



Nr 65, listopad/grudzień 2017

GŁOS MROZOWA

Siłownia w Mrozowie

W listopadzie na skwerze w Mrozowie powstała siłownia zewnętrzna! Jest to realizacja wniosku złożonego przez Mrozowskie Stowarzyszenie Rozwoju Środowiska Lokalnego „MROZOVIA” pt. „Siłownia na świeżym powietrzu w Mrozowie”. Celem projektu jest poprawa kondycji fizycznej mieszkańców Mrozowa.

Wniosek został złożony w ramach konkursu grantowego „Miękińska Inicjatywa - Razem”.

Celem programu ogłaszanego już od kilku lat w naszej gminie jest wspieranie projektów, które inicjują współpracę mieszkańców na rzecz dobra wspólnego. Program jest prowadzony z myślą o organizacjach pozarządowych, radach sołeckich, które podejmują wspólny wysiłek, aby w ich społecznościach żyło się lepiej. Mamy nadzieję, że dzięki tej inwestycji będzie żyło się lepiej mieszkańcom Mrozowa w każdym wieku.

Wartość jednego projektu nie mogła przekroczyć kwoty 6 000 zł. brutto i musiała przewidzieć wkład własny (finansowy lub w postaci pracy własnej wyceniony na minimum 30% wartości wnioskowanej dotacji). Koszt naszej siłowni wyniósł 10059 zł., czyli o ponad 5000 zł. więcej niż dofinansowanie z konkursu. Kwota ta jest naszym wkładem własnym, który pochodzi ze skrupulatnie zbieranych zbiórek w czasie festynów i kiermaszy świątecznych.

Zapytania ofertowe dotyczące siłowni zostały skierowane do kilku firm specjalizujących się w produkcji tego typu sprzętu. Wśród kilku ofert wybrana została ta, która zawierała najwięcej ciekawych stanowisk w zadanym przedziale cenowym. Była to oferta firmy Fit Park.

Inwestycja ta wpisuje się w ogólnopolski ruch na rzecz poprawy zdrowia mieszkańców Polski. Jest to mały, ale ważny krok na drodze do poprawy kondycji mieszkańców Mrozowa oraz wszystkich osób odwiedzających naszą miejscowość i chcących skorzystać z urządzenia. Dzięki temu, że stanęła w bezpośrednim sąsiedztwie placu zabaw, mamy nadzieję, że dużą grupą osób z niej korzystających będą rodzice małych dzieci, którzy przychodzą z nimi na plac zabaw. Teraz i oni będą mogli aktywnie spędzić czas. Siłownia jest dostępna dla osób w każdym wieku, od młodzieży aż po seniorów. I to jest jej ogromną zaletą, gdyż daje możliwości skorzystania z urządzeń przez osoby w różnym wieku. Dodatkową opcją jest możliwość rozbudowy siłowni i umieszczania kolejnych elementów w przyszłości.

Dorota Kozyra



Drodzy Czytelnicy,

Potrzebujemy pomocy przy wydawaniu „Głosu”!!!

Od dłuższego czasu za GM odpowiedzialne są DWIE osoby. Dwie zajęte osoby. Bywają miesiące, że ledwie nadążamy.

Nie trzeba być magistrem polonistyki, informacje, pomysły, własna twórczość, zdjęcia – wszystko jest mile widziane.

Jest to praca w 100% społeczna, czyli bez wynagrodzenia ☺

Napisz do nas na Facebooku ☺



Minimalizm za miastem

Coraz częściej słyszy się o minimalizmie i projekcie 333. Ale jak pogodzić japońskie zwyczaje z życiem na wsi w cztero-sezonowej Polsce? Czy się da? Czy jest to łatwe i czy warto? Na pewno się da, będzie to trudne, ale warto!

Zyjąc za miastem jesteśmy przyzwyczajeni do dużych przestrzeni (chwała Bogu!), kotłowni, garażu, strychu, osobnej garderoby. A co by było, gdybyśmy

musielibyśmy nagle przeprowadzić się do małej kawalerki w mieście?, ba! Do normalnego mieszkania.

