

Od 10 do 12 września grupa z Warsztatu Terapii Zajęciowej przebywała na wycieczce w Bieszczadach. Swoimi wrażeniami dzieli się z czytelnikami Tygodnika Opoczyńskiego

Niezapomniane wrażenia z Bieszczad

We wtorek, 10 września o godz. 5.30 wyruszyliśmy w stronę gór, zatrzymując się po drodze w Sandomierzu. Zwiedziliśmy miasto, które znamy z serialu „Ojciec Mateusz”. Spacerowaliśmy po starówce i podziemnej trasie. Nie zabrakło zakupów pamiątek. Po dalszej jeździe szczęśliwie dotarliśmy do ośrodka wypoczynkowego „Uroczysko” w Zwierzyniu – malowniczej, cichej miejscowości, położonej 8 km od Soliny. Po obiadokolacji i zakwaterowaniu był jeszcze czas na spacer.

W środę po śniadaniu i spotkaniu z przewodnikiem wyruszyliśmy w Bieszczady – nad małą zaporę, skąd rozpoczęliśmy zdobywać jeden z bieszczadzskich szczytów – Koziniec. Podczas wspinaczki przeżyli-



Grupa z Warsztatu Terapii Zajęciowej

my niezapomniane chwile, podziwiając piękne górskie krajobrazy i przyrodę.

Kolejną atrakcją był spacer po zaporze wodnej na Solinie i czas wolny na „bieszczadzskich krupówkach”. Udaliśmy się również w rejs po Jeziorze Solińskim, podczas którego była okazja poznać historię budowy zapory oraz dzieje okolicznych mieszkańców.

Szkoła Podstawowa im. Mikołaja Kopernika w Radzicach Dużych wznowiła realizację działań profilaktycznych pod hasłem „Jestem bezpieczny, bo wiem, znam, umiem”. Celem akcji jest poprawa bezpieczeństwa w szkole i poza nią

zagadnienia dotyczące przepisów ruchu drogowego, bezpiecznego poruszania się po drogach i zgodnej z przepisami jazdy rowerem. Szczególną uwagę zwróciła na zagrożenia drogowe, z jakimi uczniowie mogą spotkać się na co dzień. Podkreśliła, że niezwykle ważne jest używanie przez dzieci elementów odblaskowych.

Drugą część spotkania stanowiła prezentacja multimedialna pn. „Bezpieczna droga”. Uczniowie uświadomili sobie, jakie mogą być skutki niewłaściwego zachowania na drodze.

Radzicka placówka dba o edukację drogową. Systematycznie organizuje zajęcia z wychowania komunikacyjnego. Są one prowadzone przez Danutę Bierskowską.

Dodajmy, że inicjatorką poniedziałkowego spotkania była Maryla Barul, szkolna koordynatorka działań profilakty-

Na zakończenie bogatego w atrakcje dnia pojechaliśmy na taras widokowy, skąd rozciąga się panorama Bieszczad. Wieczorem wszyscy bawiliśmy się na dyskotecce zorganizowanej w ośrodku wczasowym.

W drogę powrotną wyjechaliśmy w czwartek rano. Zatrzymaliśmy się w Opatowie na obiad i krótki spacer po mieście. Kolejnym przystankiem był Ka-

ków-Godów z sanktuarium i drogą krzyżową.

Do Drzewicy wróciliśmy szczęśliwie z bagażem niezapomnianych wspomnień i wrażeń. Na długo w naszej pamięci zostaną malownicze bieszczadzkie krajobrazy oraz pozytywna energia, którą przywieźliśmy ze sobą. Kiedyś tam wrócimy...

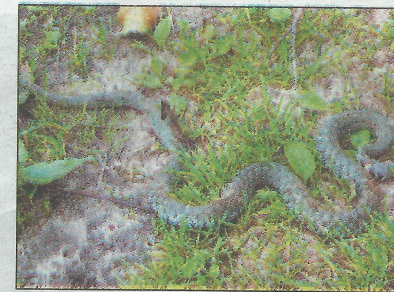
Uczestnicy wycieczki

Przyrodnicza ciekawostka

Wąż u kajakarzy

W ubiegłym tygodniu kajakarze LKK Drzewica mieli na treningu niecodziennego gościa. Na torze pojawił się okazały wąż, który między bramkami czuł się jak ryba w wodzie. Mimo że pływał wężym, to zanotował czysty przejazd – nie trącił żadnej bramki i bez punktów karnych dotarł na brzeg, wywołując niemałe poruszenie.

Żarty żartami, ale zawodnicy LKK najedli się strachu, bo początkowo nie wiedzieli, jaki to gatunek węża. Po sprawdzeniu zdjęć w Internecie okazało się, że na szczęście nie jest to jadowity żmija



Ten zaskroniec zwyczajny wziął udział w treningu LKK Drzewica

ciecz. Może także wydawać dość głośny syk w celu odstraszenia napastnika.

Zaskroniec bardzo łatwo rozpoznać. Swą polską nazwę zawdzięcza charakterystycznym żółtym plamom z tyłu głowy – za „skroniami”. Wierzch ma szary, czasami lekko brunatny, często z ciem-

Szkoła Podstawowa w Drzewicy przystąpiła do projektu „Zachowaj równowagę”, którego celem jest propagowanie zdrowego stylu życia, zapobieganie nadwadze i otyłości oraz innym przewlekłym chorobom niezakaźnym poprzez edukację społeczeństwa w zakresie żywienia i aktywności fizycznej. Przedsięwzięcie pod patronatem Instytutu Żywności i Żywienia wspiera szwajcarska organizacja Swiss Contribution

Będą propagować zdrowy styl życia

Projekt obejmuje teren całej Polski i jest skierowany do najbardziej wrażliwych grup ludności: dzieci i młodzieży oraz dorosłych ze szczególnym uwzględnieniem osób z nadmierną masą ciała. Adresatami są także producenci żywności.

W ramach przedsięwzięcia przewidziano cztery główne zadania. Jednym z nich jest edukacja i wdrażanie zasad prawidłowego żywienia i aktywności fizycznej w placówkach oświatowych.

Te cele postanowiła spełnić SP w Drzewicy. W planach ma organizację wielu zdrowotnych inicjatyw – od programów edukacyjnych poprzez wspólne śniadania, po promowanie różnych form aktywności fizycznej wśród dzieci. W działania chce zaangażować nauczycieli, uczniów i rodziców.

Nad całością będzie czuwać szkolna koordynatorka projektu, Maria Smolarska. – Zapraszamy na turnieje sportowo-rekreacyjne, połączone z konkursami wiedzy o żywieniu, konkursem plastycznym i fotograficznym na temat aktywności ruchowej całej rodziny – informuje nauczycielka wf. – Na rodziców raz w miesiącu czekają rekreacyjne zajęcia w hali sportowej. Nie zabraknie również integrujących spotkań łączących wiele pokoleń. A wszystko to dla zdrowia.

Jeśli szkoła wdroży program zgodnie z opracowanymi kryteriami, otrzyma certyfikat placówki przyjaznej żywieniu i aktywności fizycznej. O realizacji przedsięwzięcia będziemy informować na bieżąco.

Dbają o bezpieczeństwo

W poniedziałek, 16 września zorganizowano pierwsze w nowym roku szkolnym spotkanie profilakty-