

NASZA GMINA



MIESIĘCZNIK GMINY ŚNIADOWO

Nr 2 / listopad 2003r.

W numerze:

- Wszystkich Świętych;
- Handel na terenie gminy;
- Sajgonki w Szablach Młodych, czyli *Gotuj razem z nami*;
- Historia naszej gminy;
- Kronika gminna;
- Krzyżówka z *Naszą Gminą*;
- Nasz informator – godziny pracy instytucji w Śniadowie;
- Ze starej płyty;

SŁUŻBA ZDROWIA

- W służbie zdrowia wyborów ciąg dalszy;
- Twój lekarz radzi;
- Osteoporoza;
- Wiejski Ośrodek Zdrowia w Szczepankowie;

OŚWIATA NA TERENIE GMINY

- Dyrektor dba o zdrowie swoich pracowników;
- Lekcje niemieckiego dla najmłodszych;
- Nagrody dla najlepszych;
- Prezentacja Szkoły Podstawowej w Uśniku;

PRZEGLĄD SPORTOWY

- Sekcja szachowa, czyli szukanie nowych talentów;
- Pierwszy Gminny Turniej w Badmintona.



Wszystkich Świętych



-pamięć i zaduma...

(strona 2.)

GAZETA BEZPŁATNA, dostępna w punktach: **Śniadowo**-Urząd Gminy Śniadowo, Ośrodek Zdrowia w Śniadowie, Bank Spółdzielczy w Śniadowie, kiosk p. Agnieszki Cienkus; **Szczepankowo**-sklep *Anna*, Szkoła Podstawowa w Szczepankowie, Wiejski Ośrodek Zdrowia w Szczepankowie.

Wszystkich Świętych - czas pamięci i zadumy...

Czas szybko mija, a my po raz kolejny w naszym życiu obchodzimy Wszystkich Świętych. Już na kilka dni przed 1 listopada na cmentarzach w Śniadowie i Szczepankowie można zaobserwować krzątanie się ludzi na grobach swoich bliskich. Zamiatanie, zbieranie liści, mycie pomników i przyozdabianie ich zielonymi gałązkami to podstawowe czynności towarzyszące przygotowaniom do godnego uczczenia pamięci zmarłych. W naszej kulturze uroczystości Wszystkich Świętych i Dzień Zaduszny zostały wprowadzone do liturgii Kościoła powszechnego w średniowieczu (IX – XI w.). Dzień 1 listopada poświęcono zmarłym zbawionym, a 2 listopada tym, których dusze „mogą być zbawione dzięki jałmużnie i modlitwom”. Dlatego też pamiętajmy o modlitwach nie tylko w czasie tych dwóch świątecznych dni,



Gminny Ośrodek Zdrowia w Śniadowie ale także w ciągu całego roku.

Pamiętajmy również o tych zmarłych, którzy oddali swoje życie w obronie naszej Ojczyzny, w czasie powstań, I i II wojny światowej – zapalmy tę symboliczną świeczkę na pomnikach poświęconych bohaterom walczącym o wolność kraju.

W uroczystość Wszystkich Świętych, 1 listopada, zgodnie z rytuałem kościelnym, wierni uczestniczą we mszy świętej, udają się na cmentarz, gdzie zapalają znicze na mogiłach. Nawiedzają też groby następnego dnia. Zwyczaj ten jest przyczyną niekiedy dalekich wyjazdów na groby bliskich w odległych miejscowościach, dlatego wyruszając samochodem w dalszą drogę, bądźmy ostrożni i rozważni.

SŁUŻBA ZDROWIA

Załącznik Nr do Uchwały Nr/2003 z dnia czerwca 2003 r.
Zarządu Narodowego Funduszu Zdrowia

Deklaracja wyboru: lekarza/pielęgniarki/położnej podstawowej opieki zdrowotnej*

UWAGA: Deklarację należy wypełnić czytelnie, drukowanymi literami

I. Dane Ubezpieczonego lub osoby, dla której dokonuje się wyboru:

(Nazwisko) _____ (Imię) _____ (Data urodzenia - dzień-miesiąc-rok) _____
 (Miejscowość) _____ (Kod pocztowy) _____ (Telefon) _____
 (Płeć: M/K) _____ (Data urodzenia - dzień-miesiąc-rok) _____

Adres stałego zameldowania _____ (Ulica) _____ (Nr domowoscianka) _____
 (Kod pocztowy) _____ (Miejscowość) _____ (Telefon) _____
 (Nazwa gminy) _____

Adres zamieszkania (o ile adres stałego zameldowania jest inny) _____ (Ulica) _____ (Nr domowoscianka) _____
 (Kod pocztowy) _____ (Miejscowość) _____ (Telefon) _____
 (Nazwa gminy) _____

Jestem ubezpieczony z tytułu: a) podlegam obowiązkowi ubezpieczenia b) objęty dobrowolnym ubezpieczeniem c) byłem członkiem rodziny osoby podlegającej ubezpieczeniu

II. Jest to wybór lekarza/pielęgniarki/położnej dokonywany w roku bieżącym: po raz pierwszy po raz drugi

Wypełnić w przypadku osoby kształtującej się poza miejscem swojego zamieszkania

Deklarację składam w: miejscu moim rok szkolny/akademicki 2003./2004. Uczelnia Student

III. Oświadczanie o wyborze

Zgodnie z art. 114 ust. 1 ustawy o powszechnym ubezpieczeniu w Narodowym Funduszu Zdrowia z dnia 23 stycznia 2003 roku, deklaruję wybór (proszę wpisać nazwisko i imię lekarza/pielęgniarki/położnej - w podstawowej opinii zdrowotnej)* _____

 (Pieczęć świadczymy z wyjątkiem umowy z NFZ) (Pieczęć przychodni - miejsca udzielenia świadczeń)

IV. Deklaruję wybór:

(Data - dzień-miesiąc-rok) _____ (Podpis zgłaszającego się lub opiekuna prawnego) _____ (Podpis osoby przyjmującej deklarację) _____

V. Dane osoby ubezpieczonej, zgłaszającej członka rodziny:

(Nazwisko) _____ (Imię) _____
 (Nr ewidencyjny PESEL) _____ (Data urodzenia - dzień-miesiąc-rok) _____

* Niepotrzebne skreślić
 DRUKI: LUCINA [080] 216 75 54

Wyborów ciąg dalszy...