Czy nie poradzilibyśmy sobie bez tych wszystkich rzeczy? Bez dziesięciu par butów letnich i pięciu czapek zimowych? Dalibyśmy radę. Może nawet czulibyśmy się lepiej, bez przytłaczającego nas ciężaru przedmiotów, pod którym wiążesz z nas tonie.

No dobrze, ale jak do tego się zabrać? Skąd wiemy, że akurat ten przedmiot nam się już nie przyda? Co z pamiątkami, wspomnieniami i uczuciami wiążącymi nas z poszczególnymi elementami naszego otoczenia? Spokojnie, nie od razu Rzym zbudowano.

Małe kroki.

Zacznijmy od szafy. Z własnego doświadczenia: przy przeprowadzce przecierałam oczy ze zdumienia, gdy uświadomiłam sobie ile mam rzeczy. Pierwszy rzut oka na moją szafę - wszystko mi się przyda, we wszystkim chodzę, nie ma mowy o segregacji, wszystko zabieram! Zrobiłam sobie kawę, usiadłam na podłodze i postanowiłam posegregować swoje ubrania w trzech kategoriach:

Pierwsza „kupka” - chodzę, ubrania jak na mnie szyte, czuje się w nich pewnie, druga „kupka” - nie chodzę, nie lubię materiału, źle w nich wyglądam i trzecia, moja ulubiona - „może tak, może nie”. Gdy podzielimy nasze ubrania tylko na dwie kategorie „zostawiam” i „wyrzucam” wiele rzeczy których nie nosimy, ale z jakiegoś powodu boimy się z nimi rozstać wylądują w „kupce” numer jeden, a nie o to nam chodzi. Ubrania w których chodzimy wracają do szafy, ubrania w których nie chodzimy oddajemy na zbiórkę, a ubrania których nie jesteśmy pewni chowamy. Czego oczy nie widzą, tego sercu nie żal. I przy następnych porządkach musimy sobie szczerze odpowiedzieć, czy jeżeli nie zagląдалиśmy do naszego pudełka z ubraniami z trzeciej kupki przez rok, czy te rzeczy są nam potrzebne?

Zaraz po garderobie przeraża mnie kuchnia. Miliony talerzy, kubki nie do pary, brakujące sztuczce, dwa zestawy garnków, wszystkie rozmiary naczyń żaroodpornych, sto drewnianych i plastikowych łopatek, łyżek, mieszadeł plus dwa zestawy noży do krojenia czegokolwiek i dziesięć desek do krojenia, trochę drewnianych i kilka plastikowych. Nie zapominając o robotach kuchennych.

Święta to taki czas w roku w którym gotujemy najwięcej. Cieszymy się gotowaniem i ucztowaniem, ale po świętach spójrzmy krytycznym okiem na zawartość naszych półek. Jeżeli nie używamy tych rzeczy na co dzień ani nie użyliśmy ich w czasie świąt prawdopodobnie są one nam niepotrzebne.

Kolejny dział to rzeczy od których uginają się nam półki a nawet czasami i parapety. „Ozdoby” - co kryje się pod tym hasłem? Wszystkie figurki, świeczniki, pamiątki z nad morza, stare zabawki itd. Czasopisma, stare płyty CD, czasem nawet kasety, płyty DVD i kasety VHS (tak, sama przyznaję, że uchowało się kilka i u mnie w domu). Stara wieża, telefon z klapką, discman, zepsute żelazko i inne gadzety elektryczne i elektroniczne których nie używamy. Co z tym zrobić? Możemy pozbyć się ich brutalnie - spakować do torby i wyrzucić do śmieci.



Duże lub duże ilości elektrośmięci mogą „wyrzucić się nawet same” wystarczy zadzwonić pod bezpłatny numer 2222 333 00 i zaaranżować wywóz.

Możemy również z uczuciem i z głową wybrać się na pchli targ. Pchli targ we Wrocławiu na ulicy Kasztanowej to miejsce gdzie możemy sprzedać lub wymienić niepotrzebne rzeczy. Puste półki, pełne kieszenie!

