Wyróżnienia w województwie świętokrzyskim otrzymali:

1. Opactwo Cysterskie w Wąchocku,
2. Muzeum Przyrody i Techniki „Ekomuzeum” im. Jana Pazdura w Starachowicach,
3. Archiwum Państwowe w Kielcach,
4. Gminne Towarzystwo Sportowe w Rakowie,
5. Anna Mazur-Orłowska i Paweł Orłowski, Młyn Jędrów w Suchedniowie.

Cieszymy się że działanie GTS Raków zyskało uznanie i zostało wybrane do wyróżnienia spośród 1200 działań odbywających się na terenie całego kraju.

Mamy nadzieję, że otrzymane wyróżnienie umożliwi nam realizowanie kolejnych niezwykłych i inspirujących działań związanych z popularyzacją lokalnego dziedzictwa w przyszłości.

Serdecznie dziękujemy za włączenie się do akcji:
Pani Bożenie Suchojad – Dyrektor Zespołu Szklono – Przedszkolnego w Rakowie,
Pani Beacie Walkowicz - Kudłacz oraz Panu Michałowi Siuta.

Paulina Szewczyk

Jubileusz 100-lecia Urodzin Pana Andrzeja Wójcika z Drogowli

Każde urodziny w życiu człowieka są wyjątkowe i niepowtarzalne, ale nie często zdarza się taki jubileusz. We wtorek 14 listopada 2017 roku Pan Andrzej Wójcik z Drogowli obchodził 100 urodziny. Już od soboty napływali goście i rodzina, chcący powinszować Seniorowi i świętować razem z nim tę piękną rocznicę. Było to ważne święto nie tylko dla rodziny, ale i Gminy Raków. Dostojnego Jubilata odwiedziła również Wójt Gminy Raków – Pani Alina Siwonia wraz z Kierownikiem USC w Rakowie – Panią Anną Stanek, by przekazać mu kwiaty i życzenia od siebie, jak i w imieniu Samorządu Gminy Raków. W tym dniu w domu Solenizanta z serdecznymi gratulacjami pojawili się również: Sołtys miejscowości Drogowle – Pan Ludwik Urbanowski, Członek Rady Sołeckiej – Pan Jerzy Zając, Radny – Pan Wiesław Grotkowski, Ks. Zbigniew Kargul, Sekretarz ZBoWiD – Pani Helena Olsińska i pełniąca funkcję Społecznego Członka Wspierającego Związek Kombatantów i Osób Represjonowanych – Pani Zofia Balińska. Pan Andrzej Wójcik otrzymał z rąk Pani Wójt listy gratulacyjne od Premier Polskie-



Szanowny Jubilat - Pan Andrzej Wójcik z Drogowli

go Rządu – Pani Beaty Szydło, Wojewody Świętokrzyskiego – Pani Agaty Wojtysek oraz Samorządu Gminy Raków.

Nie mogło zabraknąć tortu, toastu i urodzinowej pieśni, w nieco zmienionej z tej okazji wersji, czyli „200 lat!” oraz wspomnień. W swoim długim życiu Pan Andrzej Wójcik wychował 5 synów i 1 córkę oraz



Zyczenia i kwiaty dla Jubilata

doczekał się 15 wnucząt, 20 prawnucząt i 1 praprawnuczki. W młodości wykazał się niezwykłą odwagą, walcząc z okupantem podczas wojny. Ponadto, Senior zaznaczył się w historii swojej miejscowości jako współzałożyciel OSP w Drogowlach, która była jedną z pierwszych powojennych jednostek w Gminie Raków, działacz ZBoWiD, organizator wielu zbiórek i prac społecznych, a nawet wydarzeń kulturalnych.

Serdecznie gratulujemy tak pięknego jubileuszu i życzymy wszystkiego, co najlepsze!

Dominika Grzejszczyk

Pan Grzegorz Szewczyk oraz Pani Justyna Dziarmaga uhonorowani Nagrodą Wójta

17 października 2017r. odbyły się uroczyste wręczenie nagród z okazji Dnia Edukacji Narodowej. Swoją obecnością zaszczytili uroczystość Pan Michał Godowski - Starosta Kielecki i Przewodniczący Zarządu Powiatu, Pan Tomasz Pleban – Świętokrzyski Wicekurator Oświaty, Pan Piotr Żołądek - członek Zarządu Województwa Świętokrzyskiego oraz Pan Stanisław Gratka - Przewodniczący Rady Gminy Raków. Na zaproszenie Pani Aliny Siwoni - Wójta Gminy Raków przybyli dyrektorzy, nauczyciele i pracownicy przedszkola, szkół podstawowych oraz gimnazjum, jak również emerytowani nauczyciele i pracownicy samorządowi Urzędu Gminy w Rakowie.