Kilka lat temu musieliśmy wybrać dla siebie i swoich bliskich lekarza rodzinnego, podobnie i teraz znów stoimy przed wyborem, tym razem pielęgniarki środowiskowej rodzinnej. Zgodnie z art. 114 ust. 1 ustawy z dnia 23 stycznia 2003 roku o powszechnym ubezpieczeniu w Narodowym Funduszu Zdrowia osoby ubezpieczone mają prawo wybrać pielęgniarkę środowiskową. Do końca roku kalendarzowego powinniśmy zdecydować o wyborze właściwej osoby. Aby tego dokonać, musimy zgłosić się do Gminnego Ośrodka Zdrowia w Śniadowie w celu wypełnienia **deklaracji** (pomoże nam w tym personel medyczny placówki). Koniecznie należy zabrać ze sobą książeczkę usług medycznych (RUM) i legitymację ubezpieczeniową.

Pacjenci, którzy podlegają pod jurysdykcję Gminnego Ośrodka Zdrowia w Śniadowie, mogą wybrać jedną z dwóch pielęgniarek środowiskowych rodzinnych:

- Panią Teresę Dąbkowską,
- Panią Krystynę Jurkowską.

Na zdjęciu obok wzór deklaracji do wypełnienia.

OSTATNIA NIEKONTROLOWANA PLAGA LUDZKOŚCI TWÓJ LEKARZ RADZI

W związku ze zbliżającym się sezonem epidemicznym grypy chciałbym Państwu przypomnieć, że grypę określa się jako *ostatnią niekontrolowaną plagę ludzkości*, powodującą liczne powikłania niejednokrotnie nieodwracalne lub kończące się zgonem. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) oraz wiele towarzystw naukowych na świecie rekomenduje szczepienie jako podstawową metodę w profilaktyce i kontroli grypy. W każdym sezonie epidemicznym lekarze mogą spodziewać się u pacjentów objawów grypy w różnych postaciach. Mogą wystąpić zaburzenia w układzie oddechowym, sercowo – naczyniowym, nerwowym. Przebieg grypy zależy od „zjadliwości” wirusa, stanu odporności, wieku pacjenta i współistniejących chorób. Odporność obniżają choroby współistniejące, a zwłaszcza przewlekłe choroby serca i płuc oraz cukrzyca. Według danych Światowej Organizacji Zdrowia co roku na świecie choruje na grypę około 100 milionów ludzi z czego umiera od 500 000 do 100 000. Szczepienie przeciw grypie jest szczególnie wskazane osobom z mniejszą odpornością, a więc małym dzieciom i osobom starszym, wszystkim chorym na przewlekłe choroby układu krążenia, oddechowego, w tym na astmę, kobietom planującym ciążę.

Zaleca się szczepienie pracownikom służb publicznych, nauczycielom, przedszkolankom, ekspedientkom w sklepach, pracownikom urzędów, banków i pracownikom służby zdrowia.

Sezon szczepień przeciw grypie 2003/2004 już się rozpoczął. Najlepiej zaszczepić się przed sezonem. Przeciwciała są wytwarzane już siedem dni po zaszczepieniu i utrzymują się około 12 miesięcy.

Chętni mogą się zaszczepić przeciwko tej chorobie w Gminnym Ośrodku Zdrowia w Śniadowie oraz w Wiejskim Ośrodku Zdrowia w Szczepankowie.

lek. med. Krzysztof Telecki

Osteoporoza jest chorobą kości. Charakteryzuje się zmniejszoną masą tkanki kostnej i destrukcją jej budowy przestrzennej, co w rezultacie prowadzi do zwiększenia podatności na złamania kości. Choroba przez długi czas przebiega bez jakichkolwiek objawów. Zwykle dopiero po latach ujawnia się poprzez złamania patologiczne pod wpływem niewielkich urazów oraz występujących wraz z nimi licznych powikłań.

Zaawansowana osteoporoza prowadzi do trwałego kalectwa, takiego jak: ograniczenie sprawności ruchowej, przewlekłe bóle lub nawet śmierci. Osteoporoza jest chorobą, na której rozwój ma styl naszego życia obejmujący m.in. problemy związane z żywieniem np.

niedostateczną zawartością wapnia w diecie; zbyt małą aktywnością fizyczną, niedostatecznym nasłonecznieniem. Oprócz tego osteoporozę cechuje znaczne uzależnienie od wieku, bowiem dotyczy osób najczęściej po sześćdziesiątym roku życia.

Przeprowadzone badania wykazały, że u osób powyżej pięćdziesiątego roku życia blisko 1/3 kobiet i mężczyzn cierpi na tę chorobę.

Według specjalistów istnieją dwa rodzaje osteoporozy: pierwotna i wtórna. Około 80 % wszystkich zachorowań to osteoporoza pierwotna, która również posiada swoje odmiany i tak:

◆dotycząca wzrostu szkieletu nie nadążającego za normą wiekową, występująca w młodym wieku (osteoporoza idiopatyczna);

◆dotycząca znacznej utraty tkanki kostnej z powodu menopauzy lub starości (osteoporoza inwolucyjna).

SPRAWDŹ SWOJE KOŚCI !!!

W DNIU 7 LISTOPADA 2003 r.