No dobrze, odgraciliśmy nasz dom, ale jak teraz uniknąć powtórnego zagracenia? Sami musimy siebie pilnować. Najlepiej jest zrobić dwie listy - nie potrzebuję - i - potrzebuję. Na pierwszej liście wypisujemy wszystko czego więcej już nie potrzebujemy, bo mamy tego wystarczająco dużo np. kubki, torebki, plastikowe pojemniki na jedzenie.

Druga lista powinna zawierać spis rzeczy których wciąż potrzebujemy. Polecam zrobić najpierw listę rzeczy których nie potrzebujemy. Później wystarczy się pilnować.

Jednak co zrobić, jeżeli znajomi uznają, że na imieniny kupią mi wazon, bo żadnego u mnie nie widzieli? A co jeżeli dostanę „bubel” na święta? Jak tego uniknąć?

Rozmawiać. Na pytanie pt. co chcesz otrzymać na święta, bądź imieniny nie odpowiadamy „nie wiem”. Wciąż myślimy, że mówienie innym co chcemy jest niegrzeczne. Jednak ile razy sami byliśmy w sytuacji, gdzie nie wiedzieliśmy co komuś podarować na święta/urodziny. Piszmy listy do Mikołaja i odpowiadamy na zadawane pytania.

Łatwiej rozstać się z rzeczami, gdy znajdziemy im cel, dalszy ciąg życia naszego przedmiotu. Łatwiej będzie nam oddać część naszej garderoby na zbiórkę ubrań, stare koce których się nie używa do schroniska, niż wyrzucić na śmietnik. Wszystko co mamy a nie potrzebujemy może sprawdzić komuś radość, tak samo jak kiedyś sprawiło nam.

A oto kilka adresów i pomysłów jak możemy uszczęśliwić siebie oraz innych.

Fundacja Przystanek Rodzina przy ul. Legnickiej 65 we Wrocławiu przyjmie odzież dla dzieci i młodzieży, przybory i pomoce szkolne, książki do czytania dla dzieci i młodzieży, wszelkie artykuły do prac plastycznych, gry i sprzęt sportowy (rowery, hulajnogi, rolki itd.), wózki, łóżeczka dla dzieci, meble (w zależności od potrzeb rodzin).

Jadłodajnia Caritas Archidiecezji Wrocławskiej przy ul. Słowiańskiej 17 przyjmie duże garnki, sztuczce oraz sprzęt AGD. Stare książki z chęcią przyjmie Hospicjum dla Dzieci z Dolnego Śląska.

Stowarzyszenie Pomocy „Ludzie Ludziom” przy ul. Reymonta 10 przyjmie pościel, ręczniki, odzież dla mężczyzn, sprzęt AGD i RTV oraz meble (w niektórych przypadkach istnieje możliwość odbioru, po wcześniejszym ustaleniu telefonicznym z pracownikami Stowarzyszenia).

Schronisko św. Brata Alberta dla Kobiet i Matek z Dziećmi przy ul. Strzegomskiej 9 przyjmie odzież damską i dziecięcą, artykuły AGD oraz meble (istnieje możliwość odbioru od darczyńcy rzeczy większych gabarytowo).

Schronisko dla Bezdomnych Zwierząt we Wrocławiu przy ul. Ślázowej 5 przyjmie koce, pościel, ręczniki (używane, ale czyste), gazety papierowe, obroże, smycze, kagańce, zabawki dla zwierząt (np. piłki, myszki dla kotów, szarpaki), legowiska dla zwierząt, drapaki dla kotów, akcesoria do pielęgnacji zwierząt (np. szampony, szczotki), warzywa, owoce i suchy chleb dla owiec, świni i kaczek.

Do dzieła!

Madi Gralak

Nowe wydarzenia w „SASANCE”

Dnia 9 listopada wspólnie świętowaliśmy „Pasowanie na Przedszkolaka”. W tym roku do naszego grona dołączyło 20 dzieci. W czasie uroczystości przedszkolaki zaprezentowały przed wspaniałą publicznością swoje umiejętności, recytując wierszyki i śpiewając piosenki, przygotowane pod czujnym okiem pań nauczycielek oraz pana rytmika. Natomiast rodzice zadbali o nasze kubki smakowe, przygotowując słodki poczęstunek, jak zwykle spisując się na medal.