Uroczystość rozpoczęła się powitaniem przez Panią Wójt Alinę Siwonię przybyłych gości i krótkim przemówieniem, w którym doceniła trud pracy edukacyjnej i wychowawczej oraz złożyła Pani Jadwidze Milewicz – Zastępcy Wójta Gminy Raków podziękowania za wysiłek włożony we wdrożenie reformy edukacji. Wyróżniającym się pedagogom i pracownikom szkół z terenu Gminy Raków, nagrody wręczyli Starosta Kielecki, Wicekurator Świętokrzyski i Pan Piotr Żołądek. Nagrodę Wójta otrzymali w tym roku: Pan Grzegorz Szewczyk – dyrektor Gimnazjum im. Jana Pawła II oraz Pani Justyna Dziarmaga – nauczyciel języka angielskiego w Szkole Podstawowej w Ociesękach.

Po rozdaniu okolicznościowych listów gratula-



U honorowani wraz z przedstawicielami samorządu wojewódzkiego, powiatowego i gminnego oraz Kuratorium Oświaty w Kielcach

cyjnych Panowie - Michał Godowski, Tomasz Pleban i Piotr Żołądek złożyli serdeczne życzenia skierowane do pracowników oświaty Gminy Raków. W podziękowaniu za wsparcie, które Gmina Raków otrzymuje zarówno ze strony Starosty, jak i Marszałka Wójt Gminy Raków wręczyła Panu Staroście i członkowi Zarządu Województwa Świętokrzyskiego rycinę przedstawiającą cyfrowy krajobraz Rakowa.

Dominika Grzejszczyk

Pan Kazimierz Karwat z Mędrowa Rolnikiem roku 2017 w Województwie Świętokrzyskim

W piątek 3 listopada odbyła się wielka gala finałowa konkursów agrobiznesowych Echa Dnia w Targach Kielce, na której Gminę Raków mieli zaszczyt reprezentować Pani Wójt Alina Siwonia oraz Przewodniczący Rady Gminy Pan Jerzy Nowak. Uhonorowano laureatów w kategoriach: Rolnik Roku 2017, Gospodynie i Gospodarze Wiejscy 2017, Agro - Biznes 2017, Agro - Wypoczynek 2017 oraz Firma Przyjazna Rolnikowi 2017. Wygranych wyłoniono w oparciu o głosy, z których połowę stanowiły udzielane przez czytelników za pomocą smsów, natomiast pozostałe przyznawane były przez kapitułę konkursu, składającą się z przedstawicieli Echa Dnia oraz wszystkich najważniejszych instytucji rolniczych w regionie.

Rolnikiem roku 2017 został przedstawiciel Gmi-

ny Raków – Pan Kazimierz Karwat z Mędrowa, który w głosowaniu czytelników Echa Dnia zdobył aż 4015 głosów. Pan Kazimierz wraz z żoną Grażyną prowadzi bardzo nowoczesne gospodarstwo o powierzchni 22 hektarów. Zajmują się uprawą zbóż, których zbiory przeznaczają na pasze dla bydła opasowego. Istotną część działalności stanowi uprawa tytoniu Virginia. Ponadto wielką pasją Pana Kazimierza są konie.

Zdobywca 1. miejsca otrzymał w nagrodę wielofunkcyjny agregat uprawowo - siewny Mamut Lux o wartości 10 500 złotych od firmy Dziekan z Zielonek koło Solca Zdroju oraz – jak każdy uczestnik konkursu - podwójne wejściówki na targi Horti-Tech (21-22 listopada 2017r.) oraz targi Agrotech (marzec 2018r.), które odbędą się w Targach Kielce.



Z pozostałych uczestników startujących w konkursie wyróżnienie zyskało jeszcze dziewięciu gospodarzy. Wszyscy laureaci Złotej Dziesiątki Województwa Świętokrzyskiego wraz z osobami towarzyszącymi na zaproszenie Europosta z ramienia Polskiego Stronnictwa Ludowego - Pana Czesława Siekierskiego wyjadą do Brukseli i zwiedzą tamtejsze zabytki.

Takie zwycięstwo zasługiwało na wyjątkowe wyrażenie uznania. W związku z tym, Wójt Gminy Raków – Pani Alina Siwonia zaprosiła Pana Kazimierza Karwata na Sesję Rady Gminy Raków odbywającą się 16 listopada. Pani Wójt, Przewodniczący Rady Gminy – Pan Jerzy Nowak oraz Wiceprzewodniczący Rady Gminy – Pan Stanisław Gratka pogratulowali Laureatowi sukcesu zajęcia szczytnego 1. miejsca i tytułu „Rolnika Roku 2017” w Województwie Świętokrzyskim.