**ZAPRASZAMY DO GMINNEGO OŚRODKA
ZDROWIA W ŚNIADOWIE NA BADANIE
GĘSTOŚCI MINERALNEJ KOŚCI.**

REJESTRACJA TELEFONICZNA:

TEL. 217- 61- 17

CENA BADANIA: 17 ZŁ

Pozostałe 20 % zachorowań na tę chorobę to osteoporoza wtórna, która jest zawsze następstwem innej choroby np.;



defekt genetyczny. Przyczyną schorzenia może być również długotrwałe przyjmowanie niektórych leków. Osteoporoza wtórna prawie zawsze obejmuje swoim procesem wszystkie kości. Miejscowo przebiegający proces osteoporozy może być związany np. z reumatoidalnym zapaleniem stawów lub długotrwałym unieruchomieniem np. noszenie opatrunku gipsowego.

Podstawowym badaniem dla rozpoznania osteoporozy są badania ilościowe, oceniające gęstość kości. Polegają one na zastosowaniu niewielkich dawek promieni jonizujących lub fali ultradźwiękowych.

Kiedy choroba osiąga stan zaawansowany (gęstość kości zmniejsza się o około

40 %) wystarczy typowe zdjęcie radiologiczne, aby stwierdzić jej istnienie. W ustaleniu przyczyny oraz śledzeniu przebiegu leczenia schorzenia konieczne jest wykonanie badań laboratoryjnych krwi i moczu. W zakres tych badań może również wchodzić ocena stężeń we krwi wybranych hormonów oraz tzw. wskaźników przebudowy kośćca.

Zakład Podstawowej Opieki Zdrowotnej Wiejski Ośrodek Zdrowia w Szczepankowie

Placówka obejmuje opieką 1800 pacjentów mieszkających w miejscowościach: Szczepankowo, Dębowo, Uśnik, Uśnik Kolonia, Uśnik Dwór, Młynik, Wszerzec, Wszerzec Kolonia, Osobne, Wierzbowo, Żebry, Żebry Kolonia, Mikołajki, Chojny Stare i Chojny Młode.

Ośrodek organizuje wiele akcji profilaktycznych i konsultacji specjalistycznych.

W 2002 r. udzielono ponad 6 tys. porad lekarskich.

Osoby zatrudnione: lek. med. Bogumiła Bałdyga, pielęgniarka dypl. Teresa Dębowska, pielęgniarka dyplom. Grażyna Białucha pełniąca opiekę nad dziećmi szkolnymi raz w tygodniu (czwartek), lek. stomatolog Antoni Poznalski przyjmujący we wtorki i czwartki w ramach kontraktu z Narodowym Funduszem Zdrowia. W 2002 roku wykonano remont połowy powierzchni ośrodka.

PRZEGLĄD SPORTOWY – Sekcja szachowa

Od listopada 2002 roku przy Gimnazjum w Śniadowie działa sekcja szachowa, której organizatorem i koordynatorem jest Mirosław Skubich.

Sekcja ta od 13 listopada 2002 roku do 14 czerwca 2003 roku spotykała się w Gminnym Ośrodku Kultury w Śniadowie. Odbyło się 13 dwugodzinnych spotkań prowadzonych przez sędziego szachowego, pana Sławomira Sobocińskiego z Łomży.

Sponsorem spotkań była Gminna Komisja ds. Profilaktyki i Przeciwdziałania Alkoholizmowi działająca przy Radzie Gminy w Śniadowie.

Młodzież uczestniczyła w zawodach i turniejach szachowych w Łomży, na które dzieci dowożone były przez rodziców i organizatora, pana Mirosława Skubicha.

Zawody i turnieje szachowe, w których zawodnicy sekcji szachowej brali udział:

- Sześć turniejów IV Edycji Łomżyńskiej Ligi Szachowej (12 miejsce na 24 zespoły);
- 31 maja i 1 czerwca 2003 roku - turniej zorganizowany z okazji Międzynarodowego Dnia Dziecka, gdzie Rafał Żebrowski i Anna Żebrowska zajęli pierwsze miejsca w swoich kategoriach wiekowych;

- 10 listopada 2002 roku - zawody szachowe zorganizowane przez Powiatowy Szkolny Związek Sportowy;

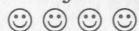
- 9 marca 2003 roku - Powiatowy Turniej Szachowy o „Złotą wieżę”;

- 6 i 7 czerwca 2003 roku - IV Polonij Igrzyska Młodzieży Szkolnej im. Jana Stypuły, gdzie Anna Żebrowska zajęła II miejsce w swojej kategorii wiekowej.

Uczestnikami sekcji byli: Krajewski Jacek (kategoria III), Żebrowski Rafał, Skubich Mateusz (kategoria III), Deżakowski Marcin, Janiak Joanna, Marczak Milena, Kaczor Sylwia, Janiak Adam, Żebrowska Anna (kategoria III), Olszewski Grzegorz.



Twój ruch...

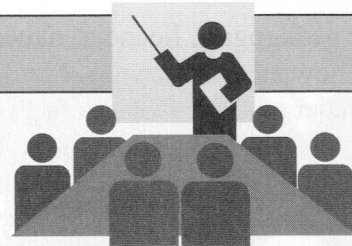


Szach ...
i mat!!!



UWAGA !!!

28 listopada 2003 r. odbędzie się pierwszy *Gminny Turniej w Badmintonie* dla pracowników instytucji i zakładów pracy działających na terenie całej gminy.
Organizatorzy turnieju:
Redakcja *Naszej Gminy*,
Gimnazjum w Śniadowie.
Patron:
Wójt Gminy Śniadowo.



