

kwartalnik nr 2/2026 (21) ISSN 2720-0175

Pismo
Samorządu
Powiatu
Tomaszowskiego



POWIAT TOMASZOWSKI

S E R C E R O Z T O C Z A



Zdjęcie: Kancelaria Prezydenta RP

W TYM NUMERZE:

3

WYDARZENIA

Henryk Karwan odznaczony Złotym Krzyżem Zasługi przez Prezydenta RP

Kalendarium

18

WOJSKO

Między mitem a rzeczywistością.
Jak naprawdę wygląda służba w Wojskach Obrony Terytorialnej?

21

HISTORIA

86. rocznica Zbrodni Katyńskiej oraz pamięci Deportacji Polaków na Sybir

22

WYDARZENIA

Rowerowe Roztocze.
Drogi pieszo-rowerowe w obszarach wiejskich

35-lecie Straży Granicznej i uroczyste utworzenie Placówki Straży Granicznej w Ułhówku

23

SPOŁECZEŃSTWO

Poznaj Szkoły Powiatu Tomaszowskiego

Jak przygotować się do podróży poza granice Polski

26

NATURA

Trasa rowerowa - od źródeł Wieprza do roztoczańskich wzgórz

28

WYDARZENIA

Rowerowa przygoda przez leśne ścieżki – Na szlaku przygody

30

NATURA

Ziołowe Skarby – WIOSNA
Skarby Naszych Łąk i Lasów:
Przewodnik po Dzikich Roślinach Jadalnych cz.2 – zapomniane skarby polskiej przyrody.

34

SPOŁECZEŃSTWO

Projekt Rodzina daje siłę

36

ZDROWIE

Profilaktyka zdrowotna
- dlaczego warto działać zanim pojawi się choroba

38

WYDARZENIA

Starostwo Powiatowe otrzymało tytuł „Instytucji Wspierającej Honorowe Krwiodawstwo”

I Złot Motocyklowy „Przez Roztocze do Niepodległości”

41

OBYCZAJE

Noc świętojańska – między dawnym obrzędem i współczesnym świętowaniem

Powiatowa Noc Świętojańska w Żytce



www.powiat-tomaszowski.com.pl

02/2026 (21)

Pismo Powiatu Tomaszowskiego

Kwartalnik

nakład 3000 egz.

ISSN 2720-0175

Redaguje Zespół Wydziału Promocji i Rozwoju Starostwa Powiatowego w Tomaszowie Lubelskim.

WYDAWCA

Wydział Promocji i Rozwoju

Starostwo Powiatowe w Tomaszowie Lubelskim

ul. Lwowska 68

22-600 Tomaszów Lubelski

tel. 84 664 12 53

e-mail: redakcja@etomaszow.org.pl

Henryk Karwan odznaczony Złotym Krzyżem Zasługi przez Prezydenta RP

Miło nam poinformować, że 26 maja Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski został odznaczony przez Prezydenta RP Karola Nawrockiego Złotym Krzyżem Zasługi za zasługi w działalności na rzecz samorządu terytorialnego w Polsce.

To wyjątkowe odznaczenie państwowe jest wyrazem uznania dla wieloletniej pracy służącej rozwojowi samorządu, zaangażowania w sprawy mieszkańców oraz działań podejmowanych dla dobra Powiatu Tomaszowskiego.

Serdecznie gratulujemy Staroście Henrykowi Karwanowi tego zaszczytnego wyróżnienia i życzymy dalszych sukcesów w pracy samorządowej oraz nieustającej satysfakcji z realizowanych działań na rzecz lokalnej społeczności.



KALENDARIUM

KWIECIEŃ 2026

- 1 kwietnia** przedstawiciele Powiatu Tomaszowskiego: Jarosław Korzeń Wicestarosta, Wiesław Cielica Członek Zarządu Powiatu oraz Jan Kowalczyk Radny Powiatu uczestniczyli w uroczystościach upamiętniających tragiczne wydarzenia, jakie rozegrały się 1 kwietnia 1944 roku w miejscowości Poturzyn, kiedy to oddziały UPA dokonały brutalnego mordu na ludności cywilnej, w wyniku którego życie straciło 162 Polaków.



- 1 kwietnia** w Szkole Podstawowej im. gen. Nikodema Sulika w Lubyczy Królewskiej odbył się II Powiatowy Sejmik Samorządów Uczniowskich Szkół Podstawowych pod hasłem „Świadomi. Bezpieczni.” W wydarzeniu, pełnym wartościowych prelekcji i de-

bat z udziałem przedstawicieli różnych służb oraz instytucji, w imieniu Henryka Karwana – Starosty Tomaszowskiego uczestniczył Dariusz Czop – Członek Zarządu Powiatu Tomaszowskiego.



- 8 kwietnia**, Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski uczestniczył w spotkaniu roboczym przedstawicieli powiatów: jarosławskiego, bieszczadzkiego, przemyskiego oraz lubaczowskiego. Rozmowy koncentrowały się na wypracowaniu konkretnych kierunków działań oraz ustaleniu kolejnych, ważnych kroków w ramach rozwijającej się inicjatywy współpracy przygranicznej.

- **12 kwietnia** w Tomaszowie Lubelskim odbyły się uroczyste obchody 86. rocznicy Zbrodni Katyńskiej oraz pamięci Deportacji Polaków na Sybir.
- **14 kwietnia** odbyły się obchody Narodowego Święta Chrztu Polski – wyjątkowej rocznicy jednego z najważniejszych wydarzeń w naszej historii. To właśnie w 966 roku książę Mieszko I przyjął chrzest, wprowadzając Polskę do wspólnoty chrześcijańskiej i europejskiej. Ten symboliczny moment uznawany jest za początek państwowości polskiej.

1060. rocznica Chrzeztu Polski — 966 – 2026 —



- **17 kwietnia** w I Liceum Ogólnokształcącym w Tomaszowie Lubelskim odbyły się Rejonowe Mistrzostwa Pierwszej Pomocy dla szkół średnich z powiatu tomaszowskiego, zorganizowane przez Polski Czerwony Krzyż. Wydarzenie zgromadziło młodzież, która mogła sprawdzić swoje umiejętności udzielania pierwszej pomocy. W mistrzostwach Starostę Tomaszowskiego reprezentowali: Piotr Kielar – Sekretarz Powiatu oraz Dominika Janicka – Dyrektor Wydziału Oświaty, Kultury i Kultury Fizycznej.



- **21 kwietnia** na obiektach sportowych Szkoły Podstawowej w Łosińcu odbyły się Mistrzostwa Powiatu Tomaszowskiego w biegach przełajowych. W wydarzeniu wzięło udział około 500 zawodników z 17 szkół podstawowych z terenu powiatu, co świadczy o dużym zainteresowaniu sportem i aktywnością fizyczną wśród młodzieży. Zawody były nie tylko okazją do sportowej rywalizacji, ale także do promowania zdrowego stylu życia, wytrzymałości oraz zasad fair play.



- **22 kwietnia** Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski wziął udział w uroczystym ślubowaniu członków Młodzieżowej Drużyny Pożarniczej działającej przy Ochotniczej Straży Pożarnej w Tomaszowie Lubelskim.



- **24 kwietnia** maturzyści szkół ponadpodstawowych uroczystie zakończyli rok szkolny. To ważny etap w życiu młodego człowieka, symbolicznie zamykający jeden rozdział i otwierający kolejny. Serdecznie gratulujemy wszystkim Absolwentom wytrwałości, osiągnięć oraz ukończenia szkoły średniej. To efekt wielu lat pracy, zaangażowania i determinacji.
- **25 kwietnia** Powiat Tomaszowski, wspólnie z powiatami tworzącymi Związek Powiatów Południowo-Wschodnich – Powiatem Jarosławskim, Powiatem Lubaczowskim, Powiatem Przemyskim oraz Powiatem Bieszczadzkim – uczestniczył w uroczystym otwarciu sezonu turystycznego województwa podkarpackiego, które odbyło się na rynku w Jarosławiu.
- **25 kwietnia** po otwarciu granicy rodziny ofiar i wolontariusze mogli udać się do Worochty, by uporządkować groby 44 Polaków zamordowanych 4 kwietnia 1944 roku. W wydarzeniu wzięło udział ponad 30 osób, w tym duchowni, samorządowcy i wolontariusze. Ze strony Powiatu Tomaszowskiego w wydarzeniu udział wzięli: Jarosław Korzeń – Wicestarosta oraz Wiesław Cielica – Członek Zarządu Powiatu. Prace obejmowały sprzątanie cmentarza, uporządkowanie mogił oraz zapalenie zniczy ku pamięci ofiar.



- **26 kwietnia** odbyły się uroczystości upamiętniające wydarzenia z 1943 roku, zorganizowane w ramach VII rekonstrukcji bitwy pod Zaborcznem – „Zamojszczyzna 1943”. Program obchodów obejmował m.in. złożenie wieńców pod pomnikiem w Kolonii Partyzantów, mszę świętą w intencji żołnierzy Batalionów Chłopskich oraz Armii Krajowej, a także inscenizację historyczną oraz prezentację grup rekonstrukcyjnych i sprzętu wojskowego. Wydarzeniu towarzyszyły również wystawy pamiątek wojennych oraz inicjatywy o charakterze edukacyjnym i integracyjnym. Powiat Tomaszowski podczas uroczystości reprezentował Jarosław Korzeń – Wicestarosta i Leszek Kołodziej – Radny Powiatu.



- **26 kwietnia** w Tyszowcach odbyło się I Forum Przedsiębiorczości Gminy Tyszowce – wydarzenie poświęcone rozwojowi gospodarczemu oraz współpracy samorządu z lokalnym biznesem. Powiat Tomaszowski podczas forum reprezentował Jarosław Korzeń – Wicestarosta, który wziął czynny udział w panelu dyskusyjnym, dzieląc się doświadczeniem oraz perspektywą samorządu powiatowego w zakresie wspierania przedsiębiorczości i rozwoju lokalnego, a także Wojciech Baj – Radny Powiatu



- **27 kwietnia** w Starostwie Powiatowym w Tomaszowie Lubelskim odbyło się szkolenie dla sołtysów oraz członków rad sołeckich z terenu powiatu tomaszowskiego pn. „Sołectwo w pigułce, czyli co każdy sołtys wiedzieć powinien”. Organizatorem wydarzenia było Stowarzyszenie – Zrzeszenie Sołtysów RP w Tomaszowie Lubelskim. Uczestników spotkania przywitał Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski, dziękując sołtysom za ich codzienną pracę i zaangażowanie w działania na rzecz mieszkańców. W wydarzeniu uczestniczył także Piotr Kielar – Sekretarz Powiatu. Szkolenie prowadziła Grażyna Jałgos-Dębska – ekspertka w zakresie działalności sołectw, trenerka i wieloletnia działaczka na rzecz środowisk wiejskich.



- **27 kwietnia** w Starostwie Powiatowym w Tomaszowie Lubelskim podpisano umowę nr PR.273.27.2026, zawartą w wyniku przeprowadzenia postępowania o udzielenie zamówienia publicznego w trybie przetargu nieograniczonego. Projekt „e-Geodezja II – uzupełnienie cyfrowego zasobu geodezyjnego województwa lubelskiego”. Powiat Tomaszowski, jako Zamawiającego, reprezentowali: Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski, Kierownik Wydziału Powiatowego Ośrodka Dokumentacji Geodezyjnej i Kartograficznej Elżbieta Piasecka, Dyrektor Wydziału Geodezji, Kartografii, Katastru i Nieruchomości Gustaw Suski oraz pracownik wydziału PODGiK Agata Majewska. Umowa została podpisana przy kontrasygnacie Skarbnika Powiatu Grażyny Murjas. Ze strony

Wykonawcy GCPS SP.Z.O.O., umowę podpisał Prezes Zarządu Krystian Blicharski. Realizacja projektu „e-Geodezja II” przyczyni się do dalszej cyfryzacji zasobów geodezyjnych oraz usprawnienia dostępu do danych w województwie lubelskim.



zagadnienia związane z zarządzaniem kryzysowym, współpracą samorządów z administracją oraz przygotowaniem lokalnych społeczności na sytuacje zagrożenia bezpieczeństwa państwa. Organizatorem szkolenia było Wojskowe Centrum Rekrutacji w Zamościu.



- **28 kwietnia** w Warszawie odbyła się jubileuszowa gala programu #KOMÓRKOMANIA!, organizowanego przez Fundację DKMS. Program od lat przyczynia się do zwiększania świadomości na temat nowotworów krwi oraz idei dawstwa szpiku. Podczas wydarzenia podsumowano 10 lat działalności edukacyjnej, w ramach której młodzież angażuje się w działania promujące odpowiedzialność społeczną i ideę pomocy drugiemu człowiekowi poprzez rejestrację jako potencjalni dawcy. Podczas gali wyróżniono szkoły szczególnie zaangażowane w działania programu. I Liceum Ogólnokształcące im. B. Głowackiego otrzymało nagrodę za największą liczbę przeprowadzonych akcji rejestracyjnych. W imieniu szkoły nagrodę odebrała Pani Dorota Stawarska, inicjatorka i koordynatorka działań w tej szkole
- **30 kwietnia** Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski wspólnie z Członkami Zarządu Powiatu: Jarosławem Korzeniem – Wicestarostą, Wojciechem Bajem oraz Wiesławem Cielicą, przekazali profesjonalne rękawice bokserskie dla zawodników ze Stowarzyszenia Klub Bokserski Stowarzyszenie Klub Bokserski FENIX.
- **30 kwietnia** Przedstawiciele Powiatu Tomaszowskiego, Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski i Witold Pitura Przewodniczący Rady Powiatu Tomaszowskiego uczestniczyli w uroczystości jubileuszu 15-lecia działalności Koła Gospodyń Wiejskich w Ułowie.
- **29 kwietnia** w Starostwie Powiatowym w Tomaszowie Lubelskim odbyło się szkolenie dla wójtów oraz pracowników gmin z terenu powiatu tomaszowskiego pn. „Odporność gminy i sołectwa na wypadek zagrożenia bezpieczeństwa”. Podczas spotkania poruszane były
- **2 maja** w Dniu Flagi Rzeczypospolitej Polskiej na placu Starostwa Powiatowego w Tomaszowie Lubelskim odbyła się uroczystość podniesienia flagi państwowej na maszt. W wydarzeniu uczestniczyli przedstawiciele



władz Powiatu Tomaszowskiego na czele ze Starostą Tomaszowskim Henrykiem Karwanem, a także reprezentanci służb mundurowych – Policji, Państwowej Straży Pożarnej, Straży Granicznej oraz Wojsk Obrony Terytorialnej. Obecni byli również dyrektorzy jednostek organizacyjnych powiatu oraz poczty sztandarowe szkół ponadpodstawowych z terenu powiatu tomaszowskiego.



