

Nr 9⁽¹⁹⁰⁾

Wrzesień 2026

ISSN 2083-3067

gazeta bezpłatna

GŁOS BRZESKI

miesięcznik regionalny

www.glos24.pl

głos²⁴
BRZESKI

**GAZETA
BEZPŁATNA**

BRZESKO • BORZĘCIN • ZAWADA USZEWSKA • MOKRZYSKA
GNOJNIK • DĘBNO • IWKOWA • SZCZUROWA

SENIORZY POKAZALI, ŻE MŁODOŚĆ NIE MA METRYKI

Wojciech Gąsowski gwiazdą wielkiej zabawy

Rancho Pasja w połowie sierpnia zamieniło się w miejsce pełne muzyki, tańca, śmiechu i wspomnień. Tegoroczna edycja brzeskiego Senior Party po raz kolejny udowodniła, że wiek jest tylko liczbą, a prawdziwa młodość niekoniecznie znajduje się w metryce. Uczestnicy wydarzenia bawili się do późnych godzin, tańczyli przy największych przebojach, uczestniczyli w konkursach i pokazie mody, a przede wszystkim mieli okazję spędzić czas razem. Nie zabrakło również ważnych tematów dotyczących bezpieczeństwa i pierwszej pomocy. Do Brzeska przyjechały zaprzyjaźnione grupy seniorów m.in. ze Skarżyska-Kamiennej, Iwkowej oraz Tuchowa, dzięki czemu sobotnie spotkanie stało się nie tylko okazją do zabawy, ale również dużym wydarzeniem integracyjnym.

Tegoroczne Senior Party od początku miało atmosferę, której trudno było się oprzeć. Rancho Pasja szybko wypełniło się uczestnikami ubranymi odświętnie i nastawionymi przede wszystkim na dobrą zabawę. Przy stołach rozpoczęły się rozmowy, spotkania ze znajomymi i wspomnianie poprzednich wydarzeń, a z każdą kolejną godziną coraz więcej osób pojawiała się na parkiecie. Dla części uczestników była to kolejna okazja do wspólnego świętowania, dla innych pierwsze takie spotkanie w większym gronie. Szczególnego charakteru imprezie nadała obecność seniorów z innych miejscowości. Przyjechali goście ze Skarżyska-Kamiennej, Iwkowej oraz Tuchowa, dzięki czemu Brzesko stało się miejscem spotkania ludzi, których łączy nie tylko wiek, ale przede wszystkim aktywność, otwartość i chęć wspólnego spędzania czasu.

Senior Party pokazało przy tym, że tego rodzaju wydarzenie może łączyć dobrą zabawę z tematami niezwykle ważnymi w codziennym życiu. Jednym z nich było bezpieczeństwo. Policjanci z Komendy Powiatowej Policji w Brzesku wraz ze specjalistą ds. cyberprzestępczości przeprowadzili prelekcję „Bezpieczny Senior”, podczas której przypomnieli uczestnikom o zagrożeniach, na jakie szczególnie narażone mogą być osoby starsze.

dokończenie na str. 5 »



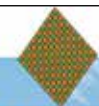
**MODASTYL
GARNITURY**

SZYCIE NA MIARĘ | KOLEKCJE ŚLUBNE
nowa kolekcja nowe tkaniny super ceny

SALON FIRMOWY - GALERIA RONDO

Fabryka - Bochnia ul. Proszowska 1

tel. 14 6113035 www.modastyl.com.pl



Alliance Green Services®
GLOBAL VALUE ADDED PROVIDER

NOWA JAKOŚĆ KRUSZYW

Kruszywa drogowe AGS
z żużli wielkopiecowych i stalowniczych,
kruszywa przemysłowe:
zróżnicowany asortyment | w ciągłej sprzedaży
profesjonalna obsługa małych zamówień,
jak i dużych projektów inwestycyjnych

PROMOCJA I

Specjalna cena na kruszywa pod kostkę brukową 0/11 W i 11/31 W.

Hałda-Pleszów:

Kraków, ul. Igołomska 28a

733 823 422 | 733 823 461 | 502 498 094

Zapraszamy pon - pt: 6:30 - 17:30

www.kruszywaags.com

Honorujemy karty płatnicze



Artykuły sponsorowane



Brzesko na rowerze

Plac Kazimierza Wielkiego w Brzesku po raz kolejny stał się miejscem corocznego pożegnania wakacji, łączącego ruch z edukacją ekologiczną. W niedzielę, 30 sierpnia, mieszkańcy w każdym wieku zgromadzili się, aby wziąć udział w rodzinnym pikniku i towarzyszącym mu rajdzie rowerowym.

Piknikowe miasteczko oferowało bogaty program rekreacyjny. Uczestnicy odwiedzali Mobilne Centrum Edukacji – Ekobus ze stanowiskami doświadczalnymi oraz strefą wirtualnej rzeczywistości poświęconą ochronie przyrody. W duchu idei less waste odbyły się warsztaty

tworzenia naturalnych mydeł i perfum. Powodzeniem cieszyło się stanowisko Blender Bike, gdzie owocowe koktajle przygotowywano siłą własnych nóg podczas pedalowania. Pod namiotem firmy Happy Garden składano budki dla ptaków i domki dla jeży do przydomowych ogrodów, a Akademia Inicjatyw Społecznych badała świadomość ekologiczną mieszkańców.

Przy specjalnym stoisku ekodoradcy oraz specjalista ds. programu „Czyste Powietrze” z Urzędu Miejskiego w Brzesku wyjaśniali zasady pozyskiwania dofinansowania na inwestycje proekologiczne. Najmłodsi mogli zagrać w wielkoformatową grę planszową z brzeskimi koziołkami.

Kulminacyjnym punktem był rodzinny rajd rowerowy na nowej trasie o długości około dziesięciu kilometrów. Uczestnicy pokonali odcinek, który pokazał okolicę z całkiem innej strony, prezentując interesujące miejsca, ścieżki rowerowe, a także lokalizacje, do których warto wrócić w czasie wolnym na przejażdżkę lub spacer. Ponad 600 zarejestrowanych cyklistów otrzymało pamiątkowe koszulki. Przejazd bez rywalizacji sportowej stawiał na integrację i promocję roweru jako ekologicznego środka transportu. Wyróżniono także najmłodszego oraz najstarszego uczestnika rajdu.

Gdy peleton znajdował się w drodze, na płycie placu działało mini miasteczko rowerowe oraz symulatory przygotowane dzięki firmie Zasada Trans Spedition i projektowi Young and Safe Edu Camp. Uczestnikom rozdawano odbłaski, a wieloletni partner

wydarzenia, właściciel firmy Papilo Grzegorz Bach, ufundował dla rowerzystów kaski ochronne.

Na imprezę zaprosili burmistrz Brzeska Tomasz Latocha, gmina Brzesko z główną koordynatorką Barbarą Kuczek z Wydziału Strategii i Rozwoju oraz Wydziałem Ochrony Środowiska, Miejski Ośrodek Kultury kierowany przez Ewelinę Stępień, Kępa Sport oraz Akademia Inicjatyw Społecznych.

Wsparcia udzielili Ministerstwo Sportu i Turystyki, Aktywni Lokalnie, Fundacja Orły Sportu, Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Krakowie, Komenda Powiatowa Policji w Brzesku, Szczep Czarny ZHP imienia Bohaterów Państwa Podziemnego oraz OSP w Porębie Spytkowskiej, Brzesku, Jasieniu i Jadownikach. Głównymi sponsorami były firmy Zasada Trans Spedition, Happy Garden oraz Papilo.



10 lat DDP w Jadownikach

Dekadę działalności świętowała 30 sierpnia Dziecięca Drużyna Pożarnicza w Jadownikach. Początki organizacji sięgają roku 2016, kiedy w jej skład wchodziło 19 dzieci w wieku przedszkolnym. Pierwszym opiekunem drużyny był Zbigniew Serwatka (wspierany przez żonę Katarzynę), który wraz z Jerzym Gawiakiem był inicjatorem powołania drużyny. Obecnie opiekę nad DDP sprawuje Patrycja Nosal.

Przynależność do DDP wiąże się ze stałym doskonaleniem umiejętności podczas ćwiczeń.

Dzieci poznają sprzęt strażacki, zasady ochrony przeciwpożarowej oraz funkcjonowanie w zgodzie z przepisami prawa i wytycznymi BHP. Bycie w drużynie to również nabywanie umiejętności zachowania zimnej krwi w sytuacjach zagrożenia oraz opanowanie podstaw pierwszej pomocy. Najmłodsi uczą się m.in., jak prawidłowo wezwać służby ratunkowe, jakie informacje przekazać dyspozytorowi oraz jak sprawdzić przytomność osoby poszkodowanej.

Młodzi strażacy prezentują swoje umiejętności podczas lokalnych wydarzeń i pikników,

uczestnicząc w życiu patriotycznym i religijnym gminy. Składają kwiaty pod Pomnikiem Nieznanego Żołnierza podczas uroczystości majowych i listopadowych, biorą udział w obchodach rocznicy wybuchu Powstania Warszawskiego na skwerze pamięci w Jadownikach oraz pełnią honorowe warty przy Grobie Pańskim w okresie Wielkanocy. Reprezentują również miejscowość na zawodach – niedawno gościli m.in. na Olimpiadzie Dziecięcych Drużyn Pożarniczych w Posadzie Zarszyńskiej. Członkowie drużyny regularnie biorą także udział w corocznym Ogólnopolskim Turnieju Wiedzy Pożarniczej.

Zgodnie z zasadami w strukturach DDP można przebywać do ukończenia 10. roku

życia. Po osiągnięciu tego wieku dzieci przechodzą do Młodzieżowej Drużyny Pożarniczej, którą obecnie prowadzi Mariusz Świerad. Starsza grupa odnosi sukcesy w zawodach – w ostatnim czasie zajęła drugie miejsce w Gminnych Zawodach Sportowo-Pożarniczych w Jadownikach oraz zdobyła złoty medal podczas IV Ogólnopolskich Manewrów MDP w Besku.

30 sierpnia przed remizą OSP w Jadownikach odbyło się urodzinowe spotkanie z okazji 10-lecia DDP. W programie znalazły się liczne atrakcje dla najmłodszych, w tym gry i zabawy, przeciąganie liny, malowanie twarzy, tatuaże, tańce, jubileuszowy tort oraz piana party.



Artykuł sponsorowany



Nowe pomieszczenia żłobka w Strzelcach Małych oficjalnie otwarte

Nowoczesna przestrzeń dla najmłodszych mieszkańców Gminy Szczurowa została dziś oficjalnie otwarta. 31 sierpnia w Gminnym Żłobku w Strzelcach Małych odbyło się uroczyste otwarcie nowych pomieszczeń, które pozwolą na

zapewnienie opieki kolejnym dzieciom i stworzenie im jeszcze lepszych warunków do rozwoju.

Uroczystość rozpoczęła się od przywitania wszystkich gości, następnie odbyły się

okolicznościowe przemówienia i podziękowania. Tuż po nich nastąpiło przecięcie symbolicznej wstęgi. Po części oficjalnej zaproszeni goście mieli możliwość zwiedzenia nowo powstałych pomieszczeń i zobaczenia, jak przygotowano przestrzeń dla najmłodszych. Szczególnym momentem uroczystości był również występ dzieci.

Rozbudowa żłobka jest kolejnym etapem działań Gminy Szczurowa zmierzających do zwiększania dostępności miejsc opieki nad najmłodszymi mieszkańcami. Budynek, który dziś służy dzieciom, ma szczególne znaczenie dla lokalnej społeczności – przez wiele lat mieściła się w nim Szkoła Podstawowa w Strzelcach Małych, aż do jej likwidacji w 2014 roku.