W roku szkolnym 2003/2004 na terenie naszej gminy nagrody dyrektorów szkół otrzymały następujące osoby:

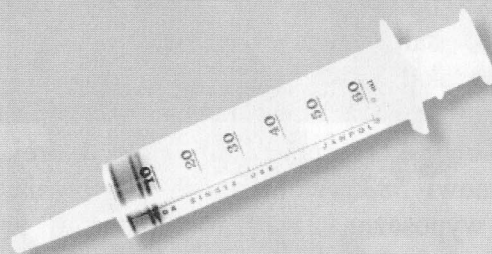
- **SP w Szczepankowie:**
 - mgr Mariola Kuczyńska,
 - mgr Anna Kurpiewska,
 - mgr Beata Jadczak,
 - pani Halina Dobosz;
- **SP w Uśniku:**
 - mgr Marianna Brulińska,
 - mgr Anna Zalewska,
 - mgr Józef Wiski,
 - pani Irena Żebrowska;
- **SP w Śniadowie:**
 - mgr Zofia Klimek,
 - mgr Zofia Modzelewska,
 - mgr Zofia Ulińska,
 - mgr Adam Sagało,
 - mgr Małgorzata Filipkowska,
 - mgr Barbara Strzeszewska,
 - mgr Maria Tyszko,
 - mgr Katarzyna Zalewska,
 - pani Teresa Szelaż,
 - pani Helena Kaczmarek,
 - pani Ewa Kurpiewska,
 - pani Maria Pruszkowska.
- **Gimnazjum w Śniadowie:**
 - mgr Robert Kozikowski,
 - mgr Ewa Krzyna,
 - mgr Mirosław Skubich,
 - mgr Wanda Kalska – Brulińska,
 - pan Paweł Grygo,
 - mgr Irena Olszewska.

Nagrody Wójta Gminy Śniadowo otrzymali:

- mgr Pelagia Wiska,
- mgr Hanna Kupis.

DYREKTOR DBA O ZDROWIE SWOICH PRACOWNIKÓW

Do dziennikarzy miesięcznika *Naszej Gminy* w miesiącu października zaczęły docierać pozytywne opinie dotyczące decyzji dyrekcji Szkoły Podstawowej w Śniadowie. Sprawa dotyczy zdrowia pracowników tego zakładu pracy. W ramach świadczeń funduszu socjalnego pani dyrektor szkoły, mgr Elżbieta Mierzejewska, zakupiła nauczycielom oraz pracownikom obsługi i administracji szczepionki przeciwko WZW typu B. Pracownicy szkoły poddają się szczepieniom w miejscowym ośrodku zdrowia – pierwsza dawka podawana jest już w październiku, druga za miesiąc, a ostatnia za pół roku. Szkoda że ta „akcja zdrowotna” to wyjątek w naszej szarej rzeczywistości, a przecież tego typu szczepienie jest wymagane chociażby przy zabiegach szpitalnych.



Lekcje niemieckiego dla najmłodszych

Jak poinformowała nas dyrekcja Szkoły Podstawowej w Śniadowie, w tej placówce zostaną zorganizowane fakultatywne lekcje języka niemieckiego dla uczniów, którzy nie mają kłopotów w nauce. W ramach pozytywnych motywacji podręczniki do nauczania tego przedmiotu zostaną przekazane bezpłatnie.

Prezentacja Szkoły Podstawowej w Uśniku

Nad wszechstronnym rozwojem uczniów Szkoły Podstawowej w Uśniku czuwa grono nauczycielskie:

- mgr matematyki **Marianna Brulińska**,
- mgr filologii polskiej **Ewa Dzbeńska**,

- mgr filologii polskiej, absolwentka studium wychowania przedszkolnego **Anna Kamińska**,
- mgr pedagogiki wczesnoszkolnej **Bożena Nowakowska**,

- mgr pedagogiki, licencjat nauczania początkowego z wychowania fizycznego, **Józef Wiski**,
- licencjat teologii **Genowefa Pisińska**,
- mgr nauczania początkowego **Anna Zalewska**,
- nauczyciel j. angielskiego **Iwona Wiszowata**,
- licencjat techniki, studia podyplomowe z informatyki, **Teresa Jankowska**.

Od dziesięciu lat nadzoruje pracę tego zespołu dyrektor szkoły, mgr inż. **Pelagia Wiska**.

Budynek szkolny oddany do użytku w roku 1957, został gruntownie zmodernizowany w 1993 r. dobudowano pomieszczenia sanitarne, zamontowano ogrzewanie olejowe.

Każda klasa łącznie z oddziałem zerowym posiada własną izbę lekcyjną. Świetlica pełni funkcję sali gimnastycznej, a także auli na uroczystości



szkolne. Uczniowie korzystają z biblioteki, której księgozbiór stanowi 5835 woluminów. Pracownia komputerowa, wyposażona w 8 komputerów z oprzyrządowaniem i dostępem do Internetu, powstała dzięki współpracy z rodzicami i Agencją Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa. Z tych źródeł zakupiono także telewizor, magnetowid, rzutnik pisma i kserokopiarkę. W bieżącym roku szkolnym edukację informatyczną rozpoczęli uczniowie najmłodszych klas.

W roku szkolnym 2003/2004 w szkole uczy się 68 uczniów i 11 przedszkolaków.

Działają koła zainteresowań: matematyczne, recytatorskie i rekreacyjno-sportowe. Zorganizowana jest pomoc w formie zajęć wyrównawczych i zajęć korekcyjno-kompensacyjnych. Szkoła współpracuje z Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną w Łomży.

Współgospodarzem szkoły jest Samorząd Uczniowski i Rada Rodziców. Wszystkie wydarzenia w szkole: uroczystości, konkursy, zawody, wycieczki, inspirowane są przez samorząd, a realizowane przy dużym zaangażowaniu rodziców.

W szkole od 10 lat funkcjonuje spółdzielnia uczniowska na zasadzie punktu agencyjnego. Uczniowie sami prowadzą sprzedaż, czuwają nad niezbędnym zaopatrzeniem pod opieką i nadzorem p. **Anny Zalewskiej**. W ramach spółdzielni realizowany jest program dożywiania. Wszyscy uczniowie otrzymują ciepły napój z sokiem i słodką bułkę. Koszt dożywiania dla 34 uczniów pokrywa Gminny

Ośrodek Pomocy Społecznej. Dożywianie odbywa się w stołówce wyposażonej w sprzęt kuchenny. Nad przygotowaniem posiłków czuwa woźna, pani **Wanda Pastorczyk** i dyżurujący nauczyciele.