- **2 maja** w Nabrożu odbyły się uroczyste obchody 100-lecia powstania Ochotniczej Straży Pożarnej. W wydarzeniu Powiat Tomaszowski reprezentował Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski który przekazał na ręce strażaków słowa wdzięczności za ich służbę, poświęcenie i gotowość do niesienia pomocy, życząc jednocześnie kolejnych lat owocnej działalności oraz bezpiecznych powrotów z każdej akcji.



- **2 maja** w Majdanie Krynickim odbyła się uroczystość poświęcenia nowego samochodu ratowniczo-gaśniczego dla miejscowej jednostki OSP. W wydarzeniu, na zaproszenie Zarządu oraz druhów Ochotniczej Straży Pożarnej w Majdanie Krynickim, uczestniczył Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski.



- **2 maja** na placu przy remizo-świetlicy OSP w Bełżcu odbyły się obchody 40-lecia Ochotniczej Straży Pożarnej Bełżec II. Uroczystości obejmowały m.in. mszę polową, uroczysty apel oraz wręczenie odznaczeń, podczas których uhonorowano druhny i druhów. Podsumowano również działalność jednostki. W wydarzeniu uczestniczyli przedstawiciele władz samorządowych, służb, mieszkańcy oraz zaproszeni goście, w tym Jarosław Korzeń – Wicestarosta, reprezentujący Powiat Tomaszowski.



- **3 maja** program słowno-muzycznym przygotowany przez uczniów Szkoły Podstawowej Nr 1 im. Orłów Lwowskich oraz Msza Święta w imieniu Ojczyzny rozpoczęły uroczystości z okazji 235. rocznicy uchwalenia Konstytucji 3 Maja. W wydarzeniu Powiat Tomaszowski reprezentowali: Witold Pitura – Przewodniczący Rady Powiatu, Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski oraz Jarosław Korzeń – Wicestarosta.



- **3 maja** w Jarczowie odbyły się Gminne Obchody Święta Konstytucji, które miały uroczysty i podniosły charakter. W uroczystości uczestniczył Dariusz Czop – Członek Zarządu Powiatu Tomaszowskiego. Wydarzenie było wyrazem pamięci o historii oraz wspólnoty lokalnej



- **7 maja** w Lubaczowie odbyła się XVII Pielgrzymka Samorządów Terytorialnych. W wydarzeniu uczestniczył Starosta Tomaszowski Henryk Karwan, reprezentując Powiat Tomaszowski podczas wspólnej modlitwy oraz spotkania środowisk samorządowych z całego regionu.



- **7 maja** w Gminnym Ośrodku Kultury w Krynicach odbyło się spotkanie informacyjne dotyczące modernizacji ewidencji gruntów i budynków (EGiB), z udziałem przedstawicieli Starostwa Powiatowego w Tomaszowie Lubelskim oraz wykonawcy prac geodezyjnych. W wydarzeniu uczestniczyli: Elżbieta Piasecka – Kierownik Powiatowego Ośrodka Dokumentacji Geodezyjnej i Kartograficznej, Agata Majewska – pracownik ODGiK oraz Piotr Pliszko – Dyrektor Zarządzający Przedsiębiorstwa Usług Geodezyjno-Projektowych „GEOMIAR” Sp. z o.o. Obecni byli również mieszkańcy Gminy Krynice.



- **8 maja** w Gminnym Ośrodku Kultury w Suścu odbyły się obchody Powiatowego Dnia Bibliotekarza. W wydarzeniu uczestniczył Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski, który podziękował bibliotekarzom za ich codzienną pracę, zaangażowanie oraz wkład w rozwój czytelnictwa i życia kulturalnego naszego powiatu. Uroczystość uświetnił koncert uczniów Szkoły Casio, który spotkał się z bardzo ciepłym przyjęciem uczestników wydarzenia.



- **9 maja** w Lublinie odbył się Wojewódzki Przegląd Kapel i Śpiewaków Ludowych – etap wojewódzki 60. Ogólnopolskiego Festiwalu Kapel i Śpiewaków Ludowych w Kazimierzu Dolnym. Powiat Tomaszowski reprezentowali artyści wyłonieni podczas eliminacji międzypowiatowych organizowanych przez Gminny Ośrodek Kultury w Suścu oraz Centrum Spotkania Kultur w Lublinie.



- **10 maja** na terenie byłego obozu w Błudku odbyły się uroczystości patriotyczne poświęcone pamięci Żołnierzy Armii Krajowej. W wydarzeniu uczestniczyli przedstawiciele samorządów, delegacje szkół, harcerze, mieszkańcy oraz zaproszeni goście. Powiat Tomaszowski reprezentowali Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski oraz Radni Rady Powiatu w Tomaszowie Lubelskim: Anna Kijko i Tadeusz Suski.



- **13 maja** w Lublinie odbyło się uroczyste wręczenie umów o dofinansowanie projektów realizowanych w ramach programu Fundusze Europejskie dla Lubelskiego 2021–2027. Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski oraz Wiesław Bondyra – Dyrektor Powiatowego Urzędu Pracy w Tomaszowie Lubelskim odebrali z rąk Marszałka Województwa Lubelskiego Jarosława Stawiarskiego umowy na dofinansowanie projektów wspierających mieszkańców powiatu tomaszowskiego. Środki zostaną przeznaczone m.in. na aktywizację zawodową osób bezrobotnych, dotacje na rozpoczęcie działalności gospodarczej oraz szkolenia podnoszące kwalifikacje zawodowe.



- **15 maja** w Lublinie odbyła się uroczysta gala wręczenia statuetek w konkursie „Diamenty Kultury Województwa Lubelskiego”, organizowanym przez Urząd Marszałkowski Województwa Lubelskiego oraz Centrum Spotkania Kultur w Lublinie. W wydarzeniu uczestniczyli przedstawiciele Pikniku Historycznego organizowanego przez Powiat Tomaszowski i Stowarzyszenie Samorządów Powiatu Tomaszowskiego, który znalazł się w gronie wydarzeń nominowanych na szczeblu wojewódzkim.
- **17 maja** strażacy z OSP Szarowola świętowali uroczystość 100-lecia istnienia. Uroczystości połączone z Powiatowym Dniem Strażaka. W wydarzeniu uczestniczyli Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski i Witold Pitura Przewodniczący Rady Powiatu Tomaszowskiego, którzy złożyli strażakom serdeczne gratulacje i podziękowania za wieloletnie zaangażowanie, poświęcenie i działalność społeczną.



- **17 maja** w Tyszowcach odbyły się uroczystości patriotyczne upamiętniające 163. rocznicę bitwy z okresu Powstania Styczniowego. Bitwa ta stoczona pod Dąbrową w maju 1863 roku przypomina o bohaterstwie powstańców walczących z wojskami rosyjskimi. Powiat Tomaszowski podczas uroczystości reprezentował Wiesław Cielica – Członek Zarządu.



- **18 maja** w ramach realizowanego przez Zespół Szkół Techniczno-Zawodowych im. Macieja Rataja w Tomaszowie Lubelskim programu Erasmus + Starostwo Powiatowe w Tomaszowie Lubelskim gościło młodzież z Litwy wraz z opiekunami. Gości powitali Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski, Jarosław Korzeń – Wicestarosta oraz Dariusz Czop – Członek Zarządu, życząc im miłego pobytu oraz wielu pozytywnych wrażeń podczas poznawania naszego powiatu.



- **20 maja** w Sali Konferencyjnej Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Tomaszowie Lubelskim odbyła się uroczysta zbiórka z okazji Dnia Strażaka 2026. Powiat Tomaszowski reprezentowali Dariusz Czop – Członek Zarządu oraz Grażyna Murjas – Skarbnik Powiatu Tomaszowskiego. Podczas uroczystości wręczono odznaczenia, wyróżnienia oraz awanse na wyższe stopnie służbowe. Odbyła się także prezentacja pojazdów i sprzętu pożarniczego.



- **22 maja** w Lubyczy Królewskiej odbyły się uroczyste obchody Święta Straży Granicznej połączone z 10. rocznicą nadania Placówce Straży Granicznej imienia płk. Wojciecha Stanisława Wójcika. Uroczystości rozpoczęły się Mszą Świętą w Kościele Parafialnym, po której odbył się uroczysty apel w Parku Miejskim w Lubyczy Królewskiej. W wydarzeniu uczestniczył Dariusz Czop – Członek Zarządu Powiatu, reprezentując Powiat Tomaszowski.



- **23 maja** w Pałacu Łosiów w Narolu odbyły się Obchody Pamięci Armii Krajowej połączone z 82. rocznicą Obrony Narola. Uroczystość była wyrazem pamięci i hołdu dla żołnierzy Armii Krajowej oraz wszystkich bohaterów walczących o wolność Ojczyzny. W wydarzeniu uczestniczył Wiesław Cielica – Członek Zarządu Powiatu Tomaszowskiego.



- **24 maja** w Róży odbyły się uroczystości patriotyczno-religijne upamiętniające 83. rocznicę bitwy pod Różą oraz pomordowanych mieszkańców Róży i łuszczących podczas II wojny światowej. W programie obchodów znalazły się m.in. część artystyczna, Msza Święta polowa oraz złożenie wieńców pod pomnikiem. Powiat Tomaszowski reprezentowali Jarosław Korzeń – Wicestarosta oraz Tadeusz Suski – Radny Powiatu.



- **24 maja** w Gródku odbyły się uroczyste obchody Jubileuszu 110-lecia działalności Ochotniczej Straży Pożarnej w Gródku połączone z Gminnym Dniem Strażaka. Obchody rozpoczęły się zbiórką delegacji przy remizo-światlicy, następnie uczestnicy wzięli udział we Mszy Świętej oraz przemarszu na plac uroczystości. W programie znalazły się m.in. podniesienie flagi państwowej, wręczenie odznaczeń i medali pożarniczych, ślubowanie nowych druhów oraz koncert orkiestry dętej OSP z Tomaszowa Lubelskiego. W wydarzeniu uczestniczyli przedstawiciele władz samorządowych, służb oraz mieszkańcy gminy. Starostę Tomaszowskiego reprezentował Dariusz Czop – Członek Zarządu Powiatu.



- **25 maja** odbyły się uroczyste obchody 35-lecia Straży Granicznej połączone z utworzeniem Placówki Straży Granicznej w Ulhówku. W wydarzeniu uczestniczył Komendant Główny Straży Granicznej gen. dyw. SG Robert Bagan, przedstawiciele władz państwowych, samorządowych oraz służb mundurowych. Powiat Tomaszowski reprezentowali Wicestarosta Jarosław Korzeń oraz Wiesław Cielica – Członek Zarządu Powiatu.
- **W dniach 25–26 maja** odbyła się konferencja „Praktyczne rozwiązania w pomocy społecznej”, poświęcona współpracy międzyinstytucjonalnej oraz wymianie doświadczeń w obszarze wsparcia społecznego, podczas której Powiat Tomaszowski reprezentowali Jarosław Korzeń – Wicestarosta, Prezes Zarządu Stowarzyszenia Samorządów Powiatu Tomaszowskiego oraz Dariusz Czop – Członek Zarządu.



- **W dniach 26–29 maja** w Natęczowie odbywał się XXVI Ogólnopolski Kongres Zarządców Dróg Powiatowych – wydarzenie gromadzące samorządowców, ekspertów oraz przedstawicieli zarządów dróg z całej Polski. Powiat Tomaszowski reprezentował Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski wraz z przedstawicielami Zarządu Dróg Powiatowych w Tomaszowie Lubelskim. Podczas kongresu poruszane były tematy związane z bezpieczeństwem na drogach, nowoczesną infrastrukturą oraz ochroną środowiska w drogownictwie.



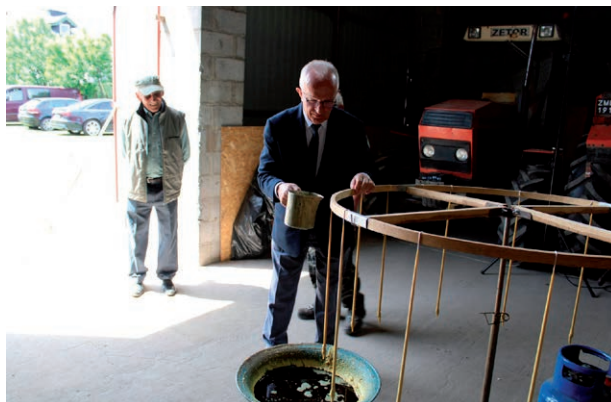
- **27 maja** Członek Zarządu Powiatu Tomaszowskiego Dariusz Czop uczestniczył w uroczystym podsumowaniu kampanii edukacyjnej „Misja 112 – jeden numer, tysiąc szans”, organizowanej przez Kuratorium Oświaty w Lublinie Delegaturę w Zamościu. Finał kampanii edukacyjnej odbył się w ramach Dni Promocji Zdrowia organizowanych przez Urząd Miasta Tomaszów Lubelski. Podczas wydarzenia Dariusz Czop wręczył nagrody laureatom konkursów plastycznych oraz konkursu na spot filmowy, realizowanych w ramach kampanii. Nagrody zostały ufundowane m.in. przez Powiat Tomaszowski, który aktywnie wspiera inicjatywy edukacyjne i społeczne skierowane do dzieci i młodzieży.



- **29 maja** w Majdanie Sopockim Pierwszym odbyły się obchody Dnia Dziecka pod Honorowym Patronatem Starosty Tomaszowskiego. Wydarzenie, zorganizowane przez Szkołę Podstawową im. Marii Konopnickiej oraz Radę Rodziców, pełne było atrakcji i wspólnej zabawy. W uroczystości uczestniczył także Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski, który złożył dzieciom życzenia radości, rozwijania pasji i spełniania marzeń.



- **29 maja** w Tyszowcach odbyły się warsztaty wylewania olbrzymich świec tyszowieckich – wyjątkowego elementu regionalnej tradycji sięgającej czasów potopu szwedzkiego. W wydarzeniu uczestniczył również Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski. Uczestnicy mieli okazję poznać proces tworzenia charakterystycznych świec oraz samodzielnie spróbować swoich sił w tym unikalnym rękodziele.



- **31 maja** odbył się Rodzinny Rajd z Survivalem – Na szlaku przygody, który zgromadził około 100 uczestników.

CZERWIEC 2026

- **1 czerwca** przy Starostwie Powiatowym w Tomaszowie Lubelskim odbył się Powiatowy Dzień Dziecka „Mundur, Pasja, Zabawa”. Dzieci miały okazję bliżej poznać pracę służb mundurowych, zobaczyć z bliska pojazdy oraz sprzęt wykorzystywany na co dzień przez funkcjonariuszy. Ogromnym zainteresowaniem cieszył się również tor przeszkód, gry, animacje i spotkania z przedstawicielami służb.