Pierwszy etap zagospodarowania budynku na nowo rozpoczął się w 2020 roku. Budynek

został gruntownie zmodernizowany i przystosowany do funkcjonowania żłobka oraz przedszkola integracyjnego. W efekcie powstało wówczas 17 miejsc w żłobku oraz 20 miejsc w przedszkolu integracyjnym.

Rozwijające się zapotrzebowanie na miejsca opieki sprawiło, że Zbigniew Moskal – Wójt Gminy Szczurowa zdecydował na kolejny etap inwestycji. W latach 2025–2026 przeprowadzono prace obejmujące przebudowę i zmianę sposobu użytkowania lokali mieszkalnych na oddział żłobka, a także rozbudowę budynku o klatkę schodową z windą. Wykonano również niezbędne instalacje oraz dojechała do klatki schodowej.

Wartość tegorocznego etapu inwestycji wyniosła 2 122 783,20 zł.

Nowy oddział został kompleksowo wyposażony. W salach dziecięcych znalazły się m.in. nowe meble, dywany, siedziska, zabawki oraz pomoce dydaktyczne, kreatywne, sensoryczne i multimedialne. Przygotowano również odpowiednio wyposażone łazienki, przestrzeń do odpoczynku i spożywania posiłków, a także zakupiono sprzęt niezbędny do utrzymania czystości.

Najważniejszym efektem inwestycji jest 30 nowych miejsc dla dzieci do lat 3. Dzięki temu Gminny Żłobek w Strzelcach Małych może zaoferować opiekę jeszcze większej liczbie rodzin z terenu gminy.

– Niezmiernie się cieszę, że w naszej gminie stworzyliśmy wspaniałe, nowoczesne miejsce, które jest odpowiedzią na potrzeby dzieci i ich rodziców. Chcemy zapewnić najmłodszym bezpieczne warunki do rozwoju, a rodzicom możliwość godzenia życia rodzinnego z aktywnością zawodową – podkreślał podczas uroczystości Wójt Gminy Szczurowa.

Nowe pomieszczenia już od 1 września rozpoczęły swoją codzienną działalność, wypełniając się dziecięcym śmiechem, zabawą i radością, a to kolejny przykład inwestycji, która bezpośrednio przekłada się na poprawę jakości życia mieszkańców i odpowiada na realne potrzeby społeczności.



Święto plonów pełne tradycji i spotkań

Domosławice były gospodarzem tegorocznych dożynek Miasta i Gminy Czehów. Uroczystość była okazją do podziękowania za tegoroczne plony, a także wspólnego świętowania, spotkań i kultywowania lokalnych tradycji.

W przygotowanie wydarzenia zaangażowali się mieszkańcy, sołtysi i rady sołeckie, Koła Gospodyń Wiejskich, druhowie Ochotniczych Straży Pożarnych, Zespół Szkoły i Przedszkola w Domosławicach, Miejski Ośrodek Kultury, Sportu i Rekreacji w Czehowie oraz wiele innych osób.

Na uczestników czekały piękne wieńce dożynkowe, stoiska, poczęstunek, występy

i muzyka. Nie zabrakło również wspólnego świętowania, które pokazało, jak ważne dla mieszkańców są lokalna tradycja i integracja. W uroczystości uczestniczyli także poseł Józefa Szczurek-Żelazko, europoseł Arkadiusz Mularczyk oraz Wojciech Skruch, wiceprzewodniczący Sejmiku Województwa Małopolskiego.

Dożynki były przede wszystkim podziękowaniem dla rolników za ich całoroczną, ciężką pracę. To również przypomnienie, że za każdym chlebem na naszych stołach stoją ludzie, ich codzienny trud oraz przywiązanie do ziemi i tradycji przekazywanych z pokolenia na pokolenie.

Źródło oraz foto: Miasto i Gmina Czehów



Szkoła w Jurkowie po wakacyjnym remoncie



Wakacje były czasem intensywnych prac w Zespole Szkoły i Przedszkola w Jurkowie. W placówce zaadaptowano pomieszczenia na nowe gabinety specjalistyczne oraz przygotowano toaletę dostosowaną do potrzeb osób z niepełnosprawnościami.

Pomieszczenia zostały kompleksowo wyremontowane, wykonano również niezbędne prace instalacyjne. Modernizacja objęła także

ciąg komunikacyjny na parterze, który zyskał nowy wygląd i stał się bardziej funkcjonalny.

Inwestycja ma przede wszystkim poprawić warunki nauki i pracy oraz zapewnić uczniom lepsze możliwości korzystania ze specjalistycznego wsparcia.

Prace sfinansowano ze środków Gminy Czehów oraz funduszy unijnych w ramach projektu „Edukacja włączająca w kształceniu ogólnym w Gminie Czehów”.

Źródło oraz foto: Miasto i Gmina Czehów

Jesienny przegląd zdrowia. O tych badaniach nie warto zapominać



Część z nas jest już pod stałą opieką specjalistów. Regularnie przyjmujemy leki i wykonujemy zalecone badania. To jednak nie znaczy, że pamiętamy o wszystkim. Jesień może być dobrym momentem, aby zrobić własny „przegląd zdrowia”.

Jeśli nic nie boli, łatwo uznać, że wszystko jest w porządku. Zwłaszcza gdy i tak co kilka miesięcy odwiedzamy lekarza z powodu nadciśnienia, cukrzycy, choroby serca czy problemów ze stawami. Tyle że kardiolog pilnuje przede wszystkim serca, diabetolog cukrzycy, a ortopeda układu ruchu. Nikt nie musi przypomnieć nam, że od kilku lat nie byliśmy u dentysty, gorzej słyszymy, a kolonoskopię odkładamy od czasu, gdy po raz pierwszy ktoś o niej wspomniał. Dlatego raz na jakiś czas warto spojrzeć na zdrowie szerzej.