Sport i rekreacja to wizytówka Szkoły Podstawowej w Uśniku. Uczniowie pod opieką nauczyciela wychowania fizycznego, **J. Wiskiego** systematycznie biorą udział w każdej edycji „Czwartków lekkoatletycznych”, zdobywają wysokie lokaty i kwalifikują

się do finału krajowego. Najwyższe miejsca w finale krajowym zdobyli:

-rok 1997 **Aldona Żebrowska** (IV

miejsce w rzucie piłeczką palantową),

-rok 2000 **Marianna Dmoch** (VII miejsce w biegu na 300 m);

-rok 2001 **Agnieszka**

Poteraj (VI miejsce w biegu na 300 m),

Rafał Zalewski (VI miejsce w biegu na

300 m), **Jacek Rusz-**

czyk (VII miejsce w biegu na 300 m);

-rok 2002 **Artur Strumiłowski** (VII miejsce w biegu na 300 m).

W finale miejskim Łomża Grand Prix 2002/03 sportowcy SP w Uśniku zdobyli 4 medale złote, 3 medale srebrne i 2 brązowe.

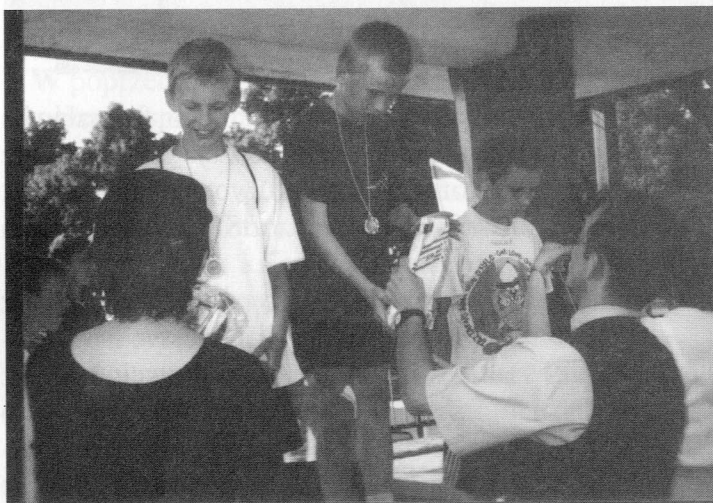
W bieżącym roku na zawodach wystartowało 9 uczniów, którzy w swoich konkurencjach zdobyli 5 medali złotych, 1 srebrny i 1 brązowy.

Każdego roku szkoła bierze udział w Kolneńskich Biegach Przełajowych. W bieżącym roku uczniowie powiększyli kolekcję pucharów, zdobywając pierwsze miejsca (**Anna Bekisz** kl. I, **Łukasz Chajęcki** kl. II, **Artur Strumiłowski** kl. VI, drugie miejsce **Marek Walendziak** kl. II, a trzecie **Paweł Zaborowski** kl. II).

Uczniowie biorą udział w zawodach przewidzianych Podlaskim Kalendarzem Szkolnego Związku Sportowego. W roku szkolnym 2002/2003 w finale wojewódzkim w Białymstoku wysokie 5 miejsce zajął **Rafał Zalewski**, ucz. kl. VI w skoku w dal, a **Ewa Żebrowska**, ucz. kl. IV –12 miejsce w indywidualnych biegach przełajowych w Turośli. W półfinale wojewódzkim badmintona w Jabłoni Kościelnej dziewczyna zajęła 6. miejsce.

Pomyślnie zakończył się finał powiatu łomżyńskiego w sztafecie biegów przełajowych dziewcząt i chłopców szkół podstawowych dla sportowców ze Szkoły Podstawowej w Uśniku. Uczniowie zdobyli

III miejsce i zakwalifikowali się do półfinału wojewódzkiego.



Na zdjęciu: **ARTUR STRUMIŁOWSKI** Grand Prix Łomża 2003
-złoty medal w biegu na 300 m i srebrny medal w skoku w dal.



Na zdjęciu: **PAULINA DMOCH** Grand Prix Łomża 2003
- złoty medal w biegu na 300 m



Na zdjęciu: **RAFAŁ ZALEWSKI** Grand Prix Łomża 2003 r. -złoty medal w biegu na 300 m i złoty medal w skoku w dal.



Na zdjęciu: **Anna Bekisz**, zwyciężczyni Kolneńskich Biegów Jesieni - Koziol 2003 r.

NASZ INFORMATOR

GODZINY PRACY INSTYTUCJI W ŚNIADOWIE

Urząd Gminy

poniedziałek – 8:00 – 16:00

wtorek – piątek – 7:30 – 15:30

Soboty są dniami wolnymi od pracy.

Pocztę

poniedziałek - wtorek – 8:00 – 15:00

soboty, niedziele i święta – nieczynne

Gminny Ośrodek Kultury

poniedziałek, sobota – 10:00 – 18:00

wtorek, środa, czwartek, piątek –

10:00 – 20:00

Bank

poniedziałek - piątek – 7:15 – 15:15

kasa czynna od 7:15 – 14:00

Soboty są dniami wolnymi od pracy.

Biblioteka Publiczna

poniedziałek – 8:00 – 16:00

wtorek – 8:00 – 16:00

środa – dzień pracy wewnętrznej

czwartek – 8:00 – 16:00

piątek – 8:00 – 16:00

Soboty są dniami wolnymi od pracy.