Wójt Gminy Raków podkreśliła pracowitość, wyjątkowe umiejętności i ciągły rozwój, którymi Pan Kazimierz Karwat zasłużył na owe wyróżnienie. Zwróciła także uwagę, iż otrzymanie tytułu „Rolnika Roku 2017”, tym bardziej zasługuje na docenienie z racji trudnych dla rolnictwa regionalnych warunków geo-



Rolnik roku 2017 w Województwie Świętokrzyskim – Pan Kazimierz Karwat wraz z małżonką na sesji Rady Gminy Raków

logicznych a także zaznaczyła, że swoim sukcesem Pan Kazimierz Karwat promuje Gminę Raków.

Pan Kazimierz Karwat otrzymał od Samorządu Rady Gminy życzenia wszelkiej pomyślności, list gratulacyjny, piękny bukiet kwiatów oraz drobny upominek.

Dominika Grzejszczyk

99. Obchody Narodowego Święta Niepodległości

W dniu 14 listopada 1920 roku pierwszy raz w pełni uroczysto upamiętniono odzyskanie przez Polskę niepodległości. Przez lata obchody były organizowane głównie w pierwszą niedzielę po 11 listopada i miały charakter wojskowy. Dopiero w 1937 roku zostało ustanowione Narodowe Święto Niepodległości. Podczas II Wojny Światowej i okupacji niemieckiej nadal starano się kultywować pamięć o 11 listopada. Przygotowywano konspiracyjne obchody w większych miastach w postaci ulotek, afiszy i napisów z patriotycznymi hasłami, a później również ze znakiem Polski Walczącej. Począwszy od 1945 roku nowe władze Polski Ludowej dążyły do zniesienia tej rocznicy z kalendarza świąt państwowych, co przypieczętowano ustawą Krajowej Rady Nadzorczej. Przez następne 44 lata obchody Święta Niepodległości 11 listopada znów odbywały się nielegalnie. Po upadku komunizmu, podczas zmian ustrojowych i politycznych podjęto ustawę sejmową z dnia 15 lutego 1989 roku, którą przywrócono Narodowe Święto Niepodległości. Od tamtej pory, uroczystości rocznicowe odbywają się regularnie, również lokalnie. I tak też było w tym roku.

W Rakowie odbyły się 11 listopada uroczyste obchody 99. Rocznicy Odzyskania Niepodległości. Wydarzenie swoją obecnością zaszczylicili: Pani Kamila Jacewicz-Marciniak – reprezentująca Urząd Marszałkowski Województwa Świętokrzyskiego, Pani Alina Siwonia – Wójt Gminy Raków, Pan Jerzy Nowak – Przewodniczący Rady Gminy. Przybili również kombatanci, dyrektorzy szkół, radni, sołtysi, kierownicy gminnych jednostek organizacyjnych, harcerze z drużyny „Promień” z Szumska oraz mieszkańcy gminy. Poczty sztandarowe wystawiły: OSP w Rakowie oraz Gimnazjum im. Jana Pawła II w Rakowie.

Najpierw odbyła się koncelebrowana msza święta w intencji Ojczyzny, którą odprawili Ks. Proboszcz Paweł Mackiewicz, Ks. dr Oficjał Sądu Biskupiego Michał Grochowina, Ks. Proboszcz Parafii Bardo – Tomasz Weryński i Ks. Zbigniew



Delegacje składające wieńce pod Pomnikiem poległych w latach 1918-1920 żołnierzy

Kargul, który podczas homilii mówił o znaczeniu patriotyzmu oraz zachęcał do prezentowania patriotycznych postaw.

Po nabożeństwie Pani Kamila Jacewicz-Marciniak odczytała list Pana Adama Jarubasa – Marszałka Województwa Świętokrzyskiego i Pana Piotra Żołądka – członka Zarządu Województwa Świętokrzyskiego, traktujący o tym ważnym dla Polaków święcie. Obchody uświetnił wspaniały koncert pieśni patriotycznych wzbogacony przejmującą wizualizacją, która była wyświetlana podczas występów na ekranie projekcyjnym. Utwory muzyczne wykonał pod kierownictwem Pani Magdaleny Wojsy Zespół Fijolecki z Panią Justyną Piotrowicz i młodzieżowym zespołem muzycznym, Młodzieżowa Sekcja Gitarowa pod pieczęcią Pana Krzysztofa Kucharskiego oraz Chór „Chorał” z przewodzącym mu Panem Adamem Barabaszem.

Następnie ruszył pochód z Kościoła do Pomnika poległych w latach 1918-1920 żołnierzy. Tradycyjnie zapalono znicze i złożono pod pomnikiem biało-czerwone wieńce.

Dziękujemy wszystkim, tym młodszym i tym starszym, za obecność w tak ważnym dniu i pamięć o tych historycznych wydarzeniach.