Zacznij od podstaw, nie od pakietu „wszystko”

Nie trzeba od razu kupować prywatnego zestawu kilkudziesięciu badań. Dobrym punktem wyjścia może być program „Moje Zdrowie”, realizowany w przychodniach podstawowej opieki zdrowotnej.

Po 50. roku życia z bilansu można korzystać co trzy lata. Najpierw wypełniamy ankietę – w przychodni, przez Internetowe Konto Pacjenta albo aplikację mojeIKP. Podstawowe badania obejmują m.in. morfologię, glukozę, kreatyninę i ocenę pracy nerek, lipidogram, TSH oraz badanie moczu. W zależności od wieku, płci i czynników ryzyka zakres może zostać rozszerzony. U mężczyzn po 50. roku życia przewidziano także oznaczenie PSA. Podczas wizyty podsumowującej mierzone są m.in. ciśnienie, tętno, masa ciała i wzrost. To dobry moment, żeby zapytać lekarza, czego naprawdę potrzebujemy dalej.

Bo profilaktyka nie polega na tym, żeby co roku badać wszystko. Jeśli leczymy się przewlekle, ważniejsze jest trzymanie się zaleceń: regularne przyjmowanie leków, kontrole, dieta czy rehabilitacja. Jeśli jesteśmy zdrowi, część badań może być potrzebna znacznie rzadziej.

Nie zapominajmy też o najprostszych rzeczach. Ciśnienie często mierzone jest przy okazji wizyty w przychodni, ale jeśli dawno tego nie robiliśmy, można skorzystać również z aparatu dostępnego w wielu aptekach. Jeden wysoki wynik nie oznacza jeszcze nadciśnienia, ale jeśli wartości regularnie są podwyższone, warto to wyjaśnić. Podobnie z wagą. Niepokoić może nie tylko przybieranie kilogramów. Jeśli bez zmiany diety czy aktywności wyraźnie chudniemy, również warto o tym powiedzieć lekarzowi.

Te badania łatwo odkładać

Kolonoskopia nie należy do badań, które wpisujemy do kalendarza z entuzjazmem. Tymczasem właśnie dlatego tak łatwo przesuwają ją „na później”. W ramach programu badań przesiewowych raka jelita grubego bezpłatna kolonoskopia przysługuje osobom w wieku 50–65 lat, które nie wykonywały jej w ciągu ostatnich 10 lat. Mogą z niej skorzystać także osoby w wieku 40–49 lat, jeśli u najbliższego krewnego rozpoznano raka jelita grubego. Skierowanie nie jest potrzebne.

Podczas badania lekarz może nie tylko obejrzeć jelito, ale również od razu usunąć niewielkie polipy czy pobrać materiał do dalszej diagnostyki.

Jeśli mamy więcej niż 65 lat, nie znaczy to, że temat przestaje istnieć. Wtedy znaczenie mają wcześniejsze wyniki, historia rodzinna, stan zdrowia i ewentualne objawy. Zamiast zgadywać, wystarczy zapytać lekarza, czy kolejna kontrola jest potrzebna.

Kobiety powinny pamiętać o mammografii. Bezpłatny program obejmuje obecnie kobiety w wieku 45–74 lata. Standardowo badanie wykonuje się co dwa lata i bez skierowania. Można zrobić je stacjonarnie albo w mammo-busie – warto więc sprawdzać terminy wizyt w swojej miejscowości.

Mężczyźni po 50. roku życia mogą skontrolować PSA, m.in. w ramach programu „Moje Zdrowie”. Sam wynik nie odpowiada jednak na pytanie: „rak czy nie rak?”. Może być podwyższony z różnych przyczyn, dlatego powinien zostać oceniony przez lekarza.

Jesień to też dobry moment, żeby po prostu stanąć przed lustrem i obejrzeć skórę. Czy pojawiło się nowe znamie? Czy stare zaczęło rosnąć, zmieniło kształt lub kolor, swędzi albo krwawi? Jeśli coś budzi wątpliwości, warto pokazać zmianę dermatologowi. Dermoskopia jest szybka, bezbolesna i pozwala obejrzeć znamie dokładniej niż gołym okiem. Nie ma potrzeby biegać na nią co kilka miesięcy bez powodu. Ale zmieniającego się znamienia nie warto „obserwować jeszcze przez rok”.

„To tylko wiek”? Niekoniecznie

Ze wzrokiem i słuchem jest podstępnie. Pogarszają się często tak powoli, że zdążymy się przyzwyczaić. Najpierw potrzebujemy mocniejszej lampki do czytania. Potem trudniej prowadzić po zmroku. Litera na ulotce leku są jakby mniejsze niż kiedyś. Z telewizorem podobnie: kiedyś poziom głośności 20 wystarczał, dziś potrzebne jest 35, a rodzina zaczyna protestować. Łatwo skwitować to jednym zdaniem: „starość”. Nie zawsze słusznie.

Dobry wzrok to nie tylko komfort czytania. To bezpieczne schody, przejście przez ulicę, właściwa tabletka wyjęta z pudełka. Dobry słuch pozwala swobodnie rozmawiać, załatwić sprawę przez telefon, uczestniczyć w spotkaniach i nie wycofywać się z życia dlatego, że coraz trudniej zrozumieć innych. Jeśli zauważamy wyraźne pogorszenie wzroku albo słuchu, warto je sprawdzić. Dobrze dobrane okulary czy aparat słuchowy potrafią zmienić codzienne funkcjonowanie bardziej niż niejeden „cudowny” suplement.

Podobnie jest z zębami. Do dentysty nie warto iść dopiero wtedy, gdy ból nie daje spać. W ramach NFZ dorosłym przysługuje m.in. badanie stomatologiczne oraz kontrole. Warto też sprawdzić protezę. Jeśli uwiera albo utrudnia gryzienie, szybko zaczynamy unikać części produktów, a dieta robi się coraz uboższa.

Nie zapominajmy o kościach. Osteoporoza może przez lata nie dawać wyraźnych objawów. Czasem pierwszym sygnałem jest dopiero złamanie po pozornie niewielkim

urazie. Warto zwrócić uwagę na wcześniejsze złamania, stopniową utratę wzrostu czy zmianę sylwetki. O tym, czy potrzebna jest densytometria, najlepiej porozmawiać z lekarzem.

Korzystaj z okazji, ale nie myl jej z diagnozą

Coraz częściej podstawowe badania można zrobić także poza przychodnią. Na festynach, piknikach zdrowotnych czy lokalnych akcjach pojawiają się stanowiska, gdzie zmierzmy ciśnienie lub poziom cukru, wykonamy analizę składu ciała czy ocenę ryzyka osteoporozy. Czasem dostępne są badania znamion, a mammo-busy regularnie przyjeżdżają do mniejszych miejscowości. Jeśli mamy takie badanie pod ręką – skorzystajmy. Zwłaszcza jeśli od dawna odkładaliśmy prosty pomiar. Pamiętajmy jednak, że szybkie badanie przesiewowe nie zawsze oznacza pełną diagnostykę. Nieprawidłowy wynik powinien być impulsem do dalszej kontroli. Z kolei prawidłowy nie daje prawa do zignorowania objawów, które od dawna nas niepokoją.

I tu dochodzimy do najważniejszej zasady: profilaktyka jest dla osób, które nie mają objawów. Jeśli pojawia się krew w stolcu lub moczu, nowy guzek, nietypowe krwawienie, szybko zmieniające się znamie, niewyjaśnione chudnięcie, utrzymujący się ból albo nagłe pogorszenie wzroku czy słuchu – nie czekajmy na coroczny „przegląd”. To jest moment na wizytę u lekarza.

Nie odkładajmy również kontroli zaleconej wcześniej przez specjalistę tylko dlatego, że dziś czujemy się dobrze. Właśnie na tym polega sens części badań – mają wychwycić problem, zanim zaczniemy go odczuwać.

Jesienne postanowienie: sprawdzam

Nie musimy w październiku zamieszkać w przychodni. Wystarczy zacząć od kilku prostych pytań. Kiedy ostatnio robiliśmy podstawowe badania? Czy dawno mieliśmy mierzone ciśnienie? Kiedy byliśmy u dentysty? Czy gorzej widzimy albo słyszymy? Kiedy była ostatnia mammografia lub kolonoskopia? Czy na skórze nie pojawiło się coś, czego wcześniej nie było?

Jeśli leczymy się przewlekle, warto przy okazji przejrzeć listę leków i przypomnieć sobie zalecenia lekarza. Może gdzieś w szufladzie leży skierowanie, które od miesiąca czeka na „lepszy moment”. Nie chodzi o szukanie chorób ani robienie badań na zapas. Chodzi o to, żeby ważnych rzeczy nie odkładać latami tylko dlatego, że dziś jeszcze nic nie boli.

Jesień może być dobrym momentem na taki własny „przegląd”. A w nowy rok wejść ze spokojniejszą głową i świadomością, że to, co naprawdę warto było sprawdzić, zostało sprawdzone. I zauważmy – to nie dotyczy tylko nas, ale też naszych bliskich, dlatego warto o tym porozmawiać w rodzinie i zachęcić do badań.

Marzena Gitler, foto: magnific.com

Seniorzy pokazali, że młodość nie ma metryki. Wojciech Gąssowski gwiazdą wielkiej zabawy

» dokończenie ze str. 1

Rozmawiano o oszustwach metodą „na wnuczka” oraz „na policjanta”, ale również o coraz częstszych próbach wyłudzeń w internecie i za pomocą telefonu.

Nie daj się oszukać

Współczesny oszust coraz rzadziej musi pojawić się osobiście pod drzwiami potencjalnej ofiary. Dziś może dotrzeć do niej za pomocą SMS-a, wiadomości e-mail czy komunikatora. Podczas spotkania zwracano uwagę między innymi na fałszywe wiadomości podszywające się pod firmy kurierskie i różnego rodzaju instytucje. Mogą one informować o konieczności dopłaty, problemie z przesyłką czy potrzebie potwierdzenia danych, a w rzeczywistości prowadzić do stron przygotowanych przez przestępców.

Tego rodzaju zagrożenia są szczególnie niebezpieczne dlatego, że fałszywe wiadomości często wyglądają bardzo wiarygodnie. Dlatego podczas prelekcji przypominano przede wszystkim o zachowaniu spokoju i ostrożności. Nie należy klikać w podejrzane linki, podawać danych osobowych czy bankowych, a w przypadku telefonu od osoby podającej się za członka rodziny, policjanta lub pracownika banku warto samodzielnie zweryfikować jej tożsamość. Przestępcy często próbują wywołać presję i zmusić swoją ofiarę do szybkiego działania. Tymczasem kilka dodatkowych minut na sprawdzenie informacji może uchronić przed utratą oszczędności.

O bezpieczeństwo uczestników zadbał również strażacy z OSP Mokrzyńska. Druhowie wspierali wydarzenie od strony logistycznej, a także przypominali podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy. W sytuacji zagrożenia liczą się bowiem pierwsze minuty, zanim na miejsce dotrą profesjonalne służby. Wiedza dotycząca prawidłowej reakcji podczas załabnięcia czy wypadku może okazać się bezcenna, dlatego edukacyjna część Senior Party miała bardzo praktyczny charakter.

Sztorm rozpoczął zabawę

Po części poświęconej bezpieczeństwu przyszedł czas na muzykę. Część artystyczną otworzył zespół Sztorm, który zaprezentował publiczności wiązankę znanych przebojów muzyki rozrywkowej. W repertuarze znalazły się między innymi „Znamy się tylko z widzenia” oraz „Za tobą pójdę jak na bal”. Znanie melodie szybko porwały uczestników, którzy chętnie śpiewali razem z wykonawcami, a wielu z nich ruszyło na parkiet.

Muzyka podczas Senior Party miała zresztą szczególne znaczenie. Dla wielu uczestników znane piosenki są czymś więcej niż tylko utworami. Potrafią przywoływać wspomnienia młodości, dawnych spotkań, pierwszych miłości czy zabaw sprzed kilkadziesiąt lat. Jedna melodia może przenieść człowieka w czasie

i przypomnieć wydarzenia, o których na co dzień już się nie myśli. W Brzesku tych muzycznych wspomnień zdecydowanie nie brakowało.

Nie zabrakło również konkursu „Jaka to melodia?”, podczas którego uczestnicy musieli wykazać się dobrą pamięcią i znajomością popularnych utworów. Wśród osób, które szczególnie dobrze poradziły sobie z zadaniem, znaleźli się pani Halina, pan Wojciech oraz pan Tadeusz. Rywalizacja dostarczyła wielu emocji, ale przede wszystkim była okazją do wspólnej zabawy i pokazania, że muzyczna pamięć uczestników Senior Party nadal jest w świetnej formie.

Moda nie zna wieku

Jednym z najbardziej efektownych punktów programu był pokaz mody. Na specjalnie przygotowanym wybiegu zaprezentowały się seniorki z Brzeska oraz panie z zaproszonych grup. Kolejne wyjścia spotykały się z brawami publiczności, a uczestniczki z dużą swobodą prezentowały swoje kreacje. Nie brakowało eleganckich stylizacji, ciekawych pomysłów i przede wszystkim uśmiechów.

Pokaz miał w sobie coś więcej niż tylko prezentację ubrań. Był dowodem na to, że moda, elegancja i pewność siebie nie mają granicy wieku. Kobiety, które tego dnia pojawiły się przed publicznością, pokazały, że można czuć się atrakcyjnie i dobrze niezależnie od tego, ile ma się lat. Ich obecność była również kolejnym przykładem aktywności, która pozwala przełamywać codzienną rutynę i daje okazję do pokazania swojej osobowości.

Na scenie pojawił się Wojciech Gąssowski

Najważniejszym muzycznym punktem wieczoru był koncert Wojciecha Gąssowskiego. 83-letni artysta pojawił się na scenie w świetnej formie i niemal natychmiast nawiązał kontakt z publicznością. Jego występ był jednym z najbardziej wyczekiwanych momentów wydarzenia, a reakcja uczestników pokazała, że brzescy seniorzy nie zamierzają jedynie siedzieć i słuchać.

Gąssowski szybko przekonał się, że publiczność w Brzesku jest wyjątkowo aktywna. Uczestnicy ruszyli do tańca już na początku koncertu, czym sam artysta nie krył pozytywnego zaskoczenia. Zamiast tradycyjnego podziału na scenę i widownię bardzo szybko powstała wspólna muzyczna zabawa. Były brawa, śpiewanie i oczywiście taniec.

W repertuarze nie mogło zabraknąć kultowych „Prywatki”, jednego z najbardziej rozpoznawalnych utworów artysty. Dla wielu uczestników była to prawdziwa podróż do czasów młodości. Piosenka przywoływała wspomnienia dawnych zabaw, spotkań ze znajomymi



i prywatnych imprez, podczas których muzyka odgrywała zupełnie inną rolę niż dzisiaj. Kiedy zabrzmiały pierwsze dźwięki, parkiet ponownie zapełnił się tańczącymi parami.

Artysta przygotował jednak także mniej oczywiste propozycje, w tym utwory wykonywane w innych językach. Dzięki temu koncert nie ograniczył się wyłącznie do największych przebojów, ale był różnorodnym spotkaniem z muzyką. Gąssowski pokazał przy tym, że mimo upływu lat nadal doskonale czuje scenę i potrafi nawiązać kontakt z publicznością.

Dancing do późnych godzin

Po zakończeniu koncertu zabawa wcale się nie skończyła. Za muzykę podczas dalszej części wieczoru odpowiadał DJ's Team Brzesko, a uczestnicy ponownie pojawili się na parkiecie. Dancing trwał do późnych godzin i dla wielu osób był najlepszym dowodem na to, że Senior Party nie jest wydarzeniem, na którym po kilku godzinach wszyscy myślą już tylko o powrocie do domu.

Jednym z najbardziej emocjonujących momentów było wybranie Króla i Królowej Balu. Tegoroczne tytuły otrzymali pani Grażyna oraz pan Kazimierz, którzy podczas całego wydarzenia wyróżniali się na parkiecie i pokazali wyjątkową energię. Ich wybór spotkał się z bardzo ciepłą reakcją uczestników, a zwycięzcy otrzymali bony na pobyt w SPA August.

Sam wybór Króla i Królowej Balu był jednak przede wszystkim kolejnym elementem wspólnej zabawy. Na parkiecie nie liczyły się metryki, lecz chęć tańca, poczucie humoru i energia. Kolejne godziny pokazały, że brzescy seniorzy zdecydowanie mają jej wystarczająco dużo.

Był też czas na wspólny posiłek

Podczas wielogodzinnej zabawy nie mogło zabraknąć również dobrego jedzenia.

O kulinarną stronę wydarzenia zadbało Koło Gospodyń Wiejskich „Sercem z Poręby”, przygotowując między innymi domowe wypieki, żurek, bigos oraz aromatyczną kawę. Przy wspólnych stołach można było odpocząć od tańca, porozmawiać ze znajomymi i nabrać sił przed kolejnymi punktami programu.

W takich wydarzeniach jedzenie ma zresztą znaczenie wykraczające poza sam posiłek. Wspólny stół sprzyja rozmowom, wymianie wspomnień i nawiązywaniu nowych znajomości. W sobotę spotykali się przy nim mieszkańcy Brzeska oraz goście z innych miejscowości, a kolejne godziny spędzone razem jeszcze bardziej wzmacniały integracyjny charakter imprezy.

Najważniejsze było spotkanie

Tegoroczne Senior Party pokazało, że seniorzy chcą i potrzebują takich wydarzeń. Chcą wychodzić z domu, spotykać znajomych, poznawać nowych ludzi, słuchać muzyki, tańczyć, śmiać się i po prostu dobrze spędzać czas. Nie oznacza to oczywiście, że wszystko musi wyglądać tak samo jak kilkadziesiąt lat temu. Zmieniają się zainteresowania, możliwości i sposób spędzania wolnego czasu, ale potrzeba kontaktu z drugim człowiekiem pozostaje niezmienna.

Właśnie dlatego Senior Party jest czymś więcej niż tylko imprezą taneczną. To okazja do integracji, aktywnego spędzenia czasu i oderwania się od codziennej rutyny. Dla osób starszych takie spotkania mogą być szczególnie ważne, ponieważ pozwalają utrzymywać relacje, rozwijać zainteresowania i pozostawać aktywną częścią lokalnej społeczności. W Brzesku było to widoczne na każdym kroku – od wspólnego śpiewania, przez konkursy i pokaz mody, aż po pełny parkiet podczas koncertu Wojciecha Gąssowskiego.

Sobotni wieczór pokazał również, że słowo „senior” nie powinno być utożsamiane wyłącznie ze spokojem i odpoczynkiem. Można mieć 60, 70, 80 czy więcej lat i nadal z ogromną energią wychodzić na parkiet. Można śpiewać, tańczyć, brać udział w konkursach, prezentować swoje kreacje i poznawać nowych ludzi. Można również zdobywać nową wiedzę i rozmawiać o zagrożeniach, które pojawiają się we współczesnym świecie.

Kiedy Wojciech Gąssowski śpiewał „Prywatki”, parkiet był pełny. Kiedy seniorki prezentowały swoje stroje, publiczność nagradzała je brawami. Kiedy trwał konkurs „Jaka to melodia?”, uczestnicy z zaangażowaniem próbowali rozpoznać kolejne utwory. A gdy rozpoczął się dancing, zabawa trwała jeszcze długo.

Tegoroczne Senior Party po raz kolejny udowodniło więc, że metryka nie musi wyznaczać granic aktywności. Wiek można zapisać w dowodzie osobistym, ale nie da się za jego pomocą zmierzyć energii, radości życia i chęci spotkania z drugim człowiekiem. Brzescy seniorzy pokazali to najlepiej – na parkiecie, podczas koncertu, konkursów i wspólnej zabawy. Młodość naprawdę nie ma metryki.

Autor: Norbert Kwiatkowski, Źródło oraz foto: Gmina Brzesko



SIM Małopolska w pytaniach i odpowiedziach

SIM Małopolska, czyli Społeczna Inicjatywa Mieszkaniowa Małopolska, buduje mieszkania na wynajem o umiarkowanym czynszu. Jej udziałowcami są Skarb Państwa oraz 16 małopolskich gmin, w których powstały lub powstają inwestycje.

Aktualne informacje o naborach, regulaminach i terminach znajdują się na stronie simmalopolska.pl oraz na stronach urzędów gmin.

1. Kiedy prowadzone są nabory?

Nabory są ogłaszane przed rozpoczęciem robót budowlanych lub jako nabory uzupełniające, gdy zostają wolne lokale. Informacje pojawiają się na stronach gmin i SIM Małopolska.

2. Czy kolejność złożenia wniosku ma znaczenie?

Może mieć znaczenie, zwłaszcza gdy kilku wnioskodawców ma taką samą liczbę punktów. Warto sprawdzić regulamin konkretnego naboru.

3. Co dzieje się po złożeniu wniosku?

Po rozpatrzeniu wniosków tworzona jest lista najemców, która

uwzględnia zdobytą przez wnioskodawcę punktację, zgodną z warunkami naboru w danej gminie. Następnie osoby z listy, zgodnie z kolejnością według ilości punktów, otrzymują propozycję przydziału i są zapraszane do podpisania umowy rezerwacyjnej i wniesienia partycypacji.

4. Ile wynosi kaucja?

Kaucja wynosi 12-krotność czynszu i jest wymagana przed odbiorem kluczy.

5. Ile wynosi czynsz?

Czynsz jest ustalany dla każdej inwestycji indywidualnie przez Zgromadzenie Wspólników (Wójtowie/Burmistrzowie). Aktualnie w przedziale od 20,77 zł/m² do 23,10 zł/m².

6. Co znajduje się w kuchni i łazience w mieszkaniu SIM?

Mieszkania SIM są oddawane jako gotowe do zamieszkania, ale nieumeblowane. W kuchni przewidziano kuchenkę i zlewozmywak, a w łazience wannę lub prysznic, WC oraz umywalkę wraz z armaturą.

7. Czy dla najemców przewidziane jest miejsce parkingowe?

Tak, przewiduje się jedno miejsce parkingowe na mieszkanie.

8. Czy mieszkania SIM są dostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami?

Tak, wszystkie realizacje SIM Małopolska są przystosowane do osób z niepełnosprawnościami, m.in. w każdym budynku w zabudowie wielorodzinnej zaprojektowano windę.

9. Czy dla najemców są komórki lokatorskie?

W części inwestycji tak. Szczegóły należy sprawdzić dla konkretnej interesującej wnioskodawcę inwestycji.

10. Czy zasady naboru są takie same w każdej gminie?

Nie. Zasady mogą się różnić, ponieważ kryteria pierwszeństwa ustala Rada Gminy/Miasta w odpowiedniej uchwale dotyczącej naborów, na terenie której realizowana jest dana inwestycja.

SIM Małopolska



Nowy radny złożył ślubowanie

26 sierpnia podczas sesji Rady Miejskiej w Brzesku jednym z pierwszych punktów porządku obrad było złożenie ślubowania przez nowego radnego. W jego wyniku mandat objął Karol Mróz, który oficjalnie dołączył do składu Rady Miejskiej w Brzesku.

Objęcie mandatu nastąpiło w związku ze zmianami personalnymi w strukturze władz samorządowych. Dotychczasowy radny Kamil

Trąba został powołany na stanowisko drugiego Zastępcy Burmistrza Brzeska, co spowodowało wygaśnięcie jego mandatu radnego.

Karol Mróz posiada doświadczenie w pracy samorządowej – w latach 2018–2024 pełnił funkcję radnego Rady Miejskiej w Brzesku. Jego ponowne wejście do Rady zapewnia ciągłość doświadczenia i znajomości spraw lokalnych.

Źródło oraz foto: Gmina Brzesko



Pierwszy dzwonek

Po ponad dwóch miesiącach wakacji, w szkołach w całej Polsce wybrzmiał pierwszy dzwonek. Lekcje ruszają dopiero jutro, dzisiejszy dzień przeznaczony był bowiem na uroczyste akademie i apele. Starsi uczniowie wrócili do znajomych klas po przerwie, dla pierwszoklasistów natomiast są to pierwsze kroki w zupełnie nowym miejscu.

Zgodnie z tradycją uczniom towarzyszyli przedstawiciele brzeskiego samorządu. Burmistrz Tomasz Latocha odwiedził w tym roku brzeską „Dwójkę” oraz Zespół Szkolno-Przedszkolny w Sterkowcu, podczas gdy jego zastępcy pojawili się w kolejnych placówkach – Grzegorz Brach w Jasieniu, a Kamil Trąba w Mokrzychach.

Naukę w roku szkolnym 2026/2027 rozpoczęło 3641 uczniów w 12 szkołach oraz 455 dzieci w 8 przedszkolach (w liczbie uczniów ujęto także dzieci z oddziałów przedszkolnych

prowadzonych w szkołach).

Najwięcej, bo aż 1022 uczniów będzie zdobywać wiedzę w Zespole Szkolno-Przedszkolnym w Brzesku. Najbardziej kameralnie będzie natomiast w Sterkowcu, gdzie w ławkach zasiądzie 117 uczniów. Największym przedszkolem w gminie niezmiennie pozostaje Publiczne Przedszkole Nr 10 w Brzesku – opiekę znajdzie tam 102 dzieci w 6 oddziałach.

Okres wakacyjny jak zawsze wykorzystano w szkołach i przedszkolach do przeprowadzenia remontów. Mniej lub bardziej zaawansowane prace przeprowadzono w prawie każdej placówce, np. w Okocimiu, oprócz remontu sal, wykonano ważne prace związane z wymianą fragmentów więźby dachowej. Z nowej pracowni komputerowej będą od teraz korzystać podopieczni PSP w Mokrzychach, gdzie odświeżono również stołówkę.

Nadchodzące miesiące to czas wytężonej pracy zarówno dla dzieci, jak i grona pedagogicznego. Nie można zapominać także

Zmarł Stanisław Rosa

Z poczuciem wielkiej straty przyjęliśmy wiadomość o tragicznej śmierci Stanisława Rosy – oddanego leśnika, człowieka o wysokich wartościach osobistych i zawodowych.

Śp. Stanisław Rosa był Podleśniczym Leśnictwa Jodłówka oraz wieloletnim, oddanym pracownikiem Nadleśnictwa Brzesko. Swoją pracą, zaangażowaniem i codzienną troską o lasy przez lata służył naszej leśnej społeczności.

Swoją pracę traktował nie tylko jako obowiązek, lecz przede wszystkim jako powołanie. Z pełnym zaangażowaniem dbał o powierzony mu las, kierując się wiedzą, doświadczeniem oraz głębokim szacunkiem do przyrody. Jego działalność zawodowa była ściśle związana z obszarem Gminy Brzesko. Poprzez pracę w strukturach Nadleśnictwa Brzesko współtworzył i wspierał działania na rzecz ochrony środowiska, racjonalnej gospodarki leśnej oraz udostępniania terenów przyrodniczych mieszkańcom regionu. Jego codzienna praca miała realny wpływ na jakość przestrzeni naturalnej, z której korzysta lokalna społeczność, a także na kształtowanie odpowiedzialnych postaw wobec przyrody.

Był również aktywnym działaczem społecznym i członkiem Stowarzyszenia Inżynierów i Techników Leśnictwa i Drzewnictwa,

angażując się w inicjatywy środowiska leśników oraz działania służące rozwojowi i integracji środowiska zawodowego. Był osobą niezwykle sumienną, odpowiedzialną i rzetelną. W codziennej pracy wyróżniał się profesjonalizmem, a zarazem życzliwością i gotowością do niesienia pomocy innym. Cieszył się uznaniem przełożonych, kolegów oraz lokalnej społeczności, dla której pozostawał nie tylko przedstawicielem służby leśnej, ale także partnerem i doradcą.

Odszedł człowiek prawy, skromny i oddany swojej misji. Jego przedwczesna śmierć stanowi niepowetowaną stratę dla rodziny, współpracowników oraz całej społeczności Gminy Brzesko.

Źródło oraz foto: Gmina Brzesko

o rodzicach, bo wielu z nich aktywnie włącza się w działalność placówek. Wszystkim uczniom, nauczycielom, rodzicom oraz opiekunom

życzymy udanego i pełnego sukcesów roku szkolnego!

Źródło oraz foto: Gmina Brzesko