Apteka

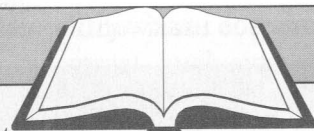
poniedziałek – piątek – 8:00 – 18:00

sobota – 8:00 – 12:00

Ośrodek Zdrowia

poniedziałek – piątek – 7:30 – 18:00

sobota – 8:00 – 12:00



- We **wrześniu** zakończono modernizację dwóch dróg powiatowych relacji: droga wojewódzka 677 – **Sierzputy Marki** (wartość inwestycji 106 689 zł) oraz **Szczepankowo – Młynik** (wartość inwestycji 76 909 zł), środki pochodziły z budżetu gminy Śniadowo a nadzór techniczny i część robót przygotowawczych zapewnił Zarząd Dróg Powiatowych w Łomży.



PAŹDZIERNIK

- Trwają prace w budynkach urzędu gminy związane z budową sieci informatycznej. Do końca roku gmina otrzyma sprzęt o wartości 28 470 EURO, co na dzień dzisiejszy daje kwotę około 128 115 zł. Środki pochodzą z dotacji banku światowego w ramach Programu Rozwoju Instytucjonalnego.
- Wójt Gminy uczestniczył w spotkaniu z wojewodą podlaskim, p. Markiem Strzalińskim w Starostwie Łomżyńskim. Na spotkaniu omawiano problemy samorządów gminnych naszego regionu.
- Drużyna strażaków ze Śniadowa zajęła 3 miejsce na zawodach powiatowych, które odbyły się w Piątnicy.
- Oficjalnie otwarto Wojewódzki Podlaski Oddział Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa w Łomży. Jednym z gości był Lech Szabłowski - Wójt Gminy Śniadowo.
- Odbyły się warsztaty przygotowujące program operacyjny (wykonawczy) do Strategii Rozwoju Gminy Śniadowo.
- Miały miejsce wybory uzupełniające do Senatu RP. W Gminie Śniadowo najczęściej głosów uzyskał Marek Kaczyński, a frekwencja wyniosła około 4%.
- W szkołach na terenie gminy obchodzono Dzień Edukacji Narodowej. Wyróżniający się pedagodzy otrzymali nagrody dyrektora szkoły oraz wójta.
- W dniach 16-18 października przebywała w Niemczech delegacja Gminy Śniadowo. Wyjazd odbył się w ramach współpracy partnerskiej samorządów. Złożono wizytę m.in. w elektrowni jądrowej Isaar, zakładach BMW, gospodarstwach rolnych, Altoting („Bawarska Częstochowa”).

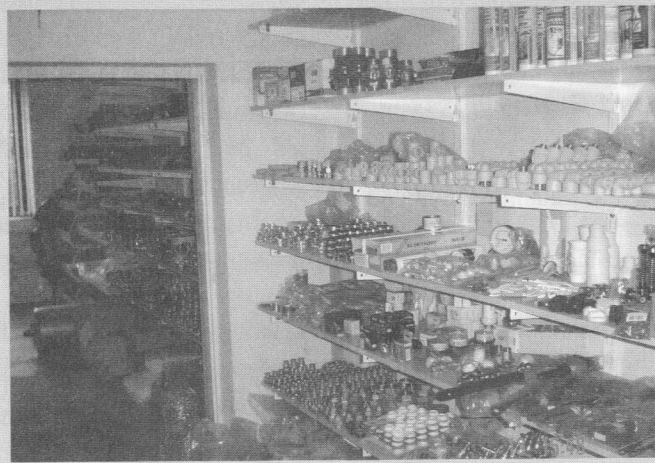
Rozmawiano na temat

dalszej współpracy oraz uzgadniano formalności związane z przekazaniem naszej gminie przez gminę Maklkofen bojowego wozu strażackiego. Samochód trafi do jednej z OSP jeszcze w tym roku.

- Gmina złożyła dwa wnioski o pomoc finansową z programu Sapard w realizacji inwestycji pod nazwami: „Budowa sieci wodociągowej wraz z przyłączami we wsi **Uśnik Kolonia, Dębowo Kolonia** oraz tranzyt wodociągowy z miejscowości **Młynik do Szczepankowa**” oraz „Rozbudowa stacji uzdatniania wody **Stare Ratowo**, budowa rurociągu tłoczego ze studni Nr 2 w **Śniadowie** do SUW w Starym Ratowie, budowa sieci wodociągowej wraz z przyłączeniem do stacji paliw w **Jakaci Dwornej**”. Realizacja inwestycji planowana jest na rok 2000.
- Gmina zleciła opracowanie dokumentacji budowlanej na wykonanie kanalizacji sanitarnej w **Śniadowie i Starym Ratowie** – etap II.

**Dziękujemy sponsorowi,
panu Sławomirowi Kopańczykowi,
właścicielowi sklepu sanitarnego-
Śniadowo, ul. Rynek
telefon: 473-80-12.**

HYDRO DOM
SKLEP
SANITARNY
MATERIAŁY WOD-KAN.
WYPOSAŻENIE ŁAZIENEK
WYKONAWSTWO I DORADZTWO
SŁAWOMIR KOPAŃCZYK ☎ 473-80-12



W poprzednim odcinku opowieści o dziejach naszej okolicy wspominaliśmy trzy miejscowości: **Uśnik Koloniję, Wszerecz i Szczepankowo**. W książce Cz. Brodzickiego pt. „Ziemia łomżyńska do 1529 roku” odnajdujemy informację o innej bardzo starej wsi sprzedanej przez księcia Bolesława I kasztelanowi wiskiemu Gotardowi ze Służewa, której pochodzenie datuje się na rok 1240. chodzi o wieś **Jakać**.

Rozwój osadnictwa często zależał od położenia szlaków komunikacyjnych, dających możliwość połączenia z większymi ośrodkami. Śniadowskie osady takie połączenie miały dzięki traktowi przebiegającemu przez wieś **Olszewo** zachodnim krańcem wyżyny **Czerwonego Boru** wiodącego z Łomży do Warszawy.

Ośrodkiem administracyjnym gminy jest miejscowość **Śniadowo**. Pierwotna nazwa osady brzmiała **Smołodowo** lub **Smołodowo**. Legenda głosi, że nazwa prawdopodobnie pochodzi od rośliny zwanej smółdem lub też smoły pędzonej przez budników w okolicznych puszczech Czerwonego Boru. Pierwotna nazwa utrzymała się do roku 1818, kiedy to utrwaliła się nazwa obecna. W roku 1396 książę mazowiecki Janusz I darował dobra Skłodowskie

rodziemu łomżyńskiemu i nowogrodzkiemu Piotrowi Giezie z Żuromina herbu Junosza. Przed rokiem 1396 została erygowana parafia. Jedenaście lat później (w 1405 r.), gdy ówczesne Smołodowo albo Smłodowo było własnością Smłodowskich. Jeden z braci Piotr wybudował kościół parafialny. Przez wiele lat, aż do początków wieku XVII, Śniadowo pozostawało w rękach Smłodowskich.

Późniejsze jego losy związane były z różnymi rodzinami szlacheckimi. Znanym właścicielem Śniadowa był Stanisław Ugniewski. To jemu Śniadowo zawdzięcza wyjednanie u króla Augusta II w roku 1703 przywileju na 4 jarmarki, co w znacznym stopniu wpłynęło na rozwój osady. W roku 1699 pożar strawił istniejący kościół. Dzięki staraniom proboszcza tutejszej parafii, księdza Kazimierza Wądołkowskiego, Stanisław Ugniewski ufundował nowy kościół modrzewiowy, który stanął na zgłiszczach zniszczonego obiektu.

Na początku wieku XVIII Śniadowo znajduje się we władaniu jezuitów łomżyńskich. W tym samym okresie uzyskuje prawa miejskie, które utrzymuje do roku 1869. W wyniku zmian administracyjnych wprowadzonych przez zaborcę traci status miasta szlacheckiego, choć w roku 1880 wspomniana jest jako osada miejska. Prawdopodobnie rodzinie Krasieńskich, w posiadaniu których było Śniadowo, zawdzięcza swój herb- Ślepowron. Kacper Niesiecki w Herbarzu Polskim z roku 1841 tak go opisywał:

„Barkiem prosto od góry podkowa stoi, na niej krzyż, na krzyżu kruk czarny trochę wspięte do lotu mające skrzydła, w prawo tarczy obrócony, w pysku złoty pierścień trzymając, pole tarczy błękitne, podkowa biała, na herbie nad koroną takież kruk”.

Po utracie przez Polskę niepodległości od roku 1796 Śniadowo wchodziło w skład powiatu łomżyńskiego należącego do departamentu białostockiego. Po roku 1807 powiat łomżyński znalazł się w granicach Księstwa Warszawskiego. Po utworzeniu guberni łomżyńskiej funkcjonuje w jej granicach, a po jej likwidacji stanowi część województwa białostockiego. W drugiej połowie wieku XIX w Śniadowie funkcjonują: urząd gminy, szkoła początkowa, sąd gminny okręgu, młyn wodny oraz wiatrak. Folwark Śniadowo obejmował

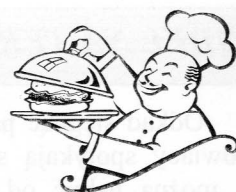
wówczas 588 mórg ziemi. W gminie liczącej 7736 mórg obszaru zamieszkiwało 4737 mieszkańców. W skład gminy wchodziły wsie: **Brulin, Chomętowo, Duchny, Jakać, Jastrząbka, Jemielity, Kołaczki-Lemiesze, Konopki Młode, Koziki-Wądołowo, Mężenino Stare, Olszewo, Ratowo, Sierzputy, Śniadowo, Truszki, Szabły, Zalesie-Poczynki, Zalesie –Wypychy**. W 14 wsiach mieszkała drobna, dwie miały ludność mieszaną, pozostałe były włościańskie.

Ciąg dalszy w następnym numerze!!!



W art. Wykorzystano: W. Sulimierski, B. Chlebowski, W. Walewski, „Słownik Geograficzny Królestwa Polskiego i innych krajów słowiańskich”, Lipsk 1889; Cz. Brodzicki, „Ziemia łomżyńska do 1529 roku” W-wa 1999; M. Kołomiejska – Saeed „Katalog zabytków sztuki - Łomża i okolice” W-wa 1982.

GOTUJ RAZEM Z NAMI



Tym razem odwiedziliśmy Szabły Młode, gdzie mieszka wraz z rodziną pani **Katarzyna Szablowska**, która zaprosiła nas do swego domu, by podzielić się swoimi kulinarnymi doświadczeniami.

Pani Kasia, nauczycielka biologii w śniadowskim gimnazjum, obowiązki związane z kuchnią dzieli wraz z teściową. Obie panie stoją przed nie lada zadaniem, ponieważ muszą zaspokoić apetyty siedmioosobowej rodziny.

- *Wszyscy domownicy* – opowiada z uśmiechem nasza rozmówczyni – *mają swoje zajęcia i wracają do domu o różnych porach, co wymusza konieczność rozłożenia obiadu na dwie tury: o godzinie 14⁰⁰ dla teściów i dzieci, zaś o godzinie 16⁰⁰ dla mnie i męża.*

Na zbliżające się jesienne dni pani Kasia poleca czytelnikom *Naszej Gminy* swoje wypróbowane i sprawdzone przepisy:

sajgonki i ciasto orzechowe z powidłami.



Sajgonki (porcja na 10 sztuk)

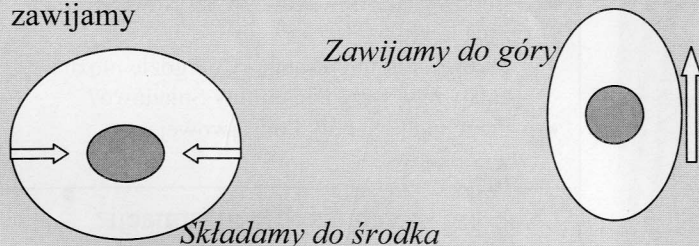
Surowce: 3 grzyby suszone *muny* lub surowe pieczarki, 20 dag makaronu sojowego białego, 1 marchew, 1 cebula, 3 liście kapusty pekińskiej, 20 dag mięsa mielonego, 10 g kiełków sojowych, sos sojowy, vegeta, sól, papier ryżowy.

Makaron sojowy namoczyć w gorącej wodzie na 3 minuty. Odcedzić i pociąć w paski o długości 5 cm.

Grzyby *muny* namoczyć w gorącej wodzie i pokroić w paski (pieczarki w cieniutkie paski lub w kostkę).

Marchew i cebulę zetrzeć na tarce, liście kapusty pekińskiej i kiełki sojowe pokroić w paski. Wszystkie składniki (makaron, grzyby, warzywa, mięso) wymieszać i dodać sos sojowy, vegetę i sól do smaku.

Pojedynczy papier ryżowy namoczyć w letniej wodzie i powlekać aż zmięknie. Na papier nakładamy farsz i zawijamy



Sajgonki smaży się na głębokim rozgrzanym oleju do osiągnięcia złotobrazowego koloru. Podajemy z ryżem i surówką z kapusty pekińskiej.

Pani Kasi dziękujemy za propozycje, a osoby, które pragną podzielić się z nami i mieszkańcami gminy swoimi sprawdzonymi przepisami, zapraszamy do współpracy.

Ciasto orzechowe z powidłami

Ciasto: 4 szklanki mąki, 1,5 kostki margaryny, 3/4 szklanki cukru pudru, 6 żółtek, 1 opakowanie proszku do pieczenia, 1 opakowanie cukru waniliowego;

Do przełożenia: 1 szklanka cukru, 6 białek, 1 opakowanie kremu karpatkowego, 1 słoik (250 ml) powideł śliwkowych, 20 dag łuskanych orzechów włoskich, 100 g wódki;

Do dekoracji: polewa czekoladowa.

1. Z podanych składników zagnieść ciasto jak na makaron, podzielić je na pół i wyłożyć nim dwie identyczne niskie, prostokątne formy do pieczenia. Posmarować powidłami śliwkowymi.
2. Białka ubić ze szklanką cukru na sztywną błyszczącą pianę. Nałożyć ją na powidła, posypać siekanymi orzechami. Piec 40 – 50 min w piekarniku nagrzanym do 180⁰.
3. Według przepisu podanego na opakowaniu przygotować krem karpatkowy, wlać do niego dodatkowo alkohol.
4. Na pierwszy placek nałożyć krem karpatkowy, nakryć drugim, odwracając go uprzednio warstwą orzechowo-śliwkową do dołu i polać polewą czekoladową.

HANDEL NA TERENIE GMINY

Odkąd sięgnąć pamięcią, zawsze w czwartki śniadowiacy spotykają się na rynku w Śniadowie, gdzie można nabyć od handlujących tam kupców prawie wszystko, co niezbędne jest na co dzień do życia. W tym jak i kolejnych numerach *Naszej Gminy* będziemy prezentować czytelnikom ceny wybranych towarów oferowanych na rynku.

Mamy nadzieję, że w ten sposób prześlemy państwu informacje ułatwiające planowanie miesięcznych wydatków.

ARTYKUŁY SPOŻYWCZE

Marchew (kg)	1 zł
Cebula (kg)	1,5 zł
Kapusta (gł.)	1 – 2 zł
Pietruszka (kg)	1 zł
Pomidory (kg)	1 – 2 zł
Papryka (kg)	3,5 zł
Jaja (szt.)	40-50 gr
Pory (kg)	1,5 zł
Selery (kg)	1 zł
Buraki (kg)	1 zł
Cytryny (kg)	4 zł
Orz. laskowe (kg)	8 zł
Orz. włoskie (kg)	4 zł
Jabłka (kg)	1,2 – 1,4 zł
Gruszki (kg)	2,5 zł



Poniżej przedstawiamy Państwu średnie ceny niektórych produktów rolniczych, węgla i materiałów budowlanych oferowanych na terenie naszej gminy:

MIESZANKI		Śruta słonecznikowa		61 zł/100kg	
Nioska	95 zł/100 kg	Sól lizawka	6 zł/ sztuka		
Prosięta	113-171 zł/100 kg	Dodatki paszowe	10-13 zł/4 kg		
Warchlak	85-96 zł/100 kg	WĘGIEL			
Tucznik	78-83 zł/100 kg	Gruby	480 zł/ tona		
Cielęta	88-110 zł/100kg	Orzech	430 zł/ tona		
Krowa mleczna	68-79 zł/100 kg	MATERIAŁY BUDOWLANE			
Otręby pszenne	44 zł/100 kg	Wapno	320 zł/ tona	Cement	310 zł/ tona



W następnym numerze m.in.:

- Umiejętności kulinarne młodej gospodyni z miejscowości Jakać Borki, czyli *Gotuj razem z nami*;
- Ludowy Uczniowski Klub Sportowy *Prefbet* Śniadowo;
- Przewodnik interesanta - Co i gdzie można załatwić w Urzędzie Gminy Śniadowo?
- Prezentacja Szkoły Podstawowej w Śniadowie;

Osobom, które udzieliły informacji redakcji *Naszej Gminy*, **serdecznie dziękujemy!**

Redakcja *Naszej Gminy*: Ewa Baczewska, Joanna Brulińska, Anna Olszewska, Agata Gaicka - Sagała, Adam Sagała.

Redaktor naczelny: Marek Filipkowski

Nasz adres: 18 - 411 Śniadowo, ul. Ostrołęcka 13 (budynek GOK w Śniadowie)

Tel.: (086) 217-61-49

Wydawca: Urząd Gminy w Śniadowie

Strona internetowa: www.sniadowo.powiatlomzynski.pl