Tematykę jesienną zajęć w przedszkolu zakończyliśmy pokazem mody. Rodzice wykazali się pomysłowością i prawdziwym artystyzmem, przygotowując stroje dla swoich pociech. Efekty rodzicielskiego zaangażowania cieszyły oczy! Dzieci dumnie i ze swobodą prawdziwych modeli prezentowały swoje stroje. Dodatkową atrakcją był czerwony dywan, imitujący wybiegi z pokazów mody, udostępniony przez jednego z rodziców. Emocje wśród uczestników wzbudził wybór najciekawszej kreacji jesienniej, których w rezultacie było kilka. Było barwnie, wesoło i miło w ten pochmurny dzień.

Grono pedagogiczne



Jesienne wyprawy

Jesień nie zachęca do wychodzenia z domu w celach rekreacyjnych. W krótkie dni, które są często zimne i deszczowe, wolimy relaksować się w ciepłym mieszkaniu. Wydaje nam się, że na wycieczki krajoznawcze trzeba czekać przynajmniej do kwietnia. Uważam, że to błąd!

Gdy już oswoimy się ze zmianą czasu i grubymi swetrami, warto wygospodarować jesienną sobotę lub niedzielę na krótką wycieczkę.

Nie musi to być wejście na Śnieżkę czy Wielką Sowę. W naszej okolicy znajduje się wiele małych, ciekawych gór, które warto zdobyć: dla widoków, dla zdrowia, dla satysfakcji.

Można takie wycieczki planować metodycznie, wyznaczając sobie jakiś cel. Zachęcam do zdobywania odznak turystycznych, które przyznaje PTTK. Przykładem jest Odznaka Turystyczna "Zdobycia Korony Sudetów Polskich". Celem odznaki jest zachęcenie do poznania gór, uprawiania turystyki i krajoznawstwa górskiego na terenie Sudetów Polskich. Można ją zdobywać przez nieokreślony czas, nie będąc członkiem PTTK.

Warunkiem jest zdobycie 31 szczytów, wykazanych w regulaminie. Podstawą do zaliczenia wędrowki są potwierdzenia terenowe zebrane w specjalnej książeczce.

Na liście szczytów znajdują się oczywiście ważne i wysokie góry, ale bardzo ciekawe są mniej znane górki, będące najwyższym wzniesieniem w danym mezoregionie.

Kto słyszał np. o górze Sas (515 m n.p.m.) na Pogórzu Wałbrzyskim, czy o Popielu (281 m n.p.m.) na Równinie Świdnickiej? Są też „szczyty”, na które nie prowadzi szlak turystyczny tylko nieoznakowana ścieżka (Koło Obserwatora), lub na który można wjechać autem (Sikornik).

Z niektórych nie ma pięknych widoków (np. Orlica w Górach Orlickich – zdobyta przez 9 Mrozowianek we wrześniu. Na niektóre wchodzi się tylko godzinę przy niewielkim wysiłku fizycznym (Ślęza: w październiku – 7 Mrozowianek). Ale zawsze warto. Na każdym szczycie znajduje się tabliczka z nazwą, aby można było wykonać sobie zdjęcie potwierdzające wejście, konieczne do weryfikacji odznaki lub skrytka z pieczętką.

Po niedzielnym śniadaniu, jeśli nie pada i nie wieje, można wsiąść do auta (swojego lub przyjaciela) i pojechać godzinę w stronę np. Strzegomia i zdobyć Krzyżową Górę, co nam zajmie kolejną godzinę. Podróż w obie strony, wejście na szczyt, podziwianie widoków i zejście, to razem 4 godziny. Zdążymy wrócić na późniejszy obiad (zapobiegawczo ugotowany w sobotę ☺) albo zjemy po drodze.

Brzmi zachęcająco?

W ciągu kilku jesiennych i zimowych miesięcy zaliczymy małe górki a od kwietnia, maja wybierzmy się na dłuższe i wyżej położone trasy.

Dorota Ropek



Wystawa „NASZE KORZENIE”

Od 11 listopada w naszej bibliotece można obejrzeć wystawę "Nasze korzenie" opartą na fotomigawkach z podróży Beaty Woźnicy i Dominika Zięciny do miejsc ich pochodzenia. Inicjatorami i organizatorami wystawy są pp. Roman Bychawski i Zbigniew Dżus, a plakaty dziełem Józefa Bocka.