- **3 czerwca** w Tomaszowskim Domu Kultury odbyła się XXV edycja ogólnopolskiej akcji „Cała Polska czyta dzieciom”. Powiat Tomaszowski podczas wydarzenia reprezentowali Starosta Tomaszowski – Henryk Karwan oraz Wicestarosta Jarosław Korzeń, którzy wspólnie z dziećmi uczestniczyli w tym wyjątkowym wydarzeniu promującym czytelnictwo i rozwój najmłodszych mieszkańców naszego powiatu. Organizatorem wydarzenia był Specjalny Ośrodek Szkolno – Wychowawczy im. Janusza Korczaka w Tomaszowie Lubelskim.



- **3 czerwca** w II Liceum Ogólnokształcącym w Tomaszowie Lubelskim odbyło się uroczyste podpisanie porozumienia o objęciu patronatem klasy europejsko-lingwistycznej przez Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie. W wydarzeniu uczestniczył Starosta Tomaszowski. Dzięki współpracy uczniowie będą mogli brać udział w wydarzeniach, wykładach i warsztatach prowadzonych przez kadrę akademicką, a studenci UMCS będą odbywać praktyki merytoryczne w tomaszowskim „Ekonomiku”. Porozumienie ma na celu wspieranie rozwoju młodzieży oraz zacieśnianie współpracy między szkołą a uczelnią.



- **3 czerwca** w Niepublicznej Szkole Podstawowej w Łuszczaczu odbył się Dzień Rodziny, łączący obchody Dnia Dziecka, Dnia Matki i Dnia Ojca. Wydarzenie odbyło się pod Honorowym Patronatem Starosty Tomaszowskiego. Starostę Tomaszowskiego podczas uroczystości reprezentował Piotr Kielar – Sekretarz Powiatu.



- **6 czerwca** w Zimnie odbyły się uroczyste obchody 70-lecia Ochotniczej Straży Pożarnej w Zimnie oraz 15-lecia Koła Gospodyń Wiejskich w Zimnie. W imieniu Starosty Tomaszowskiego Henryka Karwana Radna Powiatu – Małgorzata Bryk na ręce organizatorów przekazała gratulacje i wyrazy uznania za wieloletnią służbę, społeczne zaangażowanie oraz aktywną działalność na rzecz mieszkańców. W uroczystościach uczestniczyła również Aneta Tywoniuk-Małysz – Radna Powiatu.
- **6 czerwca** odbyła się XX Pielgrzymka Dyniska – Uhnów, w której uczestniczył członek Zarządu Powiatu Tomaszowskiego Wiesław Cielica. W wydarzeniu uczestniczył również arcybiskup Mieczysław Mokrzycki.



- **7 czerwca** Wicestarosta Tomaszowski Jarosław Korzeń oraz członek Zarządu Powiatu Tomaszowskiego Wiesław Cielica uczestniczyli w Mszy Świętej odpustowej i uroczystości bierzmowania w kościele pw. św. Antoniego w Dyniskach, stanowiących podsumowanie XX Jubileuszowej Pielgrzymki Dyniska–Uhnów. Z tej okazji na ręce ks. proboszcza został przekazany kielich mszalny.



- **7 czerwca** w malowniczym Szałasie nad Tanwią, na pograniczu powiatu tomaszowskiego i powiatu lubaczowskiego, odbył się XIII Koncert Pieśni Partyzanckiej. Wydarzenie, objęte wspólnym patronatem honorowym Starosty Tomaszowskiego oraz Starosty Lubaczowskiego, zgromadziło licznych wykonawców i miłośników historii regionu. Koncert był wyjątkową okazją do uczczenia pamięci bohaterów Puszczy Solskiej oraz wszystkich uczestników walk o wolność Ojczyzny. Pieśni partyzanckie, będące świadectwem odwagi, poświęcenia i patriotyzmu, wybrzmiały w wykonaniu zespołów śpiewaczych, chórów i solistów, przypominając o wartościach, które przez pokolenia kształtowały polskiego ducha.



- **7 czerwca** odbyły się uroczyste obchody jubileuszu 100-lecia Ochotniczej Straży Pożarnej w Nowinach. Powiat Tomaszowski podczas wydarzenia reprezentowali Witold Pitura Przewodniczący Rady Powiatu Tomaszowskiego oraz Radni Powiatu Anna Kijko i Tadeusz Suski, którzy przekazali druhom okolicznościowy list gratulacyjny oraz wyrazy uznania za wieloletnią służbę i działalność na rzecz lokalnej społeczności.



- **9 czerwca** w Starostwie Powiatowym w Tomaszowie Lubelskim odbyło się posiedzenie Komisji Bezpieczeństwa i Porządku pod przewodnictwem Starosty Tomaszowskiego Henryka Karwana. W spotkaniu uczestniczyli przedstawiciele służb mundurowych oraz jednostek organizacyjnych Powiatu. Głównym tematem obrad były przygotowania do sezonu letniego oraz zapewnienie bezpiecznego wypoczynku dzieci i młodzieży podczas wakacji. Omówiono również dostępność ratowniczą na terenie powiatu oraz bieżącą działalność Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Tomaszowie Lubelskim.



- **9 czerwca** w Starostwie Powiatowym w Tomaszowie Lubelskim odbyło się posiedzenie Rady Społecznej Samodzielnego Publicznego Zespołu Opieki Zdrowotnej w Tomaszowie Lubelskim z udziałem Starosty Tomaszowskiego Henryka Karwana. Podczas obrad omówiono sytuację finansową placówki, zaopiniowano sprawozdanie z wykonania planu finansowego za 2025 rok oraz przedstawiono najważniejsze założenia dotyczące dalszego rozwoju i inwestycji w szpitalu.



- **14 czerwca** na placu przy Gminnym Ośrodku Kultury w Podhorcach odbył się jubileuszowy X Piknik Sołtysów. W wydarzeniu uczestniczył Starosta Tomaszowski, który podziękował sołtysom za ich zaangażowanie i pracę. Program obejmował konkurencje dla sołtysów oraz występy lokalnych zespołów, w tym zespołu Tryton.



- **14 czerwca** odbył się I Złot Motocyklowy „Przez Roztocze do Niepodległości”, zorganizowany wspólnie z Powiatem Tomaszowskim w ramach projektu „Siwa Dolina pamięci”. Pomysłodawcą zlotu był Jarosław Korzeń Prezes Zarządu Stowarzyszenia Samorządów Powiatu Tomaszowskiego, Wicestarosta.
- **14 czerwca** w Posadowie odbyły się uroczystości patriotyczne upamiętniające 82. rocznicę walk pod Posadowem, Rzeczą i Żulicami. Powiat Tomaszowski reprezentowali Wiesław Cielica – Członek Zarządu Powiatu oraz Małgorzata Bryk – Radna Powiatu, którzy w imieniu Starosty Tomaszowskiego uczestniczyli w obchodach i złożyli wiązankę kwiatów pod pomnikiem pamięci.



- **14 czerwca** na stadionie sportowym w Lubyczy Królewskiej odbyły się Powiatowe Zawody Sportowo-Pożarnicze Młodzieżowych Drużyn Pożarniczych, które zgromadziły młodych strażaków z całego powiatu tomaszowskiego. Powiat Tomaszowski reprezentował Dariusz Czop Członek Zarządu Powiatu, który uczestniczył w ceremonii otwarcia oraz wręczeniu nagród drużynom.



- **14 czerwca** w Nowosiótkach odbyły się obchody 75-lecia Ochotniczej Straży Pożarnej w Nowosiótkach połączone z Gminnymi Obchodami Dnia Strażaka. Jubileusz był wyrazem uznania dla druhen i druhów za ich wieloletnią służbę, zaangażowanie oraz gotowość do niesienia pomocy mieszkańcom. W imieniu Henryka Karwana – Starosty Tomaszowskiego w uroczystościach uczestniczył Wiesław Cielica – Członek Zarządu Powiatu Tomaszowskiego.



- **14 czerwca** w Rachaniach odbyło się jubileuszowe X Gminne Święto Truskawki. W wydarzeniu uczestniczył Starosta Tomaszowski, który podziękował lokalnym plantatorom oraz Kołom Gospodyń Wiejskich za ich wkład w promocję regionu. Program święta obejmował konkursy, występy artystyczne oraz prezentację lokalnych potraw i produktów z truskawek.



- **15 czerwca** w Belwederze odbyła się uroczystość wręczenia odznaczeń państwowych przyznanych przez Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej Karola Nawrockiego. W gronie odznaczonych znaleźli się Jacek Wiśniewski oraz Agata Niedziółka.



- **16 czerwca** w Bełżcu odbyły się uroczystości upamiętniające 82. rocznicę Zbrodni UPA na polskich pasażerach pociągu relacji Bełżec-Lwów. Wydarzenie zgromadziło m.in. przedstawicieli władz samorządowych, organizacji społecznych oraz mieszkańców regionu, którzy wspólnie oddali hołd ofiarom tragicznych wydarzeń z 1944 roku. Powiat Tomaszowski podczas uroczystości reprezentował Dariusz Czop – Członek Zarządu.



- **16 czerwca** na boisku Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego im. Janusza Korczaka w Tomaszowie Lubelskim odbyły się Piknik Rodzinny oraz Okręgowe Integracyjne Igrzyska Osób z Niepełnosprawnościami. W wydarzeniu uczestniczył Wicestarosta Tomaszowski Jarosław Korzeń, który wręczył uczestnikom okolicznościowe medale ufundowane przez Starostwo Powiatowe. Celem wydarzenia była integracja, promocja aktywnego stylu życia oraz wspólna zabawa.



- **18 czerwca** w Starostwie Powiatowym w Tomaszowie Lubelskim odbyła się XVII Sesja VII Kadencji Rady Powiatu. Radni rozpatrzyli m.in. Raport o stanie Powiatu Tomaszowskiego za 2025 rok oraz sprawozdanie z wykonania budżetu, udzielając Zarządowi Powiatu absolutorium za 2025 rok. Podjęto także uchwały dotyczące m.in. ochrony zdrowia, wsparcia rodzin oraz zmian w budżecie Powiatu.



- **19 czerwca** odbyły się obchody 80-lecia Zespołu Szkół Techniczno-Motoryzacyjnych w Tomaszowie Lubelskim. W jubileuszu uczestniczyli przedstawiciele władz Powiatu Tomaszowskiego, którzy złożyli społeczności szkolnej gratulacje i podziękowania za wieloletni wkład w kształcenie młodzieży. Uroczystości obejmowały zwiedzanie szkoły, Mszę Świętą oraz oficjalne obchody w budynku Sokolni.



- **21 czerwca** odbyły się uroczystości upamiętniające 46. rocznicę strajku pracowników WSK Świdnik w Tomaszowie Lubelskim. Złożono kwiaty pod Pomnikiem „Solidarności”, odprawiono Mszę Świętą w intencji Ojczyzny oraz wręczono Medale Pro Patria sześciu uczestnikom strajku z 1980 roku.



- **21 czerwca** w Machnówku odbyły się uroczystości z okazji 90-lecia działalności Ochotniczej Straży Pożarnej. Powiat Tomaszowski reprezentował Członek Zarządu Powiatu Wiesław Cielica, który przekazał druhom wyrazy uznania i życzenia dalszej pomyślności oraz wytrwałości w służbie.



- **21 czerwca** w Tomaszowie Lubelskim odbyły się „Marsz dla Życia i Rodziny” oraz „Torowe Mistrzostwa w Jeździe Szybkiej na Rolkach”. W obu wydarzeniach uczestniczył wicestarosta Jarosław Korzeń, reprezentując Powiat Tomaszowski.



- **25 czerwca** w Falkowie odbyła się uroczystość wręczenia stypendiów i nagród dla najzdolniejszych uczniów z Gminy Rachanie. Wyróżnienia zostały ufundowane przez Fundację „Falków” Państwa Lidii i Henryka Malców oraz Powiat Tomaszowski. W wydarzeniu uczestniczył Starosta Tomaszowski – Henry Karwan, który wspólnie z Wójtem Gminy Rachanie Romanem Miedziakiem, dyrektorami szkół, nauczycielami oraz rodzicami gratulował młodzieży osiągniętych sukcesów i dziękował za ich pracę oraz zaangażowanie. Stypendia i nagrody otrzymali uczniowie ze szkół w Rachaniach, Woźuczynie i Michałowie, którzy dzięki systematycznej nauce, wysokim wynikom oraz rozwijaniu swoich pasji zostali uhonorowani za wybitne osiągnięcia edukacyjne.



- **26 czerwca** Starosta Tomaszowski uczestniczył w uroczystym zakończeniu roku szkolnego 2025/2026 w I Liceum Ogólnokształcącym im. Bartosza Głowackiego w Tomaszowie Lubelskim. Podczas wydarzenia wręczył nagrody i wyróżnienia najzdolniejszym uczniom, doceniając ich wysokie wyniki w nauce, sukcesy w olimpiadach oraz aktywność na rzecz szkoły i Powiatu Tomaszowskiego. Słowa podziękowania skierował również do dyrekcji, nauczycieli i pracowników szkoły za ich codzienny trud i zaangażowanie w kształcenie młodzieży. Uroczystość była okazją do podsumowania osiągnięć minionego roku szkolnego oraz złożenia uczniom życzeń bezpiecznych i udanych wakacji.



- **26 czerwca** Starosta Tomaszowski uczestniczył w obchodach jubileuszu 30-lecia Koła Związku Emerytów i Rencistów Pożarnictwa RP w Tomaszowie Lubelskim. Podczas uroczystości złożył gratulacje Zarządowi i członkom Koła, przekazując pamiątkowy grawerton oraz wyrazy uznania za wieloletnią służbę, pielęgnowanie strażackich tradycji i działalność na rzecz lokalnej społeczności.



- **26 czerwca** również w II Liceum Ogólnokształcącym w Tomaszowie Lubelskim odbyła się uroczystość zakończenia roku szkolnego. Powiat Tomaszowski reprezentował Dariusz Czop – Członek Zarządu, który złożył społeczności szkolnej gratulacje oraz życzenia z okazji zakończenia roku szkolnego.



- **26 czerwca** w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Tomaszowie Lubelskim zakończył się rok szkolny 2025/2026. W wydarzeniu uczestniczył Piotr Kielar – Sekretarz Powiatu, który podziękował uczniom, nauczycielom i pracownikom ośrodka za pracę w mijającym roku szkolnym oraz życzył wszystkim bezpiecznego i udanego wypoczynku.



- **28 czerwca** Starosta Tomaszowski uczestniczył w Jarmarku „Spotkanie z Tradycją 2026”, który odbył się przy Muzeum Regionalnym im. Janusza Petera w Tomaszowie Lubelskim. Wydarzenie promowało dziedzictwo kulturowe regionu poprzez prezentacje tradycyjnego rzemiosła, kuchni, muzyki ludowej oraz występy artystyczne, integrując mieszkańców Powiatu Tomaszowskiego i gości.
- **30 czerwca** Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski i Wiceprezes Zarządu Stowarzyszenia Euroregion Roztocze – uczestniczył w Walnym Zgromadzeniu Stowarzyszenia. Podczas obrad podsumowano działalność organizacji, udzielono Zarządowi absolutorium oraz powołano Radę Naukową. Spotkanie było również okazją do omówienia kierunków dalszego rozwoju i współpracy samorządów Euroregionu Roztocze.



- **30 czerwca** w sali narad Starostwa Powiatowego odbyło się Walne Zgromadzenie Roztoczańskiego Związku Powiatowo-Gminnego. Podczas spotkania przyjęto sprawozdania z działalności za poprzedni rok oraz omówiono dalszą współpracę samorządów w ramach Związku. Rozmowy dotyczyły wspólnych działań na rzecz rozwoju regionu Roztocza.



Między mitem a rzeczywistością. Jak naprawdę wygląda służba w Wojskach Obrony Terytorialnej?

Kiedy żołnierze Wojsk Obrony Terytorialnej pojawiają się podczas lokalnych uroczystości, ćwiczeń, albo gdy wspierają służby w czasie powodzi czy innych sytuacji kryzysowych, najczęściej towarzyszą temu dwie równoległe narracje.

Jedna jest prosta i życzliwa. „Dobrze, że są, ktoś musi pomóc”. Druga bywa bardziej sceptyczna, czasem podszyta uśmiechem, czasem powtarzana bez większego zastanowienia. „To ci od weekendowego wojska”.

Obie te opinie mają wspólny mianownik. Wynikają z tego, co widać na pierwszy rzut oka. A to, co widać, rzadko pokazuje pełny obraz.

Wojska Obrony Terytorialnej są dziś częścią systemu bezpieczeństwa państwa, ale jednocześnie pozostają formacją szczególną, bo silnie osadzoną w lokalnych społecznościach. Żołnierzami są ludzie, których mijamy na co dzień. W sklepie, w pracy, na szkolnym korytarzu, w urzędzie czy na drodze powiatowej. I właśnie dlatego wokół tej formacji narosło tak wiele opinii, które nie zawsze nadążają za rzeczywistością.

Warto więc przyjrzeć się trzem najczęściej powtarzanym przekonaniom i sprawdzić, jak wygląda praktyka.

„PRZECIEŻ TO TYLKO WEEKENDOWE WOJSKO”

To jedno z najczęściej powtarzanych określeń, które w pewnym sensie uprościło obraz całej formacji. Rzeczywistość jest jednak bardziej złożona.

Służba w Wojskach Obrony Terytorialnej nie ogranicza się do jednego weekendu w miesiącu. To system szkolenia, który obejmuje zarówno intensywne przygotowanie początkowe, jak i cykliczne szkolenia rotacyjne, ćwiczenia zgrywające oraz udział w większych przedsięwzięciach szkoleniowych realizowanych wspólnie z wojskami operacyjnymi.

Pierwsze zetknięcie z wojskiem dla wielu ochotników, to kilkanaście wymagających dni szkolenia podstawowego lub wyrównawczego. To czas, w którym cywilne



Dowódca 192. batalionu obrony pogranicza ppłk Grzegorz Sokołowski

życie zostaje na chwilę za bramą jednostki, a jego miejsce zajmuje intensywny program obejmujący podstawy taktyki, szkolenie strzeleckie, medycynę pola walki, łączność oraz zasady działania w zespole.

Dopiero później przychodzi etap regularnego szkolenia rotacyjnego. Weekendowe spotkania są tylko jednym z elementów większej całości. W praktyce system ten oznacza stałe utrzymywanie i rozwijanie umiejętności, a nie ich okazjonalne odświeżanie.

Warto przy tym pamiętać o jeszcze jednym aspekcie, który często umyka w publicznych dyskusjach. Żołnierze WOT nie rezygnują ze swojego życia zawodowego i rodzinnego. Lekarze, nauczyciele, informatycy, strażacy, przedsiębiorcy czy studenci w dni powszednie pełnią

swoje cywilne obowiązki, a w wyznaczonym czasie przechodzą w tryb szkolenia wojskowego.

To nie jest więc „wojsko weekendowe” w sensie jakościowym. To raczej wojsko ludzi, którzy funkcjonują równolegle w dwóch przestrzeniach i w obu muszą zachować pełne zaangażowanie.

„POZIOM SZKOLENIA JEST NIŻSZY NIŻ W WOJSKU ZAWODOWYM”

To przekonanie najczęściej wynika z porównania dwóch różnych modeli służby, które od początku mają inne założenia.

Wojska Obrony Terytorialnej nie są kopią wojsk zawodowych. Ich zadania, struktura i sposób funkcjonowania są dostosowane do innej roli w systemie obronnym państwa.

Szkolenie w WOT obejmuje szeroki zakres zagadnień, od podstawowych umiejętności żołnierskich po elementy działań w środowisku współczesnego pola walki. W ostatnich latach szczególny nacisk położono na medycynę pola walki, działania w terenie zurbanizowanym, rozpoznanie, łączność oraz wykorzystanie nowoczesnych środków obserwacji.

Ważnym elementem jest również adaptacja doświadczeń płynących z aktualnych konfliktów zbrojnych. Wnioski z obserwacji współczesnych działań wojennych przekładają się na zmiany w szkoleniu, które staje się bardziej elastyczne i dostosowane do realnych zagrożeń.

Równolegle rozwija się wyposażenie indywidualne i zespołowe żołnierzy. Nowoczesne systemy łączności, optoelektronika, środki obserwacji, elementy ochrony osobistej oraz sprzęt szkoleniowy sprawiają, że warunki szkolenia w wielu obszarach odpowiadają współczesnym standardom pola walki.

Nie oznacza to jednak, że celem WOT jest osiągnięcie identycznego poziomu wyspecjalizowania jak w przypadku jednostek zawodowych czy specjalnych. Założenie jest inne. Chodzi o przygotowanie żołnierza lekkiej piechoty, który potrafi działać lokalnie, wspierać działania wojsk operacyjnych i reagować w sytuacjach kryzysowych.

Ocena poziomu szkolenia wymaga więc odniesienia do zadań, a nie prostego porównania struktur.

ZA MUNDUREM STOI CZŁOWIEK

W dyskusjach o wojsku łatwo zatrzymać się na poziomie organizacji, struktur i wyposażenia. Tymczasem w przypadku Wojsk Obrony Terytorialnej kluczowe znaczenie ma coś innego.

Człowiek.

W jednej kompanii spotykają się osoby o zupełnie różnych doświadczeniach życiowych. Nauczyciel, który na co dzień pracuje z młodzieżą. Ratownik medyczny, który zna presję czasu z pracy w karetkach. Przedsiębiorca, który zarządza zespołem ludzi. Strażak ochotnik przyzwyczajony do działania w sytuacjach nagłych. Student, który dopiero buduje swoją zawodową drogę.

W warunkach cywilnych rzadko mają okazję działać razem. W mundurze tworzą jeden zespół, w którym doświadczenia z różnych środowisk zaczynają się uzupełniać.

Ta różnorodność nie jest przypadkiem. Jest jedną z cech charakterystycznych WOT i jednocześnie jego realną wartością. W sytuacjach szkoleniowych, a później w działaniach praktycznych, często okazuje się, że to właśnie doświadczenie zdobyte poza wojskiem staje się kluczowe dla powodzenia zadania.

W ten sposób WOT przestaje być abstrakcyjną instytucją. Staje się zbiorem ludzi, których łączy wspólny cel, ale których siła wynika z różnych życiowych doświadczeń.

„W RAZIE PRAWDZIWEGO OBLICZA ZAGROŻENIA I TAK NIE MAJĄ ZNACZENIA”

Ten mit bywa powtarzany najczęściej w odniesieniu do sytuacji, które mieszkańcy pamiętają z własnego doświadczenia.

Powodzie, które wymagały szybkiej reakcji i wsparcia lokalnych służb. Pandemia, która zmieniła codzienne funkcjonowanie całych społeczności. Kryzysy migracyjne, które postawiły przed służbami konkretne zadania logistyczne i organizacyjne. Poszukiwania osób zaginionych. Zabezpieczanie wydarzeń masowych. Wsparcie administracji lokalnej.

W tych sytuacjach żołnierze Wojsk Obrony Terytorialnej byli obecni nie jako odległa struktura, ale jako ludzie działający w swoim najbliższym otoczeniu.

Ich przewagą nie jest wyłącznie wyposażenie czy liczebność. Jest nią znajomość terenu i bliskość społeczności, w której funkcjonują. W praktyce oznacza to krótszy czas reakcji i lepsze rozumienie lokalnych warunków.

W systemie bezpieczeństwa państwa WOT nie zastępuje wojsk operacyjnych. Uzupełnia je, tworząc warstwę reagowania i wsparcia, która w sytuacjach kryzysowych ma znaczenie bardzo praktyczne.

Współczesne doświadczenia pokazują, że bezpieczeństwo nie jest wyłącznie domeną jednej formacji. To system naczyń połączonych, w którym każda część pełni określoną funkcję.

ZAUFANIE, KTÓRE NIE POWSTAJE Z DNIA NA DZIEŃ

W tle wszystkich tych zagadnień pozostaje jeden element, który często nie jest widoczny na pierwszy rzut oka, a który decyduje o skuteczności współpracy.

Zaufanie.

Nie jest ono deklaracją ani hasłem. Jest efektem codziennych działań. Buduje się je podczas wspólnych ćwiczeń, podczas współpracy z samorządami, podczas działań w sytuacjach kryzysowych, a także w zwykłych, lokalnych inicjatywach.

W przypadku Wojsk Obrony Terytorialnej ma ono szczególny wymiar, ponieważ żołnierze są częścią tej samej społeczności, którą wspierają. Nie przyjeżdżają z zewnątrz. Są stąd.

Dlatego współpraca pomiędzy wojskiem a mieszkańcami nie jest relacją abstrakcyjną. Ma charakter bezpośredni i bardzo konkretny. Często opiera się na osobistych kontaktach, które w naturalny sposób wzmacniają skuteczność działań.

Zaufanie działa jednak w obie strony. Wojsko musi ufać społeczności, że w sytuacji kryzysowej będzie mogło liczyć na współpracę. Społeczność ufa, że wojsko będzie obecne wtedy, gdy jest potrzebne.

To właśnie w tym miejscu WOT staje się czymś więcej niż tylko elementem struktury obronnej.

Staje się pomostem pomiędzy systemem bezpieczeństwa państwa a codziennym życiem mieszkańców.

KIEDY MIT USTĘPUJE FAKTOM

Bezpieczeństwo nie zaczyna się w momencie kryzysu. Zaczyna się dużo wcześniej, w codziennej pracy, szkoleniu i współpracy. W budowaniu relacji, które sprawiają, że w trudnych chwilach można działać szybko i skutecznie.

Wojska Obrony Terytorialnej są jednym z elementów tego systemu.

Nie zastępują innych formacji, lecz uzupełniają je, wnosząc do niego coś szczególnego. Bliskość ludzi i miejsca, w którym działają.

Mieszkańcy powiatu coraz częściej mają okazję spotykać żołnierzy nie tylko podczas uroczystości państwowych czy działań kryzysowych, ale również w ramach współpracy ze szkołami, samorządami i lokalnymi instytucjami. To właśnie w takich momentach najlepiej widać, że współpraca cywilno-wojskowa nie jest pojęciem teoretycznym. Jest praktyką.

I być może dlatego, patrząc na żołnierza w mundurze, warto pamiętać, że bardzo często jest to ktoś, kogo znamy z sąsiedztwa. Ktoś, kto po pracy wykonuje zupełnie inne obowiązki, a mimo to znajduje czas, by być częścią systemu, który działa wtedy, gdy jest najbardziej potrzebny.

Zaufanie nie powstaje szybko. Ale raz zbudowane staje się jednym z najtrwalszych elementów bezpieczeństwa.

A właśnie na nim opiera się codzienna służba tych, którzy wybrali Wojsk Obrony Terytorialnej jako swoją dodatkową drogę odpowiedzialności za miejsce, w którym żyją.

Tekst: mł. chor. Andrzej Leśko,
szer. Dagmara Chrzanowska

**19 NADBUŻAŃSKA
BRYGADA OBRONY
TERYTORYALNEJ**

DOŁĄCZ DO NAS!

192 BATALION OBRONY POGRANICZA POTURZYN

KONTAKT:
POTURZYN 105
22-652 TELATYN
TEL. 261 158 026

WOJSKOWE CENTRUM REKRUTACJI
UL. KOSZARY 52
22-400 ZAMOŚĆ
TEL. 261 181 100

**19 NADBUŻAŃSKA BRYGADA OBRONY
TERYTORYALNEJ W CHEŁMIE**
UL. LUBELSKA 168, 22-100 CHEŁM
TEL. 261 161 571, 261 161 515

ZAWSZE GOTOWI. ZAWSZE BLISKO

ZNAJDZ NAS NA:

www.wojsko-polskie.pl/rebort

86. rocznica Zbrodni Katyńskiej oraz pamięci Deportacji Polaków na Sybir

12 kwietnia 2026 r. w Tomaszowie Lubelskim odbyły się uroczyste obchody 86. rocznicy Zbrodni Katyńskiej oraz pamięci Deportacji Polaków na Sybir.

Wydarzenie rozpoczęło się złożeniem wieńców przy pomniku „Golgota Wschodu”. Następnie uczestnicy udali się do kościoła pw. Zwiastowania Najświętszej Maryi Panny, gdzie zapalono znicze przy kolumnie Katyńskiej i kolumnie Pamięci Katastrofy Smoleńskiej oraz wysłuchano programu słowno-muzycznego przygotowanego przez uczniów Szkoły Podstawowej Nr 3.

Kulminacyjnym punktem obchodów była Msza Święta w intencji Polaków pomordowanych przez Rosjan oraz ofiar katastrofy smoleńskiej. Po niej odbył się Marsz Pamięci „Na przeklętą ziemię”, upamiętniający ofiary Zbrodni Katyńskiej i zesłańców na Sybir, przypominając mieszkańcom o tragicznych losach Polaków oraz cenie naszej wolności.

Zbrodnia Katyńska była ciosem wymierzonym w fundamenty przedwojennej Polski – życie stracili oficerowie Wojska Polskiego, policjanci, a także przedstawiciele inteligencji i duchowieństwa. Tragiczne wydarzenia Katynia oraz katastrofy smoleńskiej na trwałe zapisały się w naszej historii i świadomości narodowej.

Na zakończenie wydarzenia wystawę pt. „Zbrodnia Katyńska

1940. Zagłada polskich elit”, zlokalizowaną przy budynku Starostwa Powiatowego w Tomaszowie Lubelskim, otworzyli m.in. Tomasz Zieliński Poseł na Sejm RP, Witold Pitura Przewodniczący Rady Powiatu Tomaszowskiego, Henryk Karwan – Starosta Tomaszowski, Jarosław Korzeń – Wicestarosta.

Składamy serdeczne podziękowania Urzędowi Miasta Tomaszów Lubelski, na czele z Burmistrzem Wojciechem Żukowskim, za przygotowanie i organizację uroczystości, które w godny i podniosły sposób pozwoliły uczcić pamięć ofiar.

Dziękujemy wszystkim uczestnikom za obecność i wspólne oddanie hołdu ofiarom. Pamięć o nich jest naszym obowiązkiem.



Rowerowe Roztocze.

Drogi pieszo-rowerowe w obszarach wiejskich



Projekt współfinansowany w ramach programu Fundusze Europejskie dla Lubelskiego 2021–2027

Okres realizacji projektu: 01.04.2024 r. – 31.12.2028 r.

Beneficjent: Roztoczański Związek Powiatowo-Gminny

Partner: Województwo Lubelskie

Realizatorzy: Gmina Józefów, Gmina Lubycza Królewska, Gmina Szastarka, Powiat biłgorajski, Powiat janowski, Powiat kraśnicki, Powiat tomaszowski, Powiat zamojski

Całkowita wartość projektu: 204 723 058,31 zł

Całkowita wartość wydatków kwalifikowalnych: 204 723 058,31 zł

Kwota dofinansowania z EFRR: 137 962 497,94 zł

Kwota współfinansowania krajowego z budżetu państwa: 7 145 274,38 zł



Po zakończeniu realizacji osiągnięte zostaną m.in. następujące wskaźniki produktu:

- długość utworzonych szlaków turystycznych – 104,42 km
- liczba obiektów dostosowanych do potrzeb osób z niepełnościami – 8 szt.
- liczba obiektów kulturalnych i turystycznych objętych wsparciem – 8 szt.
- liczba wybudowanych obiektów turystycznych i rekreacyjnych – 8 szt.

Przedmiotem inwestycji jest budowa dróg pieszo-rowerowych oraz miejsc obsługi rowerzystów na obszarze Roztocza. W ramach projektu zaplanowano wykonanie dróg pieszo-rowerowych o łącznej długości 104,42 km, o nawierzchni bitumicznej lub – w uzasadnionych przypadkach – szutrowej. Trasy będą prowadzone autonomicznie albo w ciągach dróg gminnych, powiatowych i wojewódz-

kich, z oddzieleniem od ruchu kołowego pasem zieleni niskiej lub oznakowaniem pionowym i poziomym.

Projekt obejmuje również budowę 8 miejsc obsługi rowerzystów wyposażonych w małą architekturę drewnianą, w tym wiaty, ławy, stoły, stojaki rowerowe, tablice informacyjne, stacje napraw rowerów oraz stacje ładowania rowerów elektrycznych. Przewidziano także punktowy montaż oświetlenia, w tym hybrydowych punktów świetlnych, nabycie nieruchomości niezbędnych do realizacji inwestycji oraz kampanię informacyjno-promocyjną.

Celem głównym projektu jest stworzenie sieci dróg rowerowych w takim stopniu, aby Roztocze stało się rozpoznawalną destynacją turystyki rowerowej. Celami szczegółowymi projektu są: zrównoważone wykorzystanie zasobów przyrodniczych i kulturowych oraz rozwój tu-

rystyczny regionu zgodnie z zasadą zrównoważonego rozwoju.

Przedmiotowy projekt będzie miał pozytywny wpływ na zasadę zrównoważonego rozwoju, ponieważ zakłada rozwój infrastruktury turystycznej i rekreacyjnej przy jednoczesnym poszanowaniu środowiska naturalnego oraz walorów przyrodniczych i kulturowych Roztocza.

W dniu 20.05.2026 r. podpisano umowę o dofinansowanie projektu nr FELU.07.10-IZ.00-0002/25-00 z Województwem Lubelskim, pełniącym funkcję Instytucji Zarządzającej programem Fundusze Europejskie dla Lubelskiego 2021–2027. Dofinansowanie ze środków EFRR wynosi do 67,39% całkowitych wydatków kwalifikowalnych projektu, a dofinansowanie z budżetu państwa 3,49%, łączne dofinansowanie ze środków EFRR i budżetu państwa wynosi do 70,88% całkowitych wydatków kwalifikowalnych projektu (67,39% dofinansowanie z EFRR, 3,49% dofinansowanie z budżetu państwa).



#FunduszeEuropejskie
#FunduszeUE

35-lecie Straży Granicznej i uroczyste utworzenie Placówki Straży Granicznej w Ulhówku

25 maja 2026 r. odbyły się uroczyste obchody 35-lecia Straży Granicznej połączone z utworzeniem Placówki Straży Granicznej w Ulhówku. W wydarzeniu uczestniczył Komendant Główny Straży Granicznej gen. dyw. SG Robert Bagan, przedstawiciele władz państwowych, samorządowych oraz służb mundurowych.

Powiat Tomaszowski reprezentowali Wicestarosta Jarosław Korzeń oraz Wiesław Cielica – Członek Zarządu Powiatu oraz przedstawiciele władz samorządowych gmin i miast z terenu Powiatu Tomaszowskiego.

Nowa Placówka SG w Ulhówku zastąpi dotychczasową placówkę w Lubyczy Królewskiej i będzie ochraniać ponad 20-kilometrowy odcinek

granicy państwowej. Komendantem placówki został ppłk SG Jacek Kozak. Inwestycja o wartości 38 mln zł znacząco wzmocni bezpieczeństwo regionu oraz ochronę wschodniej granicy Polski i Unii Europejskiej.

Podczas uroczystości wręczono odznaczenia, wyróżnienia i akty mianowania funkcjonariuszom Straży Granicznej, doceniając ich codzienną służbę i zaangażowanie na rzecz bezpieczeństwa państwa.

Jarosław Korzeń – Wicestarosta oraz Członek Zarządu Wiesław Cielica wręczyli również pamiątkowe graweriony gen. bryg. SG Jackowi Szcząchorowi oraz Komendantowi Placówki SG w Ulhówku ppłk. SG Jackowi Kozakowi.



Gratulujemy wszystkim wyróżnionym i dziękujemy funkcjonariuszom Straży Granicznej za odpowiedzialną służbę!

SPOŁECZEŃSTWO

Poznaj Szkoły Powiatu Tomaszowskiego

Od **04.05.2026 r.** do **30.06.2027 r.** Powiat Tomaszowski realizuje projekt „Poznaj Szkoły Powiatu Tomaszowskiego”.

Projekt realizowany jest w ramach Działania 10.1 „Skuteczna edukacja”, Priorytetu X „Lepsza edukacja” programu Fundusze Europejskie dla Lubelskiego 2021–2027 i jest współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus.

Celem projektu jest zwiększenie dostępności informacji o szkołach powiatu, podniesienie poziomu orientacji edukacyjno-zawodowej

uczniów oraz wzmocnienie współpracy szkół z otoczeniem społeczno-gospodarczym.

W ramach projektu zostanie utworzony portal internetowy „Kompas Kariery Powiatu Tomaszowskiego”, który będzie stanowił ogólnodostępne i bezpłatne centrum informacji edukacyjnej oraz promocji oferty szkół: I Liceum Ogólnokształcącego im. Bartosza Głowackiego w Tomaszowie Lubelskim, II Liceum Ogólnokształcącego im. gen. Władysława Sikorskiego w Tomaszowie Lubelskim, Zespołu Szkół Technicz-

no-Motoryzacyjnych im. Jarosława Dąbrowskiego w Tomaszowie Lubelskim oraz Zespołu Szkół Techniczno-Zawodowych im. Macieja Rataja w Tomaszowie Lubelskim.

W projekcie zostaną zrealizowane cztery profesjonalne spacery w technologii 360°, prezentujące infrastrukturę dydaktyczną, pracownię specjalistyczne oraz zaplecze sportowe każdej ze szkół, a także powstaną cztery filmy promocyjne ukazujące kierunki kształcenia, zajęcia praktyczne, pasje uczniów oraz sukcesy absolwentów. Przygotowa-

nych i rozpowszechnionych zostanie również 8000 egzemplarzy broszur promujących ofertę edukacyjną szkół, ich infrastrukturę oraz możliwości rozwoju zawodowego.

Dodatkowo zorganizowane zostaną Powiatowe Targi Edukacji i Zawodów, promujące lokalną ofertę edukacyjną oraz kierunki rozwoju zawodowego w regionie, wraz z zakupem niezbędnego wyposażenia, takiego jak namiot eventowy, sprzęt multimedialny oraz materiały promocyjne. Przewidziano także realizację czterech wizyt studyjnych dla uczniów w zakładach pracy reprezentujących kluczowe branże regionu oraz na uczelniach wyższych w Lublinie, a także przeprowadzenie minimum 16 spotkań zawodoznawczych w szkołach ponadpodstawowych powiatu.

Bezpośrednimi odbiorcami projektu są uczniowie szkół ponadpodstawowych, dla których organem prowadzącym jest Powiat Tomaszowski, w tym I Liceum Ogólnokształcącego im. Bartosza Głowackiego w Tomaszowie Lubelskim, II Liceum Ogólnokształcącego im. gen. Władysława Sikorskiego w Tomaszowie Lubelskim, Zespołu Szkół Techniczno-Motoryzacyjnych im. Jarośława Dąbrowskiego w Tomaszowie Lubelskim oraz Zespołu Szkół Techniczno-Zawodowych im. Macieja Rataja w Tomaszowie Lubelskim.

Efektom realizacji projektu będzie zwiększenie świadomości edukacyjnej i zawodowej uczniów, poprawa dostępu do nowoczesnych narzędzi informacji o ofercie szkół, wzmocnienie wizerunku szkół powiatu tomaszow-

skiego, zwiększenie zainteresowania ofertą edukacyjną lokalnych placówek, rozwój współpracy pomiędzy szkołami a pracodawcami i uczelniami wyższymi oraz lepsze dopasowanie wyborów edukacyjnych uczniów do potrzeb rynku pracy.

Wartość projektu wynosi 664 000,00 zł, w tym wysokość dofinansowania z Funduszy Europejskich to 564 400,00 zł.



SPOŁECZEŃSTWO

Jak przygotować się do podróży poza granice Polski

WYMAGANE DOKUMENTY DO PODRÓŻY POZA GRANICE POLSKI

Przed podróżą związaną z przekraczaniem granicy państwowej RP należy sprawdzić posiadanie wymaganych do tego celu dokumentów poświadczających tożsamość i obywatelstwo, czyli odpowiednio: ważne go dokumentu paszportowego lub dowodu osobistego.

Przekraczając granicę państwa pojazdem, kierowca musi posiadać prawo jazdy, dowód rejestracyjny oraz dowód zawarcia obowiązkowego ubezpieczenia komunikacyjnego.

Gdy podróżuje się samochodem poza UE,

należy zaopatrzyć się dodatkowo w tzw. Zieloną Kartę, czyli międzynarodowe ubezpieczenie odpowiedzialności cywilnej lub wykupić tzw. ubezpieczenie graniczne.

W przypadku, gdy pojazd nie jest własnością podróżnego, należy upewnić się, czy kraj docelowy i państwa

transytowe nie wymagają specjalnego pisemnego upoważnienia od właściciela pojazdu.

Gdy podróżuje się do państw członkowskich UE warto zaopatrzyć się w Europejską Kartę

Ubezpieczenia Zdrowotnego (EKUZ), która uprawnia do podstawowego leczenia na terytorium UE. Niezależnie od posiadania takiej Karty, rekomenduje się zawarcie umowy o dodatkowe indywidualne ubezpieczenie kosztów leczenia.

Planując podróż do krajów zwłaszcza tzw. egzotycznych, należy także upewnić się, co do ewentualnych wymogów sanitarnych/zdrowotnych (specjalnych szczepień profilaktycznych, konieczności posiadania międzynarodowej książeczki zdrowia)

PODRÓŻ SAMOLOTEM

Na lotnisko należy przybyć około 2-3 godz. przed planowanym odlotem samolotu, pamiętając, że musi-



my zgłosić się do odprawy biletowo-bagażowej (chyba że dokonaliśmy jej online), poddać się procedurom kontroli bezpieczeństwa oraz odprawy granicznej (przy podróżach poza strefę Schengen).

Bagaż i kontrola bezpieczeństwa na lotniskach

Bagaż podlega ograniczeniom, zarówno jeśli chodzi o wagę, rozmiar, jak i zawartość.

Przewoźnik ma prawo do ustalenia własnych ograniczeń dotyczących np. liczby lub wielkości przewożonego bagażu. Nie wszystkie przedmioty mogą być transportowane drogą lotniczą.

Niektóre z nich należy przewozić tylko w bagażu rejestrowanym, gdyż nie można ich wnieść na pokład samolotu w bagażu podręcznym. Lista przedmiotów zabronionych do transportu drogą lotniczą, znajduje się na stronie internetowej Urzędu Lotnictwa Cywilnego.

DZIECKO W PODRÓŻY

W polskim prawie dokumentem uprawniającym osobę niepełnoletnią do przekroczenia granicy jest przede wszystkim ważny „dokument paszportowy” lub „dowód osobisty”

UWAGA!

Akt urodzenia dziecka, zaświadczenie o złożeniu wniosku o uzyskanie paszportu lub dowodu osobistego, legitymacja szkolna, legitymacja ubezpieczenia zdrowotnego etc. – nie uprawniają do przekraczania granicy RP i wyjazdu do innych państw.

Podróż dziecka z rodzicem lub prawowitym opiekunem prawnym

Polski ustawodawca nie przewidział w odniesieniu do małoletnich obowiązku posiadania innych dodatkowych dokumentów niż wyżej wymienione. Wymóg uzyskania zgody rodziców lub opiekunów prawnych na wyjazd dziecka za granicę został ustanowiony na etapie składania wniosków o wydanie dokumentu uprawniającego do przekraczania granicy (zwłaszcza paszportu).

Straż Graniczna nie żąda dodatkowych zgód/pełnomocnictw od drugiego z rodziców w przypadku podróży małoletniego pod opieką tylko jednego z rodziców lub osób sprawujących nad nim pieczę rodzicielską i posiadania ważnego/uprawniającego do przekroczenia granicy dokumentu.

Osoby, które nie wyrażają zgody na podróż dziecka i chcą zapobiec wywozowi go z terytorium RP, muszą złożyć odpowiedni wniosek do sądu opiekuńczego o ustanowienie (w drodze prawomocnego postanowienia) zabezpieczenia wobec małoletniego, które zakazuje jego wywozu poza granice RP i zlecić zarządzenie jego wykonania przez Straż Graniczną.

UWAGA!

Nie tylko państwa trzecie, ale niektóre Państwa Członkowskie UE, mogą wymagać specjalnych zgód na podróż dziecka z osobą trzecią lub nawet tylko z jednym z rodziców!

DODATKOWE PRZYPADNE INFORMACJE

Przed podróżą dobrze jest zadbać o swoje bezpieczeństwo i zaopatrzyć się w adresy oraz numery telefonów polskich przedstawicielstw dyplomatycznych, a także urzędów konsularnych w docelowym miejscu podróży i w krajach planowanego tranzytu.

Jeśli w danym kraju nie ma polskiego przedstawicielstwa dyplomatycznego, można zwrócić się do ambasady lub konsulatu każdego innego państwa członkowskiego UE.

Dobrze jest pozostawić informacje o miejscu planowanego pobytu osobie bliskiej, która zostaje w kraju.

Osoby wjeżdżające do Unii Europejskiej lub wyjeżdżające z Unii Europejskiej mają obowiązek zgłaszać w formie pisemnej, organom celnym przewóz środków pieniężnych jeżeli ich wartość jest równa lub przekracza łącznie równowartość 10 tys. Euro.

Żywność pochodzenia niezwierzęcego jest zwolniona z obowiązku przeprowadzenia granicznej kontroli sanitarnej w przypadku, jeśli jest przywożona w ilościach wskazujących na niehandlowy charakter przywozu (tj. na własne potrzeby).

Żywność pochodzenia zwierzęcego (np. wyroby mięsne i wyroby zawierające mleko) podlega szczególnym ograniczeniom, a w przypadku ruchu podróżnych takiej żywności nie można przywozić.

Podróżni przywożący ze sobą produkty mięsne i mleczarskie, zobowiązani są do umieszczenia ich w specjalnych pojemnikach, znajdujących się na przejściach granicznych.

Dopuszczalny jest przywóz z zagranicy przez podróżnego produktu leczniczego na własne potrzeby lecznicze, w liczbie nieprzekraczającej 5 najmniejszych opakowań.

JAK NIE STAĆ SIĘ OFIARĄ PRZEMYTNIKÓW NARKOTYKÓW

W ostatnich latach zatrzymano wielu Polaków tzw. narkokurierów. Jest to efekt działalności gangów narkotykowych, których ofiarami stają się coraz częściej polscy turyści. Przemytnicy znajdują swoje ofiary w restauracjach oraz hotelach. Nawiązują znajomość, a potem proszą o przewiezienie przez granicę paczki albo podrzucają narkotyki do bagażu. W ten sposób ofiarami gangów narkotykowych staje się rocznie co najmniej pół tysiąca Polaków.

Zagrożenia karne za przemyt narkotyków mogą być bardzo dotkliwe, np. w Kolumbii przemyt kokainy w ilości między 100 g a 2000 g zagrożony jest karą bez-

względne pozbawienia wolności w wymiarze od 8 do 12 lat oraz karą grzywny w wysokości ponad 50 tys. USD.

Są kraje, w których za przemyt narkotyków skazuje się turystów na karę śmierci: Tajlandia, Chiny, Zjednoczone Emiraty Arabskie, Indonezja, Malesja, Singapur, Sri Lanka czy Wietnam.

Kilka rad, jak nie stać się ofiarą przemytników:

- zawsze pakuj swój bagaż osobiście;
- upewnij się, że bagaż jest odpowiednio zabezpieczony;
- nie zostawiaj bagażu bez opieki w miejscu publicznym oraz podczas przekraczania granicy;
- nie przewoź żadnych przedmiotów należących do nie-

znanych ci osób w celu przekazania osobom trzecim;

- podczas kontroli granicznej szczególnie pilnuj swoje bagaże, aby uniknąć ich celowej podmiany;
- wszelkie niepokojące sygnały dotyczące prób wykorzystania do przewiezienia podejrzanych pakunków zgłaszaj funkcjonariuszom Służby Celno-Skarbowej, Policji lub Straży Granicznej

Więcej o Twoich prawach: dlakonsumentow.pl

Infolinia: 801 440 220

Powiatowy Rzecznik Konsumentów w Tomaszowie Lubelskim: tel. 846641252

NATURA

Trasa rowerowa - od źródeł Wieprza do roztoczańskich wzgórz

Proponowana trasa rowerowa to około 27-kilometrowa pętla prowadząca przez najciekawsze przyrodnicze i krajobrazowe zakątki gminy Tarnawatka. Łączy ona miejsca związane ze źródłami Wieprza, malownicze panoramy Rostocza, cenne przyrodniczo stawy oraz miejsca pamięci ukryte pośród lasów.

- Długość trasy: 27 km
- Nawierzchnia: 23 km asfalt, 4 km droga polna
- Czas przejazdu: około 2-3 godziny
- Poziom trudności: średni
- Wysokość: od 252 m n.p.m. do 327 m n.p.m.



Kod QR (mapa trasy)

Po zeskanowaniu kodu QR otworzy się mapa trasy w Google Maps. Po włączeniu lokalizacji na telefonie można na bieżąco śledzić swoje położenie względem przebiegu szlaku. Na mapie zaznaczono również punkty od 1 do 10 odpowiadające najciekawszym miejscom opisanym w artykule. Klikając w wybraną pinezkę, można wyświetlić krótki opis danego punktu. Trasę należy pokonywać zgodnie z kolejnością oznaczeń od punktu 1 do punktu 10.



Start trasy: Wieprzów Tarnawacki 31A. Tuż obok starego kościoła znajduje się figura wieprza, przy której rozpoczyna się trasa.

Naszą wyprawę rozpoczynamy w Wieprzowie, miejscowości, w której swój początek bierze rzeka Wieprz. To właśnie tutaj znajduje się charakterystyczny pomnik wieprza, nawiązujący do nazwy rzeki oraz lokalnych legend związanych z jej źródłami. Przy punkcie startowym znajduje się parking, altana oraz tablice informacyjne, z których można dowiedzieć się wielu ciekawostek o Rostoczku, okolicy i historii miejscowości. Stąd ruszamy w kierunku zachodnim.

Pierwszy odcinek trasy zaraz po opuszczeniu wieprzowa, prowadzi drogą otoczoną lasem w kierunku Tarnawatki-Tartak. Po przejechaniu przez wieś oraz przekroczeniu drogi krajowej naszym oczom ukazuje się dolina Wieprza. Przy niewielkim mostku warto zatrzymać się na chwilę i spojrzeć na rzekę u jej początków. Osoby odwiedzające to miejsce po raz pierwszy mogą być zaskoczone, jak niewielki jest tutaj Wieprz. Trudno uwierzyć, że ten niepozorny ciek wodny z czasem stanie się jedną z najważniejszych rzek regionu. Warto również wsłuchać się w odgłosy przyrody. Okoliczne łąki i tereny podmokłe stanowią cenne siedlisko dla wielu gatunków ptaków.



Kolejnym punktem na trasie jest Pańków, miejscowość wyróżniająca się zabudową skupioną wokół zbiornika wodnego. Możemy objechać go dookoła, zatrzymać się przy tablicach informacyjnych oraz odpocząć na molo, obserwując pływające po wodzie kaczki. To dobre miejsce na krótki postój przed dalszą częścią wyprawy.

Po opuszczeniu Pańkowa wracamy tą samą drogą i ponownie przekraczamy Wieprz. Tym razem nie kierujemy się jednak do Tarnawatki-Tartak, lecz wybieramy utwardzoną drogę polną prowadzącą na wzniesienie. Na jego szczycie znajduje się ławka i krzyż. To jedno z najbardziej malowniczych miejsc na całej trasie, nie bez powodu prowadząca tutaj droga nosi nazwę „Malowniczej”. Przed nami rozciąga się panorama roztoczańskich lasów, której nie sposób oddać na zdjęciach. Warto usiąść tutaj na chwilę i nacieszyć się widokiem oraz spokojem okolicy.



Następnie polną drogą w dół zjeżdżamy do Tarnawatki, centrum gminy. Kierując się w lewo, docieramy do ścieżki edukacyjno-ekologicznej. Po drodze mijamy tablice opisujące walory przyrodnicze tego obszaru, polecam je przeczytać. Trasa prowadzi do wieży widokowej, z której można obserwować stawy, okoliczne zarośla oraz wsłuchać się w odgłosy licznych gatunków ptaków.

Wracając do centrum miejscowości, mijamy kościół parafialny. Następnie przecinamy drogę krajową, zachowując szczególną ostrożność, i kierujemy się dalej na wschód. Za ostatnimi zabudowaniami Tarnawatki po prawej stronie pojawia się las, a po lewej widoczna jest charakterystyczna hałda żwiru związana z budową nowej drogi ekspresowej przebiegającej przez teren gminy.



Po dotarciu do skrzyżowania skręcamy w lewo i kontynuujemy jazdę w kierunku wsi Pauczne. Po minięciu ostatniego domu po lewej stronie naszym oczom ponownie ukazują się rozległe panoramy Rostocza. To kolejny odcinek, na którym warto zwolnić tempo i podziwiać krajobraz. Następnie skręcamy w prawo w drogę polną. Po drodze przecinamy drogę asfaltową, jednak nadal jedziemy prosto. Po minięciu niewielkiego lasu docieramy do końca drogi polnej, skręcamy w prawo i zjeżdżamy asfaltową drogą do wsi Tymin. Już po chwili na poboczu zauważymy pomnik poświęcony mieszkańcom zamordowanym podczas II wojny światowej.

Tuż obok rozpoczyna się podjazd na Podhucie. Jest to najbardziej wymagający odcinek całej trasy, jednak wysiłek szybko zostaje wynagrodzony. Ze wzniesień rozciągają się kolejne piękne widoki na roztoczańskie wzgórza i lasy. Warto zatrzymać się tutaj na chwilę i nacieszyć panoramą okolicy.





Ruszając dalej, docieramy do skrzyżowania, gdzie skręcamy w prawo i kierujemy się przez wieś oraz otaczający ją las. Wkrótce docieramy do krzyża i leśnego cmentarza upamiętniającego poległych żołnierzy. Ukryte pośród drzew miejsce ma wyjątkowy klimat.

Ostatni odcinek prowadzi przez las do skrzyżowania, gdzie ponownie łączymy się z drogą znaną już z początku wyprawy. Stąd pozostaje nam już tylko spokojny powrót do Wieprzowa i parkingu przy figurze wieprza, gdzie kończy się nasza rowerowa pętla.

Na zakończenie mogę z pełnym przekonaniem polecić tę trasę. To przyjemna, niezbyt wymagająca pętla, która prowadzi przez bardzo zróżnicowane i malownicze tereny gminy. Każdy odcinek oferuje coś innego, od doliny Wieprza, przez stawy i lasy, aż po rozległe panoramy. To trasa, która naprawdę cieszy oko.

Tekst i zdjęcia: Marcin Matwiejszyn

WYDARZENIA

Rowerowa przygoda przez leśne ścieżki – Na szlaku przygody

31 maja miłośnicy aktywnego wypoczynku po raz kolejny spotkali się na rajdzie rowerowym, który połączył sportową aktywność, edukację oraz dobrą zabawę. Uczestnicy wspólnie przemierzali malownicze leśne trasy, ciesząc się pięknem natury i atmosferą integracji.

Przewodnikiem rajdu był zaprzyjaźniony ze Starostwem Powiatowym Krzysztof Malec, który zadbał o sprawny przebieg wyprawy i bezpieczne pokonanie wyznaczonej trasy, dzieląc się przy tym swoją wiedzą oraz pasją do turystyki rowerowej.

Choć pokonanie kolejnych kilometrów wymagało niemałego wysiłku, wszystkim dopisywały doskonałe humory. Szczególne uznanie należy się najmłodszym uczestnikom, którzy z dużym zaangażowaniem i wytrwałością pokonywali trasę rajdu.

W programie wydarzenia znalazły się również zajęcia survivalowe dla dzieci. Młodzi rowerzyści poznali podstawowe zasady postępowania w przypadku zagubienia się w lesie, a dodatkową atrakcją było poszukiwanie i odnalezienie leśnego skarbu, które dostarczyło uczestnikom wielu emocji.

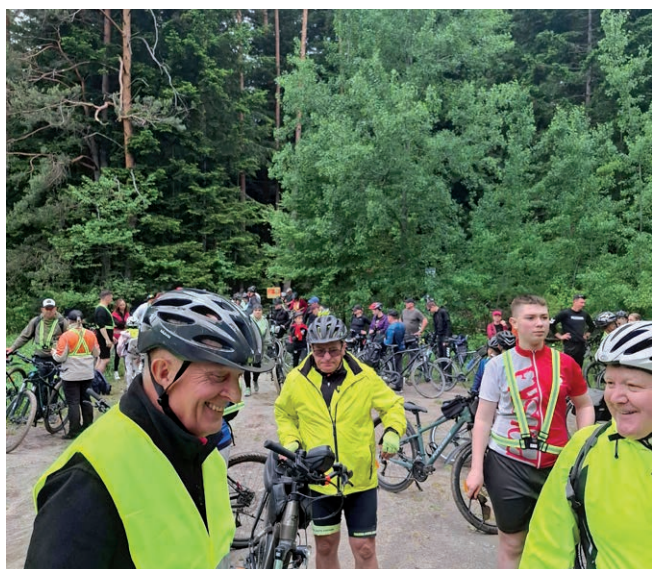


Nad bezpieczeństwem rajdu czuwali funkcjonariusze Policji oraz zespół ratownictwa medycznego, którym organizatorzy składają serdeczne podziękowania za profesjonalne zabezpieczenie wydarzenia. Nieocenione wsparcie techniczne na trasie zapewniła również Pracownia Rowerowa Rostocze z Tomaszowa Lubelskiego.



Dzięki fachowej pomocy serwisantów wszelkie awarie i usterki rowerów były na bieżąco usuwane, co pozwoliło uczestnikom bezpiecznie i bez większych przeszkód kontynuować rajd.

Organizatorzy dziękują wszystkim uczestnikom za obecność, pozytywną energię i stworzenie wyjątkowej atmosfery. Już dziś zapraszają na kolejną edycję rowerowej przygody w przyszłym roku.



Ziołowe Skarby – WIOSNA

Skarby Naszych Łąk i Lasów:

Przewodnik po Dzikich Roślinach Jadalnych cz.2

– zapomniane skarby polskiej przyrody.

Nazywam się Edyta Kuźniarska i kocham zioła. Jestem właścicielką małej manufaktury „Ziołowe Skarby RHD”. Pasjonatka tańca, prowadzę zajęcia tańca ZUMBA jako instruktor.

Jeszcze sto lat temu umiejętność rozpoznawania dzikich roślin była jedną z podstawowych kompetencji mieszkańców wsi. Wiosną zbierano młode liście i pędy, latem kwiaty i zioła, jesienią korzenie, owoce i nasiona. Dzikie rośliny uzupełniały dietę, pomagały przetrwać okres przednówka oraz stanowiły ważny element medycyny ludowej. Współczesny człowiek coraz częściej wraca do tej wiedzy. Poszukiwanie dzikich jadalnych roślin pozwala nie tylko odkrywać nowe smaki, ale także budować bliższą relację z przyrodą. Należy jednak pamiętać, że korzystanie z darów natury wymaga wiedzy, odpowiedzialności i szacunku dla środowiska. W niniejszym artykule przedstawiono pięć interesujących gatunków występujących w Polsce.

- Wiesiołek dwuletni – Dziewannę – Rdest pospolity
- Miętę wielkokwiatową – Wierzbę białą

Każda z tych roślin ma swoją historię, miejsce w kulturze ludowej i zastosowanie kulinarne.

WIESIOŁEK DWULETNI (OENOTHERA BIENNIS)

Charakterystyka botaniczna

Wiesiołek dwuletni jest rośliną należącą do rodziny wiesiołkowatych. Pochodzi z Ameryki Północnej, jednak już od XVII wieku zadomowił się w Europie. Obecnie można go spotkać niemal na całym kontynencie. W pierwszym roku życia tworzy rozetę podłużnych liści oraz silny korzeń palowy. Dopiero w drugim roku wyrasta wysoka łodyga sięgająca od 80 do 150 centymetrów wysokości. Na jej szczycie rozwijają się duże, żółte kwiaty. Najbardziej niezwykłą cechą tej rośliny jest sposób kwitnienia. Pąki otwierają się wieczorem, często dosłownie na oczach obserwatora. W ciągu kilku minut rozwijają się cztery płatki kwiatu, wydzielając intensywny, słodki zapach przyciągający nocne owady. **Występowanie i siedliska:** wiesiołek preferuje stanowiska słoneczne oraz gleby lekkie i przepuszczalne. Można go spotkać: na piaszczystych nieużytkach, przy torowiskach, na nasypach kolejowych, przy polnych drogach, na obrzeżach pól uprawnych, na wydmach śródlądowych.

Jest gatunkiem pionierskim, który często zasiedla tereny wcześniej pozbawione roślinności.



Termin zbioru młode liście: kwiecień–czerwiec, korzenie pierwszorocznych roślin: wrzesień–listopad, kwiaty: czerwiec–wrzesień, nasiona: sierpień–październik. Historia wykorzystania: Rdzenni mieszkańcy Ameryki Północnej wykorzystywali niemal wszystkie części rośliny. Korzenie gotowano lub pieczono, młode liście spożywano jako warzywo, a nasiona stanowiły wartościowy dodatek do pożywienia.

Po sprowadzeniu do Europy wiesiołek szybko zyskał popularność. W XVIII wieku uprawiano go nawet w ogrodach warzywnych. We Francji korzeń określano mianem „jambon du jardinier” – „szynka ogrodnika”. Wartość odżywcza: nasiona wiesiołka zawierają cenny olej bogaty

ty w nienasycone kwasy tłuszczowe. Korzenie są źródłem błonnika i składników mineralnych. Młode liście dostarczają witamin oraz przeciwutleniaczy. Znaczenie dla przyrody: wieczorne kwiaty są ważnym źródłem pokarmu dla ciem i innych owadów aktywnych po zmroku. Dzięki temu roślina wspiera grupę zapylaczy często pomijaną w ochronie przyrody. **Dawne nazwy ludowe:** w różnych regionach spotykano nazwy: nocna świeca, świeca świętego Jana, nocna gwiazda, świecznik polny.

Wierzenia i legendy

W wielu krajach Europy obserwowanie rozkwitających wieczorem kwiatów traktowano jako dobrą wróżbę. Uważano, że roślina przynosi szczęście podróżnym oraz chroni

przed zagubieniem. Niektóre przekazy ludowe mówiły, że wiesiołek wskazuje drogę duchom zmarłych wracającym do swoich domów podczas letnich nocy.

Przepis na: pieczony korzeń wiesiołka

Składniki: 3–4 korzenie, oliwa, sól, tymianek, rozmaryn. Przygotowanie: Korzenie dokładnie oczyść, pokrój w słupki i wymieszaj z przyprawami. Piecz około 30 minut w temperaturze 190°C. Smak przypomina połączenie marchwi, pasternaku i skorzonery. Możliwe pomyłki: wiesiołek jest stosunkowo łatwy do rozpoznania. Początkujący zbieracze powinni jednak zwracać uwagę na charakterystyczne żółte kwiaty i wysokie pędy drugoroczne.

MIĘTA (MENTHA SPP.)

Charakterystyka botaniczna

Mięta należy do rodziny jasnotowatych i obejmuje kilkadziesiąt gatunków występujących naturalnie na całym świecie. W Polsce najczęściej spotykane są mięta polna, mięta nadwodna i mięta długolistna.

Rośliny te posiadają charakterystyczne czterokanciste łodygi, naprzeciwległe liście oraz intensywny aromat wynikający z obecności olejków eterycznych. Najbardziej znanym składnikiem mięty jest mentol, odpowiedzialny za uczucie chłodu oraz świeżości. **Występowanie:** mięta preferuje miejsca wilgotne – brzegi rzek i strumieni, rowy melioracyjne, mokre łąki, obrzeża stawów, podmokłe skraje lasów. Tworzy często rozległe skupiska dzięki podziemnym rozłogom. Termin zbioru młode pędy: maj–wrzesień, liście: maj–sierpień, kwiaty: lipiec–wrzesień.

Najwięcej olejków eterycznych zawiera tuż przed rozpoczęciem kwitnienia. **Historia wykorzystania:** mięta była znana już w starożytnym Egipcie. Znajdowano ją w grobowcach faraonów. Grecy i Rzymianie używali jej jako przyprawy oraz środka odświeżającego. W Polsce mięta należała do najczęściej uprawianych roślin w przydomowych ogródkach zielarskich. Dodawano ją do napojów, zup, sosów i deserów. **Wartość odżywcza:** liście zawierają: witaminę C, karotenoidy, flawonoidy, olejki eteryczne, składniki mineralne. Dzięki intensywnemu aromатовi nawet niewielki dodatek zmienia charakter całego dania. Znaczenie dla przyrody: kwitnąca mięta jest prawdziwym magne-

sem dla owadów zapylających. Pszczoły, trzmiele i motyle odwiedzają ją od rana do wieczora. W wielu ogrodach sadi się ją specjalnie w celu wspierania populacji zapylaczy.

Dawne nazwy ludowe

W różnych regionach Polski spotykano określenia: mięta wonna, mięta chłodząca, mięta wodna, ziele świętego Jana. Wierzenia ludowe: według dawnych wierzeń mięta miała odstraszać złe moce i przynosić dobrobyt. Woreczki z suszonym ziele wkładano do skrzyń z ubraniami oraz umieszczano przy wejściu do domu. Na Podlasiu wierzono, że mięta zebrana o świcie w dzień świętego Jana zachowuje szczególną moc przez cały rok.

Przepis na: lemoniadę miętową

Składniki: duża garść świeżych liści mięty, sok z dwóch cytryn, litr wody, miód lub syrop z kwiatów. Przygotowanie: liście lekko rozgnieć, zalej wodą i dodaj sok z cytryn. Odstaw na godzinę do lodówki. Przecedź i podawaj schłodzone. Możliwe pomyłki: niektóre gatunki mięt są do siebie bardzo podobne. Na szczęście charakterystyczny aromat stanowi dobrą wskazówkę identyfikacyjną. W przypadku wątpliwości należy korzystać z atlasu roślin.



DZIEWANNA WIELKOKWIATOWA (VERBASCUM DENSIFLORUM)

Charakterystyka botaniczna

Dziewanna wielkokwiatowa należy do rodziny trędownikowatych i jest jedną z najbardziej charakterystycznych roślin występujących na polskich łąkach oraz nieużytkach. W pierwszym roku życia tworzy przyziemną rozetę dużych, miękkich liści. W drugim roku wyrasta potężna łody-

ga kwiatostanowa, która może osiągać nawet dwa metry wysokości. Cała roślina pokryta jest gęstymi, srebrzystymi włoskami. Dzięki temu wydaje się miękka i aksamitna w dotyku. Duże, złocistożółte kwiaty rozwijają się stopniowo od dołu ku górze, a pojedynczy kwiat żyje zwykle tylko jeden dzień. Widok kwitnącej dziewanny na tle

letniego krajobrazu należy do najbardziej malowniczych obrazów polskiej przyrody. **Występowanie i siedliska**

Dziewanna preferuje stanowiska suche, ciepłe i dobrze nasłonecznione. Najczęściej można ją spotkać: na nasy- pach kolejowych, przy drogach gruntowych, na skarpach, na nieużytkach, na suchych łąkach, na obrzeżach pól. Doskonale radzi sobie na glebach ubogich i piaszczystych. Termin zbioru liście: maj–lipiec, kwiaty: czerwiec–sier- pień, nasiona: sierpień–wrzesień. Kwiaty najlepiej zbierać w słoneczne dni, po obeschnięciu porannej rosy. Historia wykorzystania Dziewanna od stuleci zajmowała szcze- gólne miejsce w europejskim ziołarstwie. Już starożytni Grecy i Rzymianie wykorzystywali jej kwiaty i liście. W śred- niowiecznych ziołnikach opisywano ją jako jedną z najważ- niejszych roślin przydomowych. Na polskiej wsi dziewanna była rośliną powszechnie szanowaną. W wielu gospodar- stwach celowo pozostawiano ją przy płotach i stodołach.

Wartość użytkowa

Młode liście zawierają słuzy roślinne, flawonoidy oraz związki mineralne. Kwiaty są bogate w naturalne bar- wniki i substancje aromatyczne. Choć obecnie dziewan- na kojarzona jest głównie z ziołarstwem, dawniej młode liście dodawano także do pasz dla zwierząt gospodar- skich. Znaczenie dla przyrody: dziewanna jest niezwy- kłe cenna dla wielu gatunków dzikich pszczół, trzmieli i chrząszczy. Jej wysokie łodygi stają się również schro-

nieniem dla licznych owadów zimujących. Nasiona sta- nowią źródło pokarmu dla niektórych gatunków ptaków.

Dawne nazwy ludowe

W różnych regionach Polski spotykano nazwy: świe- ca Matki Boskiej, królewska świeca, złoty kij, gromownik, świeca piorunowa.

Nazwy te nawiązywały do wysokiego pędu przypomi- nającego płonącą pochodnię. Wierzenia i legendy: w kul- turze słowiańskiej dziewanna należała do roślin magicz- nych. Wiercono, że chroni przed piorunami, pożarami oraz złymi mocami. W niektórych regionach suszone pędy umieszczano pod strzechą lub przy wejściu do domu. Miały one chronić mieszkańców przed nieszczęściami i chorobami. Według dawnych podań dziewanna była ro- śliną poświęconą duchom opiekuńczym pól i łąk.

Przepis na: syrop z kwiatów dziewanny

Składniki: 2 szklanki świeżych kwiatów, 500 ml wody, 500 g cukru, sok z jednej cytryny.

Kwiaty zalej gorącą wodą i pozostaw pod przykryciem na 24 godziny. Następnie przecedź płyn, dodaj cukier i sok z cytryny. Gotuj na małym ogniu do uzyskania syro- pu. Możliwe pomyłki Dziewannę wielkokwiatową moż- na pomylić z innymi gatunkami dziewann. Wszystkie są jednak łatwe do rozpoznania dzięki dużym, filcowatym liściom oraz wysokim kwiatostanom.

RDEST POSPOLITY (POLYGONUM AVICULARE)

Charakterystyka botaniczna Rdest pospolity należy do rodziny rdestowatych. Jest rośliną niezwykle odporną na niekorzystne warunki środowiskowe. Tworzy długie, płozące pędy, które mogą osiągać nawet kilkadziesiąt centymetrów długości. Liście są niewielkie, eliptyczne, a kwiaty bardzo drobne i niepozorne. Mimo skromnego wyglądu rdest jest jedną z najbardziej rozpowszechnio- nych roślin Europy.

Można go znaleźć niemal wszędzie: na wiejskich dro- gach, podwórkach, ścieżkach, przy torowiskach, na pla-

cach i ugorach, w pobliżu zabudowań. Jego niezwykła od- porność na deptanie sprawiła, że od wieków towarzyszy człowiekowi. Termin zbioru młode pędy: kwiecień–czer- wiec, liście: maj–lipiec, całe ziele: maj–wrzesień. Naj- smaczniejsze są młode, delikatne przyrosty zbierane wiosną. Historia wykorzystania: w czasach niedoborów żywności rdest był cennym dodatkiem do codziennych posiłków. Młode pędy trafiały do zup, kasz oraz zielo- nych farszów. Był szczególnie ważny podczas przednów- ka, gdy zapasy zimowe się kończyły, a nowe plony nie były jeszcze dostępne.

Wartość odżywcza

Rdest zawiera: witaminę C, krzemionkę, flawonoidy, garbniki, sole mineralne. Młode liście mogą stanowić wartościowy dodatek do sałatek i koktajli. Znaczenie dla przyrody Roślina dostarcza pokarmu wielu owadom, a jej nasiona są chętnie zjadane przez ptaki. Gęste skupi- ska rdestu pomagają również chronić glebę przed erozją. Dawne nazwy ludowe W różnych częściach kraju spoty- kano określenia: ptasie ziele, wróblowiec, trawa wróbla, przydrożnik. Nazwy te nawiązywały do faktu, że nasio- na stanowiły ulubiony pokarm wielu gatunków ptaków.



Wierzenia ludowe

Rdest symbolizował wytrwałość, pracowitość i odporność. Obserwacja jego zdolności do wzrostu na ubitych drogach miała przypominać ludziom o sile charakteru i wytrwałości w trudnych czasach. W niektórych regionach wierzono, że gałązka rdestu noszona przy sobie pomaga osiągnąć zamierzone cele.

Przepis na: Zieloną zupę z rdestem Składniki: garść młodych pędów rdestu, 2 ziemniaki, marchew, cebula,

litry bulionu. Przygotowanie: Warzywa ugotuj do miękkości. Pod koniec gotowania dodaj drobno posiekany rdest. Gotuj jeszcze kilka minut i podawaj na gorąco.

Możliwe pomyłki Rdest pospolity jest dość charakterystyczny, jednak początkujący zbieracze powinni zwracać uwagę na płożący pokrój oraz drobne liście.



WIERZBA BIAŁA (SALIX ALBA)

Charakterystyka botaniczna

Wierzba biała należy do rodziny wierzbowatych i jest jednym z najbardziej rozpoznawalnych drzew europejskiego krajobrazu. Dorasta nawet do 30 metrów wysokości, tworząc szeroką koronę oraz charakterystyczne zwisające gałęzie. Jej liście są długie, wąskie i srebrzyste od spodu, co nadaje drzewu wyjątkowy wygląd podczas wietrznej pogody.

Występowanie i siedliska

Najczęściej spotykana jest: nad rzekami, przy stawach, na podmokłych łąkach, w dolinach rzecznych, przy rowach melioracyjnych. Jest jednym z gatunków najlepiej przystosowanych do okresowych zalewów. Termin zbioru młode liście: kwiecień–maj, kora młodych gałęzi: marzec–kwiecień, pąki: wczesna wiosna. Historia wykorzystania: wierzba towarzyszy człowiekowi od tysięcy lat. Już starożytni Egipcjanie, Grecy i Rzymianie znali właściwości jej kory. W Polsce wykorzystywano ją do wyplatania koszy, płotów, uli, pułapek rybackich oraz licznych przedmiotów codziennego użytku.

Wartość użytkowa: młode liście mogą być niewielkim dodatkiem do mieszanek dzikich ziół. Znacznie większe znaczenie miała jednak kora zawierająca salicynę – związek, który przyczynił się do opracowania współczesnej aspiryny.

Znaczenie dla przyrody

Wierzba jest jednym z najważniejszych drzew dla owadów zapylających. Jej kwiaty pojawiają się bardzo wcześnie, dostarczając pyłku pszczołom po zimie. Stare, dziuplaste drzewa stanowią schronienie dla ptaków, nietoperzy i wielu gatunków owadów. Dawne nazwy ludowe wierzba srebrna, płaczące drzewo, święte drzewo wody, palma polska. Wierzenia i legendy: w kulturze ludowej wierzba była symbolem życia, odradzania się i płodności. Jej niezwykła zdolność do ukorzenia się sprawiała, że przypisywano jej magiczną moc. Ga-

łązki poświęcone podczas Niedzieli Palmowej miały chronić gospodarstwo przed burzami, chorobami i nieszczęściami. W wielu wsiach przechowywano je przez cały rok za świętymi obrazami. Według dawnych podań stare wierzby były siedzibą duchów opiekuńczych związanych z wodą i ziemią.

Przepis na: Wiosenny napar z młodych liści

Składniki: garść młodych liści, 500 ml gorącej wody, miód, plaster cytryny. Przygotowanie: Liście zalej wodą o temperaturze około 80°C. Pozostaw pod przykryciem przez 10 minut. Po przecedzeniu dodaj miód i cytrynę.

Możliwe pomyłki Wierzbę białą można pomylić z innymi gatunkami wierzb. Najłatwiej rozpoznać ją po srebrzystym spodzie liści oraz charakterystycznym pokroju korony.

Odpowiedzialny zbiór dzikich roślin

Poznanie dzikich roślin jest fascynującą przygodą, jednak zawsze należy pamiętać o kilku zasadach: zbieraj wyłącznie gatunki rozpoznane ze stuprocentową pewnością, korzystaj z atlasów botanicznych i sprawdzonych źródeł wiedzy, nie zbieraj roślin rosnących przy ruchliwych drogach i terenach przemysłowych, pozostaw część roślin do rozmnażania i jako źródło pokarmu dla zwierząt, nie niszcz siedlisk i nie wrywaj całych roślin bez potrzeby, zbieraj tylko tyle, ile rzeczywiście wykorzystasz, szanuj przyrodę i pamiętaj, że jesteś jedynie gościem w jej świecie. Najważniejszą zasadą każdego zielarza powinien być szacunek dla natury. Rośliny, które zbieramy dzisiaj, powinny móc rosnąć i zachwycać również przyszłe pokolenia.



Projekt Rodzina daje siłę

Powiat Tomaszowski/ Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Tomaszowie Lubelskim realizuje projekt pt. „Rodzina daje siłę” w ramach Działania 8.8 Wsparcie rodziny i pieczy zastępczej, Priorytetu VIII Zwiększenie spójności społecznej Programu Fundusze Europejskie dla Lubelskiego 2021–2027 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus. Projekt ma na celu wsparcie rozwoju rodzinnych form pieczy zastępczej oraz pomoc w opiece i wychowaniu dzieci w rodzinnych formach pieczy zastępczej. Zaplanowano kompleksowe wsparcie 22 rodzin zastępczych.

Asystenci dla rodzin zastępczych

W dniu 5 marca 2026 roku Centrum zatrudniło 21 asystentów rodzin zastępczych, którzy będą wspierać rodziny zastępcze w wykonywaniu codziennych czynności związanych z opieką i wychowywaniem umieszczonych dzieci. Ich zadaniem będzie m.in. pomoc w edukacji i organizacji życia codziennego, wspieranie w rozwiązywaniu bieżących trudności oraz towarzyszenie rodzinom w realizacji zadań opiekuńczo-wychowawczych.

Zawarcie umów z asystentami rodzin zastępczych z terenu powiatu tomaszowskiego to ważny krok w kierunku wzmocnienia systemu rodzinnej pieczy zastępczej oraz zapewnienia dodatkowego wsparcia dla opiekunów i dzieci. Realizacja tego działania ma na celu zwiększenie komfortu funkcjonowania rodzin zastępczych oraz wzmocnienie ich potencjału wychowawczego, co bezpośrednio przekłada się na dobro i bezpieczeństwo dzieci pozostających w pieczy zastępczej



Superwizja rodzin zastępczych

W spotkaniu superwizyjnym zorganizowanym przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Tomaszowie Lubelskim w dniu 8 kwietnia 2026 roku uczestniczyło 22 rodziców zastępczych. Było to trzecie spotkanie, przed nami jeszcze jedno w tym roku kalendarzowym. Celem spotkania było omówienie bieżących doświadczeń wychowawczych oraz wymiana refleksji związanych z funkcjonowaniem rodzin zastępczych.

Podczas spotkania poruszono zagadnienia relacji z rodziną biologiczną dziecka oraz rolę rodzica zastępczego w procesie wychowania małoletnich przebywających w pieczy zastępczej. Uczestnicy dzielili się swoimi doświadczeniami dotyczącymi kontaktów dzieci z rodzinami biologicznymi. Wskazywano zarówno na pozytywne aspekty utrzymywania tych relacji, takich jak podtrzymywanie więzi i tożsamość dziecka, jak i trudności, w tym napięcia emocjonalne, brak współpracy ze strony rodziców biologicznych, nieprzewidywalność tych spotkań. Podkreślono znaczenie odpowiedniego przygotowania dziecka do kontaktów oraz konieczność wsparcia ze strony specjalistów.

Spotkanie miało charakter wspierający i refleksyjny. Uczestnicy aktywnie brali udział w dyskusji, wykazując

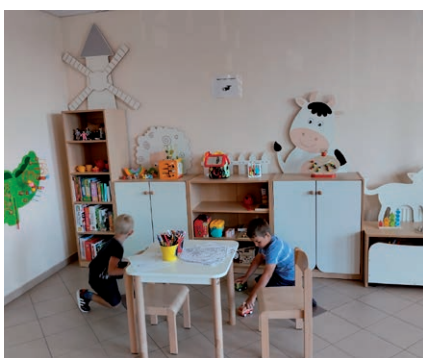
dużą otwartość w dzieleniu się swoimi doświadczeniami. Podkreślono potrzebę kontynuowania spotkań superwizyjnych jako ważnego elementu wsparcia dla rodzin zastępczych. Kolejna superwizja rodzin zastępczych z powiatu tomaszowskiego odbędzie się w III kwartale 2026 roku.



Kącik zabaw dla dzieci

W budynku Starostwa Powiatowego w Tomaszowie Lubelskim na III piętrze został stworzony kącik zabaw dla dzieci. Dzięki temu wyjątkowemu miejscu dzieci będą mogły w przyjaznej atmosferze przeczekać czas, w którym rodzice/ opiekunowie załatwiają sprawy urzędowe oraz gdy uczestniczą w szkoleniach lub grupach wsparcia. Kącik zabaw dla dzieci stwarza możliwość zapewnienia im poczucia bezpieczeństwa w przyjaznym otoczeniu co redukuje stres związany z wizytą w instytucji. Przeznaczony jest dla podopiecznych tegoż Centrum, w tym także dla dzieci z niepełnosprawnościami.

Kącik wyposażony jest w kolorowanki, książeczki, puzzle, gry edukacyjne, klocki, zabawki oraz komodę z przewijakiem.



Szkolenie dla kandydatów do sprawowania pieczy zastępczej

Sześć osób (trzy małżeństwa) ukończyło szkolenie na podstawie Programu Szkoleniowego „Rodzina” dla kandydatów do sprawowania pieczy zastępczej (Decyzja MRIPS nr 17/2023/RZ z dnia 21.11.2023 r.) w wymiarze 80 godzin dydaktycznych zorganizowane i prowadzone przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Tomaszowie Lubelskim w okresie grudzień 2025 r. – kwiecień 2026 r.

Celem szkolenia było przygotowanie kandydatów do sprawowania pieczy zastępczej oraz nabycie przez osoby pracujące na rzecz dziecka i rodziny umiejętności wzmacniania i wspierania rodziny, zarówno rodziny naturalnej dziecka, jak i zastępczej (spokrewnionej z dzieckiem, niezawodowej, zawodowej rodziny zastępczej, osób prowadzących rodzinne domy dziecka i placówki opiekuńczo-wychowawcze typu rodzinnego).

Program szkolenia został opracowany i wydany przez Stowarzyszenie Rodzin Adopcyjnych i Zastępczych „Pro Familia” w Krakowie przy współpracy z trenami i Programu Szkoleniowego „Rodzina”.



Powiatowy Dzień

Rodzicielstwa Zastępczego

W dniu 27 maja 2026 roku świętowaliśmy wspólnie z rodzinami zastępczymi z Powiatu Tomaszowskiego Powiatowy Dzień Rodzicielstwa Zastępczego. Podziękowania i życzenia z tej okazji rodzinom zastępczym złożyli Pan Jarosław Korzeń Wicestarosta Tomaszowski oraz Pani Katarzyna Kyć Dyrektor Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie.

Dzień Rodzicielstwa Zastępczego w Polsce obchodzony jest od 2006 roku. Święto ma na celu integrację środowiska rodzin zastępczych, promocję rodzicielstwa zastępczego oraz docenienie rodzin zapewniających dzieciom opiekę i wsparcie.

Tegoroczne obchody odbyły się w przyjaznej, swobodnej atmosferze. Wypełnione były atrakcjami dla dzieci i dorosłych, takimi jak: przejażdżka na kucyku, dmuchane zjeżdżalnie, strefa z popcornem i watą cukrową, zabawy z animatorem (przeciąganie liny, zabawa z chustą animacyjną, banki mydlane, gry ruchowe przy muzyce), poczęstunek i napoje.

Łącznie świętowało 79 osoby z rodzin zastępczych, w tym 37 osób dorosłych, 42 dzieci.





Szkolenie z zakresu psychodietetyki dla rodzin zastępczych

W dniu 11 czerwca 2026 r. w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Tomaszowie Lubelskim odbyło się spotkanie dla rodzin zastępczych z zakresu psychodietetyki, prowadzone przez dietetyka Adama Lisa.

W spotkaniu szkoleniowym uczestniczyło 22 rodziców zastępczych z terenu Powiatu Tomaszowskiego.

Podczas spotkania dietetyk omówił zagadnienia związane z psychodietetyką, zwracając szczególną uwagę na wpływ emocji na zachowania żywieniowe dzieci oraz znaczenie budowania zdrowej relacji z jedzeniem już od najmłodszych lat. Uczestnicy mieli możliwość zapoznania się z praktycznymi wskazówkami dotyczącymi wspierania dzieci w kształtowaniu prawidłowych nawyków żywieniowych oraz rozumienia emocjonalnych uwarunkowań jedzenia.

Wszelkich informacji dotyczących rodzicielstwa zastępczego (w tym uprawnień, warunków, świadczeń, wynagrodzenia) udzielają pracownicy Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Tomaszowie Lubelskim.



ZDROWIE

Profilaktyka zdrowotna - dlaczego warto działać zanim pojawi się choroba

Adam Lis

mgr dietetyki,

Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej w Tomaszowie Lubelskim

"Panie Adamie, gdybym wiedział wcześniej, że wyniki będą takie złe, zgłosiłbym się dużo szybciej..."

To jedno z najczęstszych zdań, jakie słyszę od pacjentów podczas konsultacji. Niestety, w wielu przypadkach pierwsza wizyta nie jest związana z profilaktyką, lecz z problemem zdrowotnym, który rozwijał się od miesięcy lub nawet lat.

Współczesna medycyna potrafi coraz skuteczniej leczyć choroby, jednak jej największym sukcesem pozostaje zapobieganie. To właśnie dlatego rok 2026 został ogłoszony Rokiem Profilaktyki Zdrowotnej. Jest to doskonała okazja, aby przypomnieć sobie, że zdrowie nie jest dziełem przypadku. W dużej mierze zależy od naszych codziennych decyzji, podejmowanych długo przed pojawieniem się pierwszych objawów choroby.

Zdrowie budujemy każdego dnia

Większość z nas chciałaby cieszyć się dobrym zdrowiem przez całe życie. Rzadko jednak zastanawiamy się nad tym, że zdrowie nie jest stanem stałym. To proces, który tworzymy każdego dnia poprzez nasze wybory.

To, co jemy, ile się ruszamy, czy znajdujemy czas na odpoczynek, jak radzimy sobie ze stresem i czy wykonujemy badania kontrolne – wszystko to wpływa na funkcjonowanie organizmu.

Eksperci zdrowia publicznego od lat podkreślają, że wiele najczęściej występujących chorób przewlekłych związanych jest z czynnikami stylu życia. Oznacza to, że odpowiednie żywienie, aktywność fizyczna, utrzymywanie prawidłowej masy ciała, niepalenie tytoniu oraz regularne badania mogą znacząco zmniejszać ryzyko zachorowania i poprawiać jakość życia.

Nie chodzi o perfekcję. Chodzi o codzienne, rozsądne decyzje, które z czasem przynoszą wymierne korzyści zdrowotne.

Choroby cywilizacyjne – cichy przeciwnik XXI wieku

Jeszcze sto lat temu największym zagrożeniem dla zdrowia były choroby zakaźne. Dzięki rozwojowi medycyny, szczepieniom ochronnym oraz poprawie warunków życia sytuacja uległa znaczącej zmianie.

Dziś głównym wyzwaniem zdrowotnym są choroby przewlekłe, określane mianem chorób cywilizacyjnych. Należą do nich przede wszystkim:

- choroby układu krążenia,
- nowotwory,
- cukrzyca typu 2,
- otyłość,
- przewlekłe choroby układu oddechowego.

W Polsce choroby sercowo-naczyniowe pozostają jedną z głównych przyczyn zgonów. Coraz większym problemem są również nadwaga, otyłość i zaburzenia metaboliczne.

Najbardziej podstępne jest jednak to, że wiele tych schorzeń przez długi czas rozwija się bezobjawowo. Nadciśnienie tętnicze, podwyższony poziom cholesterolu czy stan przedcukrzycowy mogą przez lata nie dawać wyraźnych sygnałów ostrzegawczych.

Dlatego właśnie profilaktyka ma tak ogromne znaczenie.

Profilaktyka zaczyna się dużo wcześniej niż w gabinecie lekarskim

Gdy słyszymy słowo „profilaktyka”, najczęściej myślