

Jedyny taki w powiecie

Na pierwszym wielofunkcyjnym stadionie lekkoatletycznym w powiecie nowosolskim zakończyła się budowa trybun i oświetlenia.

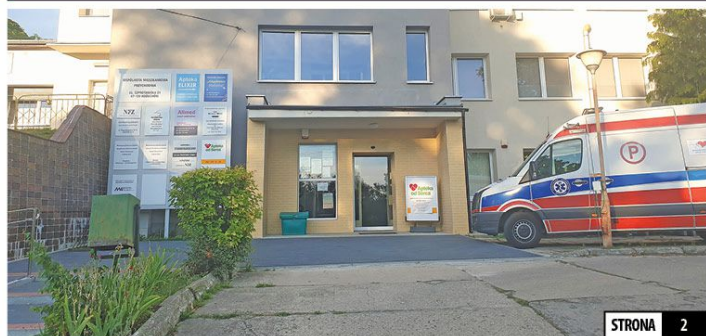
STRONA 2



Festiwal czterech koncertów

VI Festiwal Henrykowski rozpocznie się już 15 sierpnia. Na widzów czekają w tym roku aż cztery koncerty.

STRONA 6-7



STRONA 2

Nowy lekarz w Kozuchowie

Doktor Krzysztof Radkiewicz będzie nowym lekarzem rodzinnym w Kozuchowie. Od sierpnia zacznie przyjmować pacjentów.



STRONA 3

Od wniosku do inwestycji

Budowa dróg i chodników przy ul. Reymonta i Sienkiewicza, chodnika przy ul. Zielonogórskiej i w tym roku na Placu Kopernika. Wszystkie te inwestycje zaczęły się od wniosków przewodniczącego rady.

Tu wszystko się zaczęło

Wywiad z Marcinem Wawrzynowiczem po niedzielnym (5.07.) koncercie w zamku.



STRONA 5

Jedyny taki w powiecie



Na pierwszym wielofunkcyjnym stadionie lekkoatletycznym w powiecie nowosolskim zakończyły się prace związane z budową trybun i oświetlenia.

Burmistrz Paweł Jagasek wraz z inspektorami nadzoru, dyrektorem MOSiR-u, kierownikiem budowy oraz wykonawcą prac w czwartek, 23 lipca, odebrał inwestycję pn. „Budowa trybun nr 1 i oświetlenia na stadionie miejskim w Kozuchowie”. Trybuna liczy ok. 320 miejsc siedzących, są zadaszenie, spikerka, nagłośnienie, a cała bieżnia jest oświetlona. Jak podkreśla burmistrz Paweł Jagasek, to piękny i nowoczesny obiekt sportowy, który posłuży sportowcom i mieszkańcom gminy przez wiele lat.

Możemy być dumni
Gmina na budowę stadionu lekkoatletycznego w 2018 r. pozyskała dofinansowanie ze środków Funduszu Rozwoju Kultury



Fizycznej (FRKF) Ministerstwa Sportu na wysokości 1,5 mln zł. Dodajmy, że całość kosztowała 2 mln 874 tys. 270,64 zł. Inwestycję podzielono na dwa etapy. Pierwszy obejmował budowę infrastruktury lekkoatletycznej. Na stadionie przy ul. Zielonogórskiej w Kozuchowie powstała sześciotorowa bieżnia do biegów na setkę, a także czterotorowa bieżnia do biegów na 200 m, 400 m i o wiele dłuższych. Oprócz tego miejsce do skoku w dal i trójskoku, a także skoku wzwyż. Nie zapomniano też o rzutni do

kuli i oszczepu. Stadion został zakończony w listopadzie 2019 roku, uzyskując certyfikat Polskiego Związku Lekkiej Atletyki. Stał się tym samym jedynym pełnowymiarowym stadionem lekkoatletycznym w powiecie nowosolskim, na którym będzie można rozgrywać ogólnopolskie zawody. Drugi etap prac zakładał budowę trybun, szatni i oświetlenia. - Mieszkańcy gminy Kozuchów mogą być dumni z kolejnej zakończonej inwestycji – mówi burmistrz Paweł Jagasek.



Nowy lekarz w Kozuchowie

Doktor Krzysztof Radkiewicz już w sierpniu otworzy filię praktyki lekarskiej w Kozuchowie.

Po śmierci lekarza i zamknięciu Niepublicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej - Podstawowa Opieka Zdrowotna Czesław Kaniewski wielu mieszkańców naszej gminy zostało bez lekarza pierwszego kontaktu. Na dodatek wielu mieszkańców, którzy muszą stale przyjmować leki, nie mogło uzyskać recept. O interwencję w tej sprawie grupa mieszkańców prosiła w urzędzie burmistrza Pawła Jagaskę. - W przeciągu kilku dni odbyłem wiele spotkań, by pomóc naszym mieszkańcom, którzy zostali bez lekarza. Rozmawiałem z przedstawicielami

pozostałych działających w naszej gminie praktyk lekarskich, niestety, nie mogli przejąć pacjentów pozostałych po panu Kaniewskim. Byłem w stałym kontakcie z Piotrem Bromberem, dyrektorem lubuskiego oddziału NFZ, by wspólnie znaleźć najlepsze rozwiązanie dla mieszkańców – wyjaśnia burmistrz. Jak dodał, z radnymi podjął decyzję o kupnie pomieszczeń lekarskich i wydzierżawieniu ich nowemu lekarzowi. Jak się dowiedzieliśmy, pacjentów w Kozuchowie przyjmować będzie doktor Krzysztof Radkiewicz. Deklaracje można odbierać w biurze podawczym Urzędu Miejskiego w Kozuchowie. W pierwszej należy wpisać lekarza, w drugiej pielęgniarkę podsta-



wowej opieki zdrowotnej Jolantę Kaniewską. Co ważne, deklaracje muszą mieć datę 1 sierpnia 2020 r.

Pacjenci z Kozuchowa mogą także skorzystać z teleporady lekarza pod nr tel. 68 323 55 31. - Wszyst-

ko kończy się pozytywnie i to jest najważniejsze – cieszy się Paweł Jagasek.



- Wszystkie te inicjatywy są możliwe przy współpracy i wsparciu ze strony burmistrza Pawła Jagaski, któremu należą się słowa uznania i podziękowania - mówi przewodniczący rady Ireneusz Drzewiecki.

OD WNIOSKU DO INWESTYCJI

Budowa dróg i chodników przy ul. Reymonta i Sienkiewicza, chodnika przy ul. Zielonogórskiej i w tym roku na Placu Kopernika. Wszystkie te inwestycje zaczęły się od wniosku przewodniczącego rady w Kożuchowie, Ireneusza Drzewieckiego.

Przewodniczący Rady Miejskiej w Kożuchowie cieszy się z realizacji kolejnych swoich wniosków. - Jako radny z okręgu nr 7 złożyłem wnioski o zapisanie w budżecie gminy na 2017 r. środków na wykonanie projektu budowy dróg i chodników przy ul. Reymonta i Sienkiewicza w Kożuchowie - zgodnie z wieloletnim planem inwestycyjnym gminy Kożuchów na lata 2016-2020. Argumentem było istniejące już tzw. „uzbrojenie” terenu - wyjaśnia Ireneusz Drzewiecki. W lutym 2017 r. na spotkaniu z burmistrzem i wykonawcą projektu dróg wstępnie omówiono zakres prac.

- Dużym utrudnieniem były wytyczne, m.in. zaprojektowanie i budowa dwóch skrzyżowań z drogą wojewódzką. Projekt był konsultowany przez projektanta zarówno z przedstawicielami urzędu wojewódzkiego, przedstawicielami komisji oceny formalnej i merytorycznej wniosków, jak i przedstawicielem właściwego ministerstwa. Jak się okazało, analiza skrzyżowań dróg publicznych z drogą wojewódzką (ul. Zielonogórska) wskazała, że dla tak usytuowanych istniejących skrzyżowań należy dokonać nowego podziału geodezyjnego nieruchomości przyległych do skrzyżowań i całość projektować zgodnie z tzw. „specustawą” ZRID, przejmując wydzielone grunty pod potrzeby pasa drogowego, odpłatnym przejęciem gruntów prywatnych pod drogę - tłumaczy Ireneusz Drzewiecki. Ponadto, sposób odprowadzenia wód deszczowych z terenu inwestycji związany był także z zasypianiem rowu przy ulicy Zielonogórskiej po lewej stronie w kierunku Mirocina Dolnego na odcinku od

ul. Reymonta do drogi gminnej Kolonia Zielonogórska, wykonaniem instalacji „deszczowej” i docelowo położeniem nawierzchni chodnika. 10 kwietnia 2019 r. gmina złożyła wniosek w ramach Funduszu Dróg Samorządowych, pozyskując na ten cel aż 80 proc. dofinansowania inwestycji szacowanej na 2 mln 612 tys. 344 zł. - Otrzymaliśmy dofinansowanie w wysokości 2 mln 89 tys. 875 zł - mówi przewodniczący rady. W przetargu wzięło udział 6 firm. Najkorzystniejszą ofertę złożyło glogowskie Przedsiębiorstwo Budownictwa Drogowego z ceną 1 mln 995 tys. 709,99 zł. Umowę burmistrz Paweł Jagasek podpisał 28 października ub. roku. W ramach inwestycji została rozbudowana sieć dróg gminnych o łącznej długości 613,3 m z budową kanalizacji deszczowej i rozbudową dwóch skrzyżowań z włączeniem do drogi wojewódzkiej. W czwartek, 9 lipca, odebrano budowę.

Nowy chodnik

Kolejny wniosek przewodniczącego rady w 2016 r. dotyczył wykonania nowej nawierzchni chodnika przy ul. Zielonogórskiej po lewej stronie w kierunku Mirocina Dolnego na odcinku od ul. Reymonta do drogi gminnej Kolonia Zielonogórska. Z

urzędu w Kożuchowie wysłano do Zarządu Dróg Wojewódzkich w Zielonej Górze pismo dotyczące planowanej inwestycji. Ostatecznie po rozmowach burmistrza Pawła Jagaski z dyrektorem ZDW Pawłem Tonderem radni miejscy 30 czerwca br. przyjęli uchwałę o udzieleniu pomocy finansowej dla województwa lubuskiego w wysokości 95 tys. zł na zadanie pn. „Przebudowa drogi wojewódzkiej nr 283 w zakresie chodnika przy ul. Zielonogórskiej”. - Zakres prac obejmuje remont chodnika od Placu Kopernika do zjazdu na ul. Kolonii Zielonogórskiej/Reymonta, zadanie realizowane w całości przez ZDW, a także budowę nowego chodnika na odcinku od ul. Kolonii Zielonogórskiej/Reymonta do drogi gminnej Kolonia Zielonogórska (ostatni zjazd po lewej stronie przed granicą miasta), zadanie po stronie gminy - wyjaśnia przewodniczący Drzewiecki. Nowo budowany odcinek chodnika będzie dopełnieniem prac realizowanych w ramach budowy dróg przy ul. Sienkiewicza, Reymonta i Kolonii Zielonogórskiej. - Wcześniej w tym miejscu był rów, który obecnie jest przykryty i służyć będzie m.in. do odprowadzenia wód deszczowych z budowanych dróg.

Ostateczny koszt inwestycji zostanie określony w drodze postępowania przetargowego prowadzonego przez ZDW - dodaje Ireneusz Drzewiecki.

Inwestycja w tym roku

Cztery lata temu Ireneusz Drzewiecki po raz pierwszy składał także wniosek o ujęcie w budżecie na 2017 r. wykonania nowej nawierzchni chodników na Placu Kopernika. Ponieważ jest to droga powiatowa, nie było takiej możliwości. Padły wówczas deklaracje ze strony Zarządu Dróg Powiatowych, że zadanie jest możliwe do realizacji przy współudziale gminy. Wniosek do PZD w Nowej Soli ponowiony był w 2018 r. - Rozmawiałem z kierownikiem PZD Wiesławem Staruchem i kierownikiem zespołu Andrzejem Szymańskim. Po początkowych pozytywnych opiniach inwestycja ze względu na brak środków finansowych nie została wprowadzona do budżetu PZD. We wrześniu 2019 r. spotkałem się ze wszystkimi radnymi powiatowymi, którzy reprezentują naszą gminę, przekonując, aby każdy z nich złożył wniosek w przedmiotowej sprawie do budżetu powiatu nowosolskiego. Rozmawiałem również ze starostą Iwoną Brzozowską. Udało się!

Zadanie wprowadzono do budżetu powiatu. Jest realizowane, a co najważniejsze - bez wkładu finansowego gminy - opowiada przewodniczący. Wykonano m.in. około 180 mkw. chodnika, przelozono obrzeża, dwa zjazdy z dojazdami do posesji, a także przelozono miejscowo kostkę granitową w nawierzchni drogi. Koszt ok. 50 tys. zł. - Zaproponowałem coroczne spotkania rady miejskiej ze wszystkimi „naszymi” radnymi powiatowymi, aby oprócz indywidualnych wniosków do budżetu powiatu składali 2-3 wspólne wnioski po uzgodnieniu z radą i burmistrzem Kożuchowa. Takie spotkanie odbyło się 28.09.2019 r. Dziękuję wszystkim radnym, którzy wsparli inicjatywę remontu Placu Kopernika - dodaje Ireneusz Drzewiecki. Spotkanie zaplanowano także w tym roku. Jak zaznacza przewodniczący rady, także PUK USKOM, w ramach projektu pn. „Uporządkowanie gospodarki wodno-ściekowej w aglomeracji Kożuchów - etap II”, wykonał na tym obszarze instalację wodno-kanalizacyjną. Co więcej, podczas najbliższych sesji rady miejskiej w sierpniu i we wrześniu powinna zostać podjęta uchwała o przejęciu Placu Kopernika od starostwa w mieście gminy.

**POWSZECHNY
SPIS ROLNY
1.09.-30.11.2020**



**Spiszmy się,
jak na rolników
przystało!**

- internetowo
- przez telefon
- przyjmując rachmistrza



spisrolny.gov.pl



Powszechny
Spis Rolny 2020

Unijne środki do podziału

Burmistrz Paweł Jagasek uczestniczył w spotkaniu Zarządu Związku Gmin Województwa Lubuskiego i Konwentu Starostów w urzędzie marszałkowskim.

Unijny Program Odbudowy, a co za nim idzie, dodatkowe unijne środki na odbudowę gospodarki i zapobieganie różnic gospodarczych w Unii Europejskiej po kryzysie wywołanym koronawirusem były głównym tematem czwartkowego (23.07.) spotkania w urzędzie marszałkowskim, w którym udział wzięli także burmistrz Kozuchowa, Paweł Jagasek.

Program odbudowy

Rozmawiano o powołaniu Lubuskiej Rady Samorządowej, Lubuskim Programie Wsparcia Inicjatyw Samorządowych i Ośrodku Badań i Innowacji JST. Marsza-

łek Elżbieta Polak przedstawiła założenia tych trzech inicjatyw oraz harmonogram przygotowania udziału regionu w Krajowym Programie Odbudowy. Komisja Europejska w maju br. zaproponowała bowiem nowy budżet Unii Europejskiej w wysokości 1,1 biliona euro. Państwa członkowskie będą miały do dyspozycji 750 mld euro w grantach i pożyczkach z funduszu odbudowy. Budżet dla Polski wynosi 160 mld euro łącznie z programem odbudowy. Aby te środki trafiły do naszego kraju, konieczne jest przygotowanie Krajowego Planu Odbudowy, który zawierał będzie pakiet reform i inwestycji. Zakres przedmiotowy jest szeroki i obejmuje niemal wszystkie dziedziny gospodarki. Dokument musi reagować na problemy z pandemią, ma wpisywać się w zalecenia rady, działać na zniwelowanie bezrobocia i kryzysu gospodarcze-



go. Do 14 sierpnia regiony mogą składać projekty kluczowe do programu. Rząd przyjmie do realizacji 40 z nich. - Programy regionalne w nowej perspektywie mają być gotowe do maja przyszłego roku, a ich wdrażanie zaplanowano na czwarty kwartał 2021 roku - tłumaczyła marszałek Polak. Spotkanie z zarządem Związku Gmin Województwa Lubuskiego i Kon-

wentem Starostów poświęcono konsultacjom tych inicjatyw oraz realizacji Zintegrowanych Inwestycji Terytorialnych w ramach nowej perspektywy. Zebrani wójtowie, burmistrzowie, starostowie dopytali m.in. o alokację dla Zintegrowanych Inwestycji Terytorialnych czy warunki tworzenia porozumień terytorialnych. Oczekują również transparentnych zasad

podziału alokacji dla wszystkich ZIT-ów oraz harmonogramu ich przyjęcia przez instytucję zarządzającą. Projekty powołania Lubuskiej Rady Samorządowej i Funduszu Inicjatyw Samorządowych będą dalej przygotowywane przez zespół roboczy wyłoniony spośród organizacji JST. fot. Urząd Marszałkowski Województwa Lubuskiego



fot. PZERII

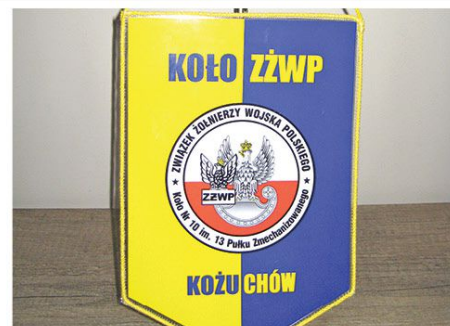
Aktywny dzień seniorów

We wtorek, 21 lipca, kozuchowscy seniorzy wybrali się na wycieczkę do Drzonkowa.

W Wojewódzkim Ośrodku Sportu i Rekreacji w Drzonkowie na zwiedzających czekało wiele atrakcji. Grota solna, gra drużynowa boccia, basen, wizyta na strzelnicy cyfrowej, grill oraz wspólna biesiada, to tylko niektóre z nich. - Wycieczka należy do udanych, wszyscy są zadowoleni - powiedział nam Leszek Gutowski, przewodniczący kozuchowskiego oddziału rejonowego PZERII.

Trwają przygotowania do obchodów Święta Wojska Polskiego.

W tym roku przypada 100. rocznica Bitwy Warszawskiej. Tegoroczne uroczystości w Kozuchowie będą miały ograniczony charakter, ze względu na sytuację epidemiczną. Z okazji Święta Wojska Polskiego Koło Związku Żołnierzy Wojska Polskiego im. 13 Pułku Zmechanizowanego wykonało przypinkę okolicznościową, wyemitowało kolejny medal pamiątkowy oraz wykonało proporczyki nawiązujące do ustanowionych 7 maja 2019 roku barw i symboli koła. Przypinka okolicznościowa, która nawiązuje do tegorocznej rocznicy Bitwy Warszawskiej. Awers medalu, typu „coin”, zawiera logo Koła Związku Żołnierzy Wojska Polskiego im. 13 Pułku Zmechanizowanego. Na rewersie umieszczono herb Kozuchowa oraz dane prezesa



Przypinka, medal i proporczyki

zarządu koła. Medal ma średnicę 50 mm i jest wykonany w kolorze srebra antycznego. Proporczyk jest dwustronny. Pierwsza strona jest podzielona pionowo na dwie części, żółtą i niebieską. Na stronie głównej znajduje się logo koła

i napisy, nad logiem: „Koło ZŻWP”, pod logiem „Kozuchów”. Napisy wykonane są w taki sposób, że ich połowy, znajdujące się na tle żółtym, mają barwę niebieską, natomiast znajdujące się na tle niebieskim mają barwę żółtą. Strona

odwrotna jest jednolita w kolorze niebieskim z żółtym napisem podzielonym na dwie linie „Rok założenia” i „1982”. Projekty wykonał mjr Zdzisław Służewski, autor projektów wielu medali i materiałów graficznych Koła ZŻWP im. 13 Puł-

ku Zmechanizowanego. Wykonanie przypinki, medalu i proporczyka to część realizacji zadania publicznego „Organizacja i przeprowadzenie uroczystości związanych z Świętem Wojska Polskiego w 2020 roku w Kozuchowie”.

TU WSZYSTKO SIĘ ZACZĘŁO

Marcin Wawrzynowicz w niedzielę, 5 lipca, wystąpił z zespołem jazzowym The Sound Pack w Centrum Kultury „Zamek” w Koźuchowie. Po koncercie zgodził się z nami porozmawiać.

Marcin Wawrzynowicz urodził się w Koźuchowie, jest absolwentem wokalistyki wydziału jazzu i muzyki rozrywkowej Akademii Muzycznej w Katowicach, finalistą konkursów i laureatem wielu nagród indywidualnych. Ma w dorobku dwa autorskie albumy (Missa Pacis 2009 oraz Camamey 2012). Współpracował z cenionymi muzykami. Od roku 2012 jest pracownikiem dydaktyczno-naukowym, a w 2017 roku uzyskał tytuł doktora sztuk muzycznych, w dyscyplinie wokalistyka. Prowadzi klasę śpiewu w Katowickiej Akademii Muzycznej oraz na wydziale jazzu PWSZ.

Jak grało się przed własną publicznością?

Wspaniale. Miło zobaczyć na widowni rodzinę i znajomych. Od rodzimych słuchaczy emanuje inna niż zwykle energia. To miłe uczucie.

Chętnie wracasz do Koźuchowa?

Zawsze, a im jestem starszy, tym chętniej. To moje miasto, moja mała ojczyzna. Tu wszystko się

zaczęło. Lubuskie Słoneczko, orkiestra dęta Polmo, ćwiczenie w salach zamku i pierwsze występy.

Co spowodowało, że zostałeś muzykiem?

Pasja, którą jest miłość do muzyki. Kiedy dźwięki układają się w jakąś strukturę, poruszają cię, dotykają emocji. Zaczynasz w to wchodzić, a następnie chcesz tego więcej i więcej...

Jakie były Twoje pierwsze kontakty z muzyką?

To były rodzinne imprezy okolicznościowe, imieniny, urodziny, wesela, a także spotkania towarzyskie w rodzinnym domu. Tym uroczystościom zawsze towarzyszył śpiew. Kiedy mając 3-4 lata, słyszysz rodzinę śpiewającą na głosy różnego rodzaju przyspiewki, to to robi wrażenie. Pamiętam także mojego kuzyna Darka Gutowskiego, który nierzadko akompaniował wszystkim, grając na akordeonie. Siedziałem zahipnotyzowany... Później poszło już szybko – szkoła muzyczna I stopnia w Nowej Soli, liceum muzyczne we Wrocławiu i studia w wrocławskiej akademii muzycznej oraz na wydziale jazzu w Katowicach.

Opowiedz trochę naszym mieszkańcom o swojej zawodowej muzycznej działalności.

W dużym skrócie można ją podzielić na trzy kategorie. Pierwsza

to działalność solowa. Dotyczy ona samorozwoju, komponowania, nagrywania autorskich albumów i występów solowych z własnym zespołem bądź na zaproszenie do udziału w różnych mniejszych i większych przedsięwzięciach. Druga to działalność jako tzw. muzyk sesyjny. Chodzi tu o uczestnictwo w koncertach, spektaklach, nagraniach telewizyjnych i radiowych czy nagraniach płyt jako wynajęty wokalista. Towarzyszę w ten sposób różnym artystom, śpiewając np. chórki. Nie występuję wtedy jako solista, ale jako członek zespołu akompaniującego. Trzecia kategoria to działalność dydaktyczna. Jestem wykładowcą wydziału jazzu PWSZ w Nysie oraz wydziału jazzu i muzyki rozrywkowej w katowickiej akademii muzycznej.

The Sound Pack to pierwszy od lat na rodzimej scenie jazzowy kwartet wokalny. W dzisiejszych czasach łatwo się przebić z taką muzyką?

Muzyka jazzowa nie jest muzyką popularną. To raczej wyrafinowana muzyka. Przy realizacji jakiegось przedsięwzięcia nie patrzę na to, czy odniesie ono większą popularność. Bardziej zależy mi na tym, aby pod względem artystycznym było na możliwie najwyższym poziomie. Z The Sound Pack zagraliśmy już wiele koncertów i zawsze przyjmowani byliśmy z entuzjazmem. Ludzie czasem nawet nie wiedzą, że może podobać się im



foto: Marcin Wawrzynowicz

prezentowana przez nas muzyka, bo po prostu dostęp do niej jest ograniczony. Mogę jednak śmiało stwierdzić, że po reakcjach publiczności nasza muzyka podoba się.

Masz na koncie dwa autorskie albumy, wydałeś płytę „On Air” wraz z kwartetem The Sound Pack, współpracujesz z wybitnymi muzykami, jesteś doktorem sztuk muzycznych. Twoja lista osiągnięć jest długa. Możesz młodemu ludziom, którym często brakuje pewności siebie, zdradzić swoją receptę na sukces?

Myszę, że najważniejsza jest determinacja, chęć samorozwoju, wiara w siebie i ciężka praca. W obecnych czasach młodzi ludzie często zapominają o tym. Chcą mieć wszystko podane na tacy. Są leniwi i bardzo niecierpliwi.

Gdzie można kupić twoje autorskie płyty – Missa Pacis

(2009) i Camamey (2012) oraz album kwartetu The Sound Pack „On Air”?

Wystarczy wpisać moje nazwisko w wyszukiwarce Google. Na pewno pojawią się tam informacje na temat moich autorskich nagrań, jak i wielu innych. Choćby na stronie Empiku.

I na zakończenie, jak zmienił się Koźuchów na przestrzeni ostatnich lat?

Wiele się zmieniło. Cieszę się, że Koźuchów staje się uroklivym, zadbanym miasteczkiem z dobrym gospodarzem. Te wszystkie inwestycje dotyczące wizerunku miasta i jego zabytków widoczne są od razu. Poza tym myślę, że Koźuchów jest bardziej przyjaznym miejscem dla mieszkańców. Chodzi mi o drogi, ścieżki rowerowe, miejsca rekreacji czy obiekty sportowe. W tej chwili to po prostu europejskie miasteczko.

Dziękuję za rozmowę.

foto: PZERII



CZARCI KAMIEŃ ZDOBYTY

Seniorzy co wtorek wyruszają na wspólne spacer z kijkami.

Jak sami mówią, 7 lipca spacer był wyjątkowy pod względem czasu i dystansu. Aktywni seniorzy przemierzili 13,5 km. Punktem docelowym był Czarci Kamień w Bulinie. Nie zabrakło też pikniku z pieczoną kielbaską. Powrót obok oświetlonych murów obronnych również zrobił na wszystkich wrażenie. Przypominamy, że seniorzy spotykają się co wtorek o godz. 18.00 przy „rondzie” w parku miejskim. Gratulujemy wspaniałej aktywności i zachęcamy do brania przykładu z naszych aktywnych seniorów.

Sezon grillowy w pełni

Przepisy na zdrowego i smacznego grilla zdradza dietetyk z poradni Na Zdrowie, Dagmara Lewicka.

Jak się okazuje, warto zacząć od węgla, którym rozpalamy grilla. Przede wszystkim jest to węgiel drzewny. – Z tłuszczu, który ścieka z grillowanych potraw na węgiel, powstaje wiele substancji karcinogennych, czyli rakotwórczych (dioksyny, akryloamid, itrozoaminy, heterocykliczne aminy aromatyczne). Nie oznacza to, że musimy zrezygnować z grillowania, warto wybrać bezpieczniejszą opcję np.: grill elektryczny, gazowy lub tacki, w których nie zachodzi interakcja glinu z pożywieniem, tj.: emaliowane tacki wielokrotnie użytku lub maty teflonowe – wymienia pani Dagmara. Sposób grillowania także jest dość istotny. – Im potrawa bardziej „zwęglona”, tym jest bardziej niezdrowa dla naszego organizmu – dodaje dietetyk. A jak przyrządzić potrawę, by nasza sylwetka nie ucierpiała po grillowej dyspensie? – Przede wszystkim unikamy przetworzonej żywności. Jeśli lubimy kielbasę z grilla, to wybierajmy taką z najkrótszym składem, wtedy jakość oraz ilość mięsa są korzystniejsze. Jednak dla sylwetki korzystniej będzie postawić na chude mięso, ryby, warzywa. Odradzam kupowanie mięs w gotowych marynatach, ponieważ znajdziemy tam sporą ilość soli i cukru. Samodzielnie przygotowana marynata wcale nie jest skomplikowana – radzi Dagmara Lewicka. Ponadto, dzbanek wody ze świeżymi owocami zamiast słodkich napojów także pozwoli zmniejszyć ilość kalorii spożywanych w ciągu grillowego spotkania. Kolejną pułapką dietetyczną, na którą wskazuje pani Dagmara, są gotowe sosy. – Warto przygotować samemu na bazie oliwy z oliwek czy jogurtu naturalnego. Ostatnio w sklepach pojawiło się wiele alternatywnych produktów do mięs: kielbaski wegańskie, burgery roślinne, nawet mięso mielone roślinne. Im bardziej urozmaicenie dietę, tym lepiej dla naszego organizmu. Nie zapominajmy o warzywach: idealnie na grilla sprawdzi się: cukinia, pieczarki, papryka. Produkty te są źródłem błonnika i zapewnią uczucie sytości, dzięki temu szybciej poczujemy sytycie – dodaje. Na stole grillowym mogą także pojawić się salatkę przygotowane z sezonowych warzyw na bazie sosów z oliwy i jogurtów z dodatkiem ziół, które wspomagają trawienie. – Jak widzimy, zdrowe grillowanie jest możliwe, wszystko zależy, co wybierzemy. Najważniejsze są równowaga i zdrowe podejście.



Waldemar Krawiec



Michał Chorośński

FESTIWAL CZTERECH KONCERTÓW

VI Festiwal Henrykowski rozpocznie się już 15 sierpnia. Na widzów czekają w tym roku aż cztery koncerty.

Pierwszy Festiwal Henrykowski w Kożuchowie odbył się w 2015 r. Nazwa festiwalu odnosi się do historii miasta. Imię Henryk, dziedziczyli po sobie średniowieczni książęta śląscy z linii Piastów Głogowskich, którzy byli zaangażowani w rozwój Kożuchowa. To przedsięwzięcie artystyczne mające na celu prezentację koncertów muzyki klasycznej i kameralnej o wysokim poziomie artystycznym. Na festiwalu do tej pory prezentowali się muzycy w międzynarodowej obsadzie. Nie inaczej będzie podczas szóstej edycji. Festiwal swoim honorowym patronem objęli marszałek województwa Elżbieta Anna Polak i burmistrz Kożuchowa Paweł Jagasek.

Koncert inauguracyjny

Pierwszy koncert odbędzie się w kościele pw. Matki Bożej Gromnicznej, który należy do najstarszych zabytków architektury w województwie. W sobotę, 15 sierpnia, o godz. 19.00 na organach zagra Waldemar Krawiec – absolwent katowickiej Akademii Muzycznej, solista, uczestnik wielu kursów mistrzowskich, prowadzonych przez wybitnych

profesorów. Artysta koncertuje jako solista i kameralista w kraju i za granicą. W Kożuchowie w jego wykonaniu usłyszymy dzieła takich kompozytorów jak: Adolph Hesse, Johann Sebastian Bach, Johann Ludwig Krebs, Johann Peter Kellner czy Theodore Dubois. Ponadto, usłyszymy zespół Duo Del Gesù, który został założony w 2010 r. przez francuskiego skrzypka Arnauda Kaminskiego i polskiego altowiolistę Krzysztofa Komendarkę-Tymendorfa. Artyści zdobyli pierwszą nagrodę na 25. Young Musician International Competition 'Città di Barletta'. Sukces we Włoszech zainicjował międzynarodową karierę zespołu – koncertuje na całym świecie. Podczas sierpniowego koncertu w ich wykonaniu usłyszymy dzieła Marii Maraisa, Josepha Haydna, Wolfganga Amadeusa Mozarta oraz Franza Schuberta. Wnętrze kożuchowskiego kościoła będą idealnym miejscem dla takich dźwięków.

„Muzyka i słowo”

W niedzielę, 23 sierpnia, o godz. 19.00, organizatorzy również zapraszają do kościoła pw. Matki Bożej Gromnicznej na koncert organowy. „Muzyka i Słowo” to widowisko słowno-muzyczne upamiętniające 100. rocznicę urodzin Jana Pawła II. Na organach zagra prof. Andrzej Chorośński – organista,

kompozytor i pedagog. Artysta studia w warszawskiej Akademii Muzycznej ukończył z wyróżnieniem w 1972 roku, organy i kompozycję w roku 1974. W roku 1972 otrzymał I nagrodę w konkursie improwizacji organowej w Kilonii (Niemcy). Koncertował niemal we wszystkich krajach Europy, a także w Izraelu, USA, Kanadzie, Australii, Korei Południowej i Japonii. Występował w tak renomowanych miejscach jak m.in. Filharmonia Narodowa, Koncertuszet w Sztokholmie, Sala im. Piotra Czajkowskiego w Moskwie, Katedra Notre Dame w Paryżu, King's College Chapel w Cambridge, Katedry w Coventry, Auli im. Pawła VI w Watykanie, Katedrze św. Patryka w Nowym Jorku. Town Hall w Adelajdzie. W roku 2003 Związek Producentów Audio-Video przyznał tytuł „Podwójnej Platynowej Płyty” płycie CD nagranej w Bazylice w Licheniu. W latach 1993-1999 sprawował godność rektora Akademii Muzycznej im F. Chopina w Warszawie. W roku 2008 otrzymał tytuł Doktora Honoris Causa w Keimyung University w Południowej Korei. Wraz z organistą Watykanu uczestniczył, w oparciu muzycznej uroczystości kanonizacyjnych papieża Jana Pawła II i Jana XXIII 27 kwietnia 2014 r. na placu św. Piotra w Rzymie. Rok 2019 był rokiem jubileuszu 50-lecia działalności koncertowej, od

pierwszego koncertu w ramach światowego festiwalu Jeunesse Musical i występu w Genewie w 1979 roku, wykonał ponad 1500 recitali. W kożuchowskiej świątyni zabrzmiały m.in. Toccata d moll Johanna Sebastiana Bacha, nokturny Fryderyka Chopina, Sonata d moll "Vater unser" Felixa Mendelssohna Bartha czy Toccata z suity gotyckiej Leona Boellmanna. Podczas koncertu recytowane będą także słowa św. Jana Pawła II w wykonaniu Michała Chorośńskiego – znanego aktora teatralnego i filmowego. Artysta ukończył Państwową Wyższą Szkołę Teatralną im. L. Solińskiego w Krakowie. W 1999 r. wystąpił w roli młodego Karola Wojtyły w filmie poświęconym Ojcu Świętemu pt. „Psalterz Renesansowy”. W roku 2001 otrzymał nagrodę Grand Prix na II ogólnopolskim konkursie recytatorskim Verba Sacrum w Poznaniu. Współpracował z wybitnymi reżyserami, m.in. Jerzym Hoffmannem, Mikołajem Grabowskim, Pawłem Miśkiewiczem, Janem Szurmiejem. Obecnie jest aktorem Teatru Polskiego we Wrocławiu. Brał udział w wielu filmach polskich – m.in. „Ogniem i mieczem”, „Stara baśń” oraz w serialach telewizyjnych „Adam i Ewa”, „Pierwsza miłość”, „Klan”. Dużą popularność przyniosła mu rola Leszka Skalskiego w serialu „M jak miłość”. Aktualnie gra jedną z głównych ról w serialu „Lom-



Andrzej Choroński



Zespół Duo Del Gesù

bard". Koncert będzie także transmitowany on-line. Będzie mu towarzyszyła wystawa. Jej najcenniejszym elementem będzie portret Jana Pawła II namalowany na płótnie według obrazu Diny Bellotti. Centrum Kultury „Zamek” otrzymało go w darze od kardynała Stanisława Dziwisza, który również objął koncert i wystawę honorowym patronatem.

„Muzyka polska i francuska na trio stroikowe”

W sobotę, 29 sierpnia, o godz. 19.00 scena koncertowa zostanie przeniesiona do Zamku Książąt Piastowskich. Widzowie wysłuchają koncertu promującego płytę Reed Connection Trio „Muzyka polska i francuska na trio stroikowe”. Na oboju zagra Michał Mogiła, na klawierce Jarosław Podsiadlik, a na fagocie Rafał Dołęga. Artyści są solistami Filharmonii Zielonogórskiej im. Tadeusza Bairda, udzielając się również w międzynarodowych projektach orkiestrowych, kameralnych, solowych, pedagogicznych i organizacyjnych. Zespół Reed Connection występował na wielu koncertach i festiwalach w Polsce i Europie m.in.: „Dni Muzyki nad Odrą” w Neuzelle, Space Art Festival w Warszawie, Festiwal Muzyki Kameralnej i Organowej w Lubsku, Euro Chamber Music Festival w Gdańsku, koncert z okazji jubileuszu 65-lecia Filharmonii Zie-

lonogórskiej. – Nie bez znaczenia jest fakt, że płyta zespołu, która będzie promowana tego wieczoru, została nagrana w kozuchowskim zamku – mówią organizatorzy. Koncert jest bezpłatny, wcześniej należy jednak pobrać specjalne wejściówki w sekretariacie Centrum Kultury „Zamek”.

Wisienką na torcie gala operowo-operetkowej

Na zakończenie VI Festiwalu Henrykowskiego organizatorzy zapraszają do Zamku Książąt Piastowskich na galę operowo-operetkową w wykonaniu artystów Grupy Operowej Sonori Ensemble. Czekają nas przebojowy koncert, podczas którego zabrzmią czardasze, wale, toasty, miłosne arie i duety, sceny operowe i operetkowe, a także standardy jazzowe, pieśni neapolitańskie i popularne piosenki. W programie najsłynniejsze sceny z oper: „Carmen”, „Opowieści Hoffmanna”, „Lakme”, „Don Giovanni” i wiele innych, a także wiedeńskie przeboje operetkowe, jak „Księżniczka Czardasza” czy „Wesoła wdówka”. Nie zabraknie także wirtuozowskich popisów pianistycznych i słowa wiążącego. – Gala w wykonaniu artystów z Pragi, Berlina, Krakowa i Wrocławia to niezapomniany wieczór! Serdecznie zapraszamy! – zachęcają organizatorzy. Grupa Sonori Ensemble ma na swoim koncie ponad 350 kon-



Reed Connection



Sonori Ensemble

certów w instytucjach kultury Polsce i za granicą (Austria, Niemcy, Włochy, Słowacja). Do ważniejszych osiągnięć należą: występy z Orkiestrą Filharmonii Zielonogórskiej, trzykrotny występ podczas Nowosolskiej

Jesieni Artystycznej, gdzie artyści koncertowali m.in. obok Grupy MoCarta oraz orkiestry Arte dei Suonatori, koncert w ramach prestiżowego cyklu „Wieczory u Attavanti” w Jarosławiu, spektakl „Mozar-

tiada” podczas festiwalu Drama Teatralna w Tarnobrzegu. Bilety w cenie 35 zł można nabyć w Centrum Kultury „Zamek”. Koncert zamykający festiwal odbędzie się 30 sierpnia o godz. 19.00.

SZLAKIEM CZTERECH PODKÓW



Biegacze po raz kolejny zmagali się z trudną trasą V Biegu Szlakiem Czterech Podków.

Bieg w Solnikach to już tradycja. Od lat przyciąga kameralne grono biegaczy, którzy chcą cieszyć się swoją pasją, zmierzyć z dystansem i podziwiać okolicę. Tak też było w niedzielę, 26 lipca. Trasa, którą mieli do pokonania, liczyła ok. 6,8 km i była bardzo malownicza. Prowadziła leśnymi i polnymi drogami pełnymi zbiegów i podbiegów. Jak przyznają uczestnicy i organizatorzy – do najłatwiejszych nie należała, co tylko dodało uroku

całemu wydarzeniu. Start i meta zlokalizowane były przy pałacu w Solnikach. W biegu wystartowały 24 osoby z Koźuchowa, Nowej Soli i okolic. Wśród panów pierwszy na mecie zameldował się Mariusz Tokarczyk z Legnicy, drugi był Dacjan Rzeźnik z Zielonej Góry, a trzeci Łukasz Młynarczyk, tuż za podium znaleźli się zawodnicy z Koźuchowa. Andrzej Pawłowski był czwarty, a Sławomir Sasor piąty. Pierwszą kobietą, która przekroczyła linię mety była Teresa Hetner, na drugim stopniu podium stanęła Agnieszka Bandurowska, a na trzecim Wioleta Bendowska. Je-

dyną koźuchowianką, która ukończyła bieg, była Monika Sawicka. Najstarszym zawodnikiem, który dobiegł do mety, był Edward Rottarski z Koźuchowa (rocznik 1948), a najmłodszym Szymon Krasoń z Zielonej Góry (rocznik 2007). W biegu wzięli również udział żołnierze amerykańscy. Bieg ma na celu upowszechniać aktywność fizyczną, ale także promować zarówno Solniki, jak i całą gminę Koźuchów. Po biegu na uczestników czekał poczęstunek. Organizatorami byli Auto Moto Koźuchów oraz sołtys Solnik Piotr Skwierczyński.



Pierwszy gwizdek

MKS Korona Koźuchów rozpoczęła nowy sezon.

Wystartowała IV Liga Lubuska. Nowy sezon MKS Korona Koźuchów rozpoczęła w następującym składzie: Przemysław Krajewski i Bartosz Kurpas (bramkarze), Piotr Nitka, Przemysław Sztopel, Dawid Cieśla, Adrian Grabarczyk, Simon Rytwiński, Łukasz Mendzelewski, Jakub Poterała, Marcin Janik, Paweł Ciebień (obrońcy), Jakub Czerniawski, Kacper Żak, Dawid Matysik,

Michał Adamowski, Paweł Rojek, Mykita Łoboda (pomocnicy), Mateusz Tkacz, Maciej Grochowski, Łukasz Cygan, Mateusz Buganik i Wojciech Bartyzel (napastnicy). Trenerem drużyny jest Marcin Janik. Pierwszy mecz Korona rozegrała na wyjeździe z drużyną Spójnia Osno Lubuskie. Zakończył się bezbramkowym remisem. Do sezonu zawodnicy przygotowywali się podczas ciężkich treningów i sparingów. Pierwszy mecz towarzyski rozegrali w sobotę, 27 czerwca, w Gubinie. Pojedynek z Cariną zakończył się remisem 3:3. Dwa gole strzelił Łukasz Cygan, a jednego Paweł Rojek. W sobotę, 4 lipca, w Żaganiu Korona odniosła wyraźne zwycięstwo

nad gospodarzami 4:0. Hat tricka na swoim koncie odnotował Nikita Łoboda, jedną bramkę zdobył Kacper Żak. W sobotę, 11 lipca, zawodnicy z Koźuchowa pokonali Odrę Bytom Odrzański 6:0. Celne strzały do bramki przeciwnika oddali Łukasz Cygan, Denis Lesiuk i Mateusz Tkacz, hat trickiem popisał się Nikita Łoboda. Młodszy zawodnicy w ostatnim czasie również nie próżnowali. W czwartek, 25 czerwca, orlicy (rocznik 2011/2010) oraz młodzicy (rocznik 2009/2008) rozegrali sparingi z AP Falubaz Nowa Sól. Spotkania były wyrównane, padło wiele bramek. Starsi zawodnicy swój pojedynek wygrali 4:2, a młodszy 7:4.



Sparingi LKP Stypułów

Piłkarze ze Stypułowa w czerwcu rozegrali kilka sparingów.

W niedzielę, 14 czerwca, zagrali mecz towarzyski w Borowie Wielkim z drużyną MKS II Nowe Miasteczko. Spotkanie zakończyło się wynikiem 5:1 dla stypułowian. Na murawę wybiegło wielu młodych zawodników, którzy pokazali się z

dobrej strony. Gole dla LKP Stypułów strzelali: Konrad Gabiga, Marek Bogiel, Eryk Jagiełło, Mateusz Sikorski i Mateusz Pytka. W niedzielę, 21 czerwca, zawodnicy na wyjeździe zmierzyli się z drużyną Zorza Brzeźnica. Sparing zakończył się remisem 3:3. Hat tricka dla Stypułowa zdobył Konrad Gabiga.

fol. Cuprum Czciradz



Lipcowe sparingi Cuprum Czciradz

Pierwsze mecze w piłkarskiej klasie A rozpoczną się w sierpniu. Spotkanie inauguracyjne sezonu Cuprum Czciradz rozegra w sobotę, 8 sierpnia, na własnym boisku. Rywalem drużyny będzie MKS Nowe Miasteczko. Piłkarze drużyny trenują. W lipcu rozegrali kilka sparingów. W sobotę, 4 lipca, drużyna zmierzyła się w

Jeleninie z tamtejszą drużyną. Mecz zakończył się porażką 4:1 dla Cuprum. Jedyńą bramkę dla drużyny z Czciradza zdobył Piotr Marczewski. Dużo lepiej poszło piłkarzom w niedzielę, 12 lipca, w Wierzbnicy. Mecz z tamtejszą drużyną zakończył się wynikiem 7:0 dla Cuprum Czciradz. Trzymamy kciuki za nowy sezon!