Na wystawie można zobaczyć zdjęcia z Czerniowic, Kosowa, Kołomyji, Brzeżan z domem Anny i Piotra Wróblów czy z Tiutkowa z domem rodzinnym Adeli Wołkowskiej. Jest też okazja, aby podziwiać architekturę Uniwersytetu z Czerniowic, zamek w Chocimiu, sztukę sepulkarną na cmentarzu w Kutach oraz szereg pamiątkowych miejsc ze Lwowa. Pięknem i kolorystyką zachwyca cerkiew prawosławna w Tiutkowie.

Wystawę można oglądać w godzinach otwarcia biblioteki do 16 grudnia.

Dorota Kozyra



Już wkrótce...

9 grudnia godz. 15.00 - **Kiermasz Bożonarodzeniowy** w hali widowiskowo-sportowej przy Zespole Szkół w Miękini. W programie wiele atrakcji!

10 grudnia godz. 12.45 - **Kiermasz Bożonarodzeniowy w Mrozowie** przy remizie, na parkingu koło kościoła, z rozgrzewającą herbatą i słodkim poczęstunkiem.

ŚWIETLICA W MROZOWIE ZAPRASZA

w grudniu od poniedziałku do piątku w godzinach 15.00-19.00

W ramach działalności świetlicy odbędą się zajęcia:

Poniedziałek o godz.

Wtorek godz. 17.00 - ozdoby świąteczne z masy porcelanowej, szydełkowe i inne.

Środa godz. 19.00 - zumba

Czwartek godz. 16.00 dla dzieci wykonywanie biżuterii, breloczków, ozdób z koralików

Piątek godz. 17.00 kino dla dzieci

ZAPROSZENIE dla Dzieci na MIKOŁAJKI dnia 4 grudnia godz. 17.30. W programie wizyta Św. Mikołaja, teatrzyk dla dzieci, słodki poczęstunek i dużo dobrej zabawy.

BAL SYLWESTROWY w Mrozowie - informacje i zapisy u instruktorki świetlicowej Jadwigi Marczak.

BIBLIOTEKA W MROZOWIE

Wystawa „Nasze korzenie” - można oglądać w godzinach otwarcia biblioteki do 16 grudnia.

PARAFIA W MROZOWIE

Zapraszamy parafian do wzięcia udziału w przygotowaniach Orszaku Trzech Króli, który wyruszy w Mrozowie 6 stycznia 2018 r.

Zaproszenie skierowane jest do osób, które mogą pomóc poprzez ustawienie i aranżację scen, przygotowanie stroi, odegranie ról, prowadzenie śpiewu, nagłośnienie, upieczenie ciasteczek, niesienie chorągwi.

Koordynatorem wydarzenia jest Dorota Kozyra i do niej można kierować pytania i wszelkie propozycje. Dane kontaktowe dostępne na stronie mrozow.pl w zakładce Parafia „Ogłoszenia parafialne”.

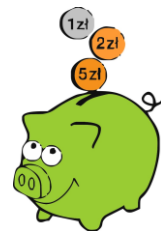
Drodzy Czytelnicy,

W miesiącu listopadzie zebrano 132 zł. (w Groszu 101 zł. a w Promyku 31 zł.). Tym samym nakład został zmniejszony.

JEŚLI NADAL CHCESZ CZYTAĆ GŁOS MROZOWA wrzuć 50 gr do świnki - to koszt druku Twojego egzemplarza.

Równocześnie składamy serdeczne podziękowania Właścicielom oraz Pracownikom sklepu „Grosz” i „Promyk” w Mrozowie, którzy przeprowadzają zbiórki na wydawanie kolejnych numerów gazety oraz Mieszkańcom, którzy wspierają tę inicjatywę.

Redakcja



Do Szanownych Sponsorów

Zachęcamy do sponsorowania - także częściowego - naszej gazetki. Oferujemy możliwość umieszczenia ogłoszenia/reklamy już od 50 zł. Koszt wydania całego numeru to 150 zł. Kontakt: mail glosmrozowa@mrozow.pl