Dominika Grzejszczyk

Redaguje zespół: Ryszard Mikula - red. naczelny, Sławomir Stanek - korekta techniczna,

Ryszard Mikula, Dominika Grzejszczyk, Sławomir Stanek - fotografie.

Adres redakcji: Gmina Raków z siedzibą ul. Ogrodowa 1, 26-035 Raków, tel. (041) 35 35 030,

adres internetowy: www.rakow.pl.

Druk: PHU „SZOSTAKDRUK” Staszów, ul. Kościelna 31, tel. (015) 864 23 83.



„Polacy zaś ten zwyczaj mają W dzień świętego Marcina gęś tłustą piekają...”



Występ Chóru Chorał

*...Skąd swój pożytek biorą gospodarze starzy: i mięso i praktykę jeśli się im zdarzy
widzieć makuły śniade kości obnażystej, spodziewają się pewnie zimy oparzystej
Jeśli też rydzowata, z brzegów zapalona, zapewne zima będzie przykra i szalona
Będzie li też bielizny miała w sobie wiele, niepochybna stateczność sanice się ściela.”*

Tak opisał tradycję pieczenia gęsi Kasper Twardowski poeta wczesnego baroku w swoim wierszu z 1630 roku pt. „Gęś św. Marcina albo pierwsza kolenda na szczęśliwe zaczęcie przyszłego roku”. Tradycję znaną i praktykowaną również w naszym regionie, ale obecnie nieco zapomnianą. Dzięki intencji jej przywrócenia, Gmina Raków miała znowu okazję gościć kulinarne talenty naszego województwa i ich wspaniałe potrawy, tym razem w jesiennej odsłonie. Z inicjatywy Pana Piotra Żołądka – członka Zarządu Województwa Świętokrzyskiego w niedzielę 12 listopada odbył się w Gimnazjum im. Jana Pawła II w Rakowie „Wojewódzki konkurs na potrawę z gęsi kieleckiej - Smaki Gęsiny” skierowany do Kół Gospodyń Wiejskich z całego Województwa Świętokrzyskiego. Uroczystość swoją obecnością zaszczylicili: Pan Czesław Siekierski – Poseł do Parlamentu Europejskiego i Przewodniczący Komisji Rolnictwa i Rozwoju Wsi, Pan Zdzisław Pniewski – Wiceprezes Świętokrzyskiej Izby Rolniczej i Prezes Zarządu LGD Białe Ługi, Pan Sławomir Neugebauer – dyrektor Departamentu Rozwoju Obszarów Wiejskich i Środowiska Urzędu Marszałkowskiego oraz Pan Maciej Giermasiński – Kierownik w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Świętokrzyskiego. Gościli u nas również Pan Bogusław Włodarczyk – Starosta Opatowski, Pan Michał Godowski – Starosta Kielecki, Pan Zbigniew Kierkowski – Starosta Pińczowski, Pan Ryszard Barna – Wicestarosta Pińczowski, Pani Marzena Bernat – Wójt Gminy Brody i Pan Mirosław Walasek – Wójt Gminy Michałów. Na wydarzenie przybyli również dyrektorzy szkół z Gminy Raków, księża, lokalni przedsiębiorcy oraz media.

Do zmagania konkursowych przystąpiło 13 grup gospodyń, po jednym z każdego powiatu. 3-osobowe zespoły zostały wyłonione z nadesłanych wraz z przepisami formularzy zgłoszeniowych. Uczestnicy mieli za zadanie przygotować jedną potrawę, która musiała zawierać minimum jeden produkt regionalny naszego

województwa, znajdujący się na liście Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Zestaw podstawowych produktów, które były niezbędne do przyrządzenia dania w tym 2 sztuki certyfikowanej gęsi kieleckiej, Kola Gospodyń Wiejskich otrzymały od organizatora konkursu, tj. Urzędu Marszałkowskiego Województwa Świętokrzyskiego. Reszta zależała już od kreatywności i umiejętności uczestników w zakresie kuchni polskiej.

Wydarzenie rozpoczęła Wójt Gminy Raków – Pani Alina Siwonia powitaniem wszystkich przybyłych gości i dokonała otwarcia konkursu. W swoim wystąpieniu podkreśliła rolę kultywowania tradycji i dbania o lokalne dziedzictwo w pielęgnowaniu regionalnej i lokalnej tożsamości. Świętokrzyskim zwyczajem, kultywowanym szczególnie w Rakowie i Chmielniku, spożywało się hodowlane gęsi w okolicy dnia Świętego Marcina – zwyczaj ten chce się przywrócić właśnie poprzez ten Konkurs Kulinaryny. Pani Wójt przedstawiła następnie Kola Gospodyń Wiejskich, które brały udział w konkursie, a były to:

- KGW „Żabieckie Powiślaniki” reprezentujące Starostwo Powiatowe w Busku Zdroju z potrawą „Gęś pieczona z jabłkami obłożona Gałami Żabieckimi”;
- KGW „Korytniczanki” ze Starostwa Powiatowego w Jędrzejowie z daniem „Gęś na kapuście kiszzonej z ziemniakami”;
- KGW Ciuślice występujące w imieniu Starostwa Powiatowego w Kazimierzy Wielkiej z „Gęsią pieczoną nadziewaną podrobami i śliwkami suszonymi”;
- KGW „Życinianki” reprezentujące Starostwo Powiatowe w Kielcach z daniem „Gęś faszerowana cielęcina, bakaliami i jabłkami podana na kopytkach i miodrej kapuście”;
- KGW „Rogowianki” ze Starostwa Powiatowego w Końskich z „Gulaszem z gęsi z kaszą gryczaną”;
- KGW „Kalinki” będące przedstawicielem Starostwa Powiatowego w Opatowie z „Gąską w opatowskim wydaniu”;
- KGW z Jędrzejowowa (Gmina Bodzechów) występujące w imieniu Starostwa Powiatowego w Ostrowcu Świętokrzyskim z daniem „Gęś bodzechowska po jędrzejowsku w cydrze”;
- KGW z Zagajowa reprezentujące Starostwo Powiatowe w Pińczowie z potrawą „Maślana gęś z kaszą i grzybami”;
- KGW Dwikozy ze Starostwa Powiatowego w Sandomierzu z „Gęsią po sandomiersku”;
- KGW za Skarżyska Kościelnego występujące w imieniu Starostwa Powiatowego w Skarżysku-Kamiennej z daniem „Gęś w miodzie z cebulą”;
- KGW „Ale Babki” z miejscowości Styków ze Starostwa Powiatowego w Starachowicach z „Gęsią nadziewaną owocami”;
- KGW z Wilkowej będące reprezentantem Starostwa Powiatowego w Staszowie z potrawą „Rolada Gęsi z grzybami i konfiturą z jarzębiny”;
- KGW „Skorkowianki” ze Starostwa Powiatowego we Włoszczowie z „Gąską gryczowianką”.

Pan Piotr Żołądek – członek Zarządu Województwa



Świętokrzyskiego mówił o szacunku dla tradycji i istotności współpracy między samorządami różnych szczebli, dzięki której są możliwe takie przedsięwzięcia.

Publiczność mogła zobaczyć pełen kunszt kucharski wszystkich zespołów, gdyż ostatnie prace i dekoracja potraw odbywały się już podczas finału. W oczekiwaniu na degustację tych wspaniałych dzieł kulinarnych można było spróbować gęsiich żołądków przygotowana przez Gimnazjum im. Jana Pawła II w Rakowie, barszczu na gąskach przyrządzonego przez Stowarzyszenie Aktywne Serca i pierogów z gąskami zrobionych przez Szkołę Podstawową w Ociesękach. Konsumowaniu towarzyszyły wstępy regionalnych zespołów ludowych: Rakowskich Fijołeków pod kierownictwem Pani Magdaleny Wojsy i ze wsparciem Pani Justyny Piotrowicz z zespołem muzycznym, „Życinianek” z przygrywającym im Panem Mariuszem Panasem, Chóru Chorał pod kierownictwem Pana Adama Barabasza oraz gościnnych zespołów: KGW „Kalinki” w towarzystwie Kapeli Rodzinnej MORKI, Zespołu Pieśni i Tańca „Wincentowianie” i Kapeli Łysogórskiej. W tym też czasie Świętokrzyskie Centrum Onkologii promowało profilaktykę raka piersi i raka szyjki macicy, udzielając informacji w zakresie badań profilaktycznych oraz udostępniając materiały edukacyjne. Natomiast reprezentanci Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa rozpowszechniali Biuletyn Informacyjny i reklamowali „Szlak Dobrego Smaku”.

Potrawy konkursowe oceniała komisja złożona z: Pana Macieja Giermasińskiego – reprezentującego Urząd Marszałkowski Województwa Świętokrzyskiego, Pana Kazimierza Karwata – występującego w imieniu Gminy Raków, Pani Agnieszki Łodej – reprezentującej Świętokrzyską Izbę Rolniczą, Pani Krystyny Banaś – przedstawicielki Świętokrzyskiego Ośrodka Doradztwa Rolniczego oraz Pani Gabrieli Król – Prezes Stowarzyszenia „Gęś kielecka z tradycjami”, będącej jednocześnie Przewodniczącą Komisji. Jurorzy oceniali potrawy nie tylko na podstawie walorów smakowych, zapachowych i estetycznych, ale również pod względem zgodności z regulaminem i tematem, ich związkiem z regionem, zastosowaniem produktów tradycyjnych regionu świętokrzyskiego oraz pomysłowości i oryginalności.

Wszystkie potrawy reprezentowały wysoki poziom i było nie lada wyzwaniem wybranie najlepszego dania. Miejsca na podium różniło jedynie 0,5 lub 1 punkt. Decyzję Komisji odczytała Pani Gabriela Król, a nagrody i dyplomy wręczali: Pani Alina Siwonia – Wójt Gminy Raków, Pan Czesław Siekierski – Poseł do Parlamentu Europejskiego, Pan Piotr Żołądek – członek Zarządu Województwa Świętokrzyskiego, Pan Zdzisław Pniewski – Wiceprezes Świętokrzyskiej Izby Rolniczej i Prezes Zarządu LGD Białe Ługi oraz Pan Maciej Giermasiński – Kierownik w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Świętokrzyskiego. Główne nagrody sfinansował Urząd Marszałkowski Województwa Świętokrzyskiego. LGD Białe Ługi również zasponsorowały wyjątkowe prezenty dla każdego KGW biorącego udział w konkursie. Dodatkowe upominki (do wysokości 300 zł) ufundowała Świętokrzyska Izba Rolnicza, a od Świętokrzyskiego Ośrodka Doradztwa Rolniczego każdy uczestnik konkursu otrzymał na pamiątkę publikację „Potrawy tradycyjne z regionu Gór Świętokrzyskich”. Werdyktem Komisji I miejsce zajęło KGW „Kalinki” z Brzozowej, II miejsce należało do KGW Życiny, a III miejsce przypa-



Zespół Rakowskie Fijołki podczas występu



Nagrodzona potrawa z gęsiny



Laureaci konkursu

dło KGW Korytnica. Pozostałe grupy konkursowe otrzymały wyróżnienia.

Kolejny punkt wydarzenia to symboliczne przekazanie strojów ludowych z realizacji projektu Szata nie zdoła, ale utożsamia – uszycie strojów ludowych dla Koła Gospodyń Wiejskich dla KGW „Życinianki” przez Pana Piotra Żołądka w imieniu Pana Adama Jarubasa - Marszałka Województwa Świętokrzyskiego. Koło Gospodyń Wiejskich podziękowało wierszem własnego autorstwa oraz pięknymi kwiatami.

Serdecznie podziękowania należą się koordynatorom wydarzenia: Pani Małgorzacie Sachurskiej – inspektor w Departamencie Rozwoju Obszarów Wiejskich i Środowiska, Pani Agnieszce Durliej – Główny Specjalista w Oddziale Rozwoju Obszarów Wiejskich i Rolnictwa w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Świętokrzyskiego, Pani Halinie Łukasik i Pani Paulinie Szewczyk z GTS Raków, jak również autorom poczęstunków: członkiniom Stowarzyszenia Aktywne Serca, pracownikom Szkoły Podstawowej w Ociesękach i Gimnazjum im. Jana Pawła II w Rakowie oraz zespołom muzycznym: Pani Magdalenie Wojsie z Rakowskimi Fijołkami, Chórowi Chorał, KGW „Życinianki”, KGW „Kalinki”, Zespołowi Pieśni i Tańca „Wincentowianie” i Kapeli Łysogórskiej.

Serdecznie gratulujemy wszystkim Kołom Gospodyń Wiejskich!

Dominika Grzejszczyk



Już od stycznia 2018 r. w Urzędzie Gminy Raków zapłacisz kartą płatniczą lub telefonem

Urząd Gminy Raków w porozumieniu z Krajową Izbą Rozliczeniową uruchamia program, który od stycznia 2018r. pozwoli klientom Urzędu Gminy Raków dokonywać płatności bezgotówkowych za wszelkiego rodzaju opłaty (podatki, opłatę za wodę, opłatę za odbiór odpadów komunalnych, opłatę skarbową, itp.) za pomocą terminali płatniczych lub poprzez bankowość mobilną z wykorzystaniem usługi WebPOS Paybynet (płatność telefonem). Płatności mobilne będą mogły być realizowane przez klientów za pomocą BLIK

oraz aplikacji PeoPay. Płatności z użyciem karty płatniczej lub telefonu będą odbywać się w urzędzie tak samo, jak w dowolnym sklepie wyposażonym w terminal POS. Z kolei WebPOS Paybynet umożliwi przyjęcie płatności telefonem bezpośrednio przy stanowisku obsługi klienta.

Zachęcamy do korzystania z nowego rozwiązania i wierzymy, że będzie ono pomocne dla naszych klientów.

Informacja własna

Nie narażaj zdrowia i życia!

Smog to dziś jeden z najważniejszych i najpoważniejszych problemów, z którymi zmagają się nasz kraj – według raportu z 2016 roku 33 z 50 miast z najgorszym stanem powietrza w Unii Europejskiej znajduje się w Polsce. Nie uciekniemy przed smogiem, nawet jeśli nie mieszkamy w mieście, tylko na wsi. Popularną opinią jest to, że za zanieczyszczenie powietrza odpowiedzialne są przede wszystkim fabryki i inne tego typu przedsiębiorstwa. W obecnych czasach dzięki podjętym restrykcyjnym przepisom, które wymusiły w takich miejscach instalację systemów oczyszczania powietrza, więc takie wytwórnie zaczęły stawać się coraz mniej szkodliwe dla środowiska i to nie one stanowią główne źródło zanieczyszczeń powietrza. Źródłem tym są stare samochody i nasze własne domowe piece – często przestarzałe i opalane złej jakości węglem, a nawet śmieciami.

Do pieca nie powinno trafić nic poza paliwem określonym przez jego producenta – żaden plastik, listewka, stary mebel, opona czy odzież! W spalinach ze spalania śmieci znajdują się m.in. pyły, dwutlenek siarki, metale ciężkie (jak np.: kadm czy rtęć), cyjanowodór i rakotwórcze dioksyny. Palenie odpadów to żadna oszczędność, a narażanie zdrowia i życia własnego, jak i wszystkich ludzi zamieszkujących w okolicy. Szkodliwe substancje są wdychane przez miesz-

kańców, a także opadają na ziemię i przenikają w głąb gleby, także przydomowych ogródków.

Wszystkie substancje, które zamieszczaają powietrze są niebezpieczne dla człowieka, jednak największy wpływ na zdrowie mają zawieszony w powietrzu cząsteczki stałe o nazwach PM10 i znacznie gorsze PM2,5, będąc 4 razy mniejsze niż czerwone krwinki przedostają się z płuc do krwiobiegu, z którego rozprzestrzeniają po całym ciele. Powodują choroby nie tylko układu oddechowego – są odpowiedzialne m.in. za udary, zawały, astmy wraz z innymi chorobami cywilizacyjnymi oraz nowotwory. Według danych Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), z powodu smogu przedwcześnie umiera co roku 6,5 mln ludzi na całym świecie, a w samej Polsce liczba ta wynosi niemal 50 tys. osób rocznie!

Nie bez przyczyn ustawa o odpadach (Dz. U. z 2016 r. poz. 1987) nakazuje „termiczne przekształcanie odpadów” wyłącznie w spalarniach odpadów (art. 155), a palenie śmieci we własnym zakresie uznaje za wykroczenie, za które grozi kara aresztu lub grzywny do 5 tys. złotych.

Życząc sobie nawzajem zdrowia w te święta, miejmy na uwadze, że sami jesteśmy odpowiedzialni za kondycję naszą, naszych bliskich i sąsiadów.

Informacja własna

SENS RECYKLINGU – Dlaczego segregujemy śmieci

Większość towarów, które kupujemy w sklepach, jest wykonana z plastiku, szkła, papieru oraz aluminium i innych metali, czyli tworzyw, które możemy ponownie wykorzystać. Posegregowane przestaje być śmieciem – staje się wartościowym surowcem.

Jeden z najpowszechniejszych mitów na temat segregacji śmieci to przekonanie, że posegregowane odpady trafiają do jednej śmieciarki, która wszystko miesza, więc nasza praca w domu idzie na marne – tymczasem to się zmieniło. Nowoczesne pojazdy odbierające posegregowane odpady mają zazwyczaj podział na różne przegrody, do których trafiają poszczególne odpady. Tak też jest w naszej gminie.

Segregowanie odpadów przynosi korzyści finansowe – segregując, płacimy mniej za odbiór śmieci. Jeśli będziemy pozbywać się odpadów jedynie w formie zmieszanej, rachunek za odbiór śmieci będzie wyższy.

Recykling pozwala na oszczędność energii, surowców i środowiska naturalnego. Każda wykorzystana ponownie szklana butelka to oszczędność energii potrzebnej do oświetlenia pokoju żarówką przez 4 godziny. Przetworzenie tony aluminium to oszczędność 4 ton boksytu i 700 kilogramów ropy naftowej. Poddane recyklingowi odpady to także mniej wysypisk.

O recyklingu warto pomyśleć już na etapie zakupów. Kupuj tylko tyle, ile naprawdę potrzebujesz. Weź na zakupy torbę wielorazowego użytku. Unikaj produktów jednorazowych i zbędnych opakowań. Wybieraj produkty w opakowaniach, które nadają się do recyklingu, albo są wykonane z materiałów biodegradowalnych. Zanim kupisz kolejny

produkt, zwróć uwagę, czy materiał, z którego został wykonany, nadaje się do recyklingu.

W ostatnim czasie coraz więcej ludzi poszukuje możliwości maksymalnego przedłużenia życia raz wyprodukowanych rzeczy. Motywacje są różne - może to być forma zabawy, czasami jest to konieczność. Część osób manifestuje w ten sposób, że troszczy się o środowisko naturalne. Tak naprawdę, jedynie od naszych pomysłów i wyobraźni zależy, w jaki sposób wykorzystamy stare przedmioty. Meble, ubrania, butelki czy puszki mogą dowolnie przestaczać się w nowe twory.

Innym rozwiązaniem jest wymiana zbędnych rzeczy. Nie potrzebujesz swojej starej kanapy? Oddaj ją w dobre ręce. To samo dotyczy sprzętu RTV/AGD. Nie każdy może sobie pozwolić na kupno nowej lodówki lub pralki. Jeśli posiadasz takie urządzenia, zgłoś się do Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Rakowie. Dzięki wymianie, Ty pozbędziesz się kłopotu, a ktoś inny ucieszy się z prezentu. Wymieniając, naprawiając i pożyczając przedmioty dajesz im szansę na ich drugie życie.

Recykling to oszczędność ograniczonych zasobów naturalnych, a także zmniejszenie szkodliwego wpływu na środowisko. Dzięki recyklingowi jest też mniej wysypisk. Choć bezpośredni koszt wywozu śmieci na składowisko jest tańszy niż ich przetwarzanie, to jednak faktyczne wydatki związane z utrzymywaniem składowisk, ograniczaniem ich wpływu na środowisko i rekultywacją przyległych do nich obszarów są znacznie wyższe.



IDŹ PO ZDROWIE!

Ośrodek Rehabilitacji Kompleksowej i Promocji Zdrowia Marzena Kuczyńska

FALA UDERZENIOWA

Nowoczesny, skuteczny zabieg do zwalczania przewlekłego bólu związanego z układem mięśniowo -szkieletowym

Wystarczą 3 - 4 sesje terapeutyczne (1 zabieg w tygodniu !)

Redukuje ból, przyspiesza gojenie, przywraca ruchomość

GLÓWNE WSKAZANIA DO STOSOWANIA TERAPII FALA UDERZENIOWA:

- **BOLESNY BARK**
- **OSTROGA PIĘTOWA**, bolesne ścięgno Achillesa, Hallux
- **WCZESNE STADIA CHOROBY ZWYRODNIENIOWEJ STAWÓW**
- łokieć tenisisty, golfisty, zespół cieśni nadgarstka,
- bóle i schorzenia stawu biodrowego, kolanowego, ból w okolicy pachwiny, stany zapalne więzadła rzepki
- bóle pleców pochodzenia mięśniowego
- zapalenie i przeciążenie ścięgien, mięśni, zwapnienia mięśniowe
- **EFEKT KOSMETYCZNY** redukcja cellulitu



LASER WYSOKOENERGETYCZNY

Skuteczna, szybka i bezbolesna terapia bez efektów ubocznych
Natychniastowa i długotrwała ulga w bólu !

GLÓWNE WSKAZANIA DO STOSOWANIA LASERA WYSOKOENERGETYCZNEGO :

- Bóle kręgosłupa, rwa kulszowa, dyskopatie
- Bóle stawów, zapalenia okołostawowe
- Urazy i przeciążenia
- Choroba zwyrodnieniowa stawów
- Choroby reumatyczne stawów

Dla wzmocnienia efektu terapeutycznego istnieje możliwość terapii skojarzonej :

laser wysokoenergetyczny + fala uderzeniowa + kinesiotaping!!!

KINESIOTAPING

Innowacyjna, bezbolesna metoda polegająca na oklejaniu ciała specjalnymi plastrami bez przeciwwskazań i skutków ubocznych !

Wsparcie w procesie leczenia organizmu bez rezygnacji z codziennej aktywności !

Terapia 24 godziny na dobę przez 3 -5 dni!

Stanowi doskonale uzupełnienie terapii falą uderzeniową, laserem wysokoenergetycznym.

GLÓWNE WSKAZANIA DO STOSOWANIA PŁASTRÓW KINESIOTAPING :

- ból pourazowy będący wynikiem kontuzji stawów, skręceń, zwichnięć
- łagodzenie ból pleców, szyi
- wsparcie dla stawów w ograniczeniu ich ruchomości różnego pochodzenia
- pomoc dla przeciążonych, napiętych, bolesnych mięśni
- redukcja obrzęków pooperacyjnych, pourazowych, obrzęków po mastektomii



INFORMACJE DOTYCZĄCE UDZIELANIA ZABIEGÓW

– MARZENA KUCZYŃSKA tel. 600 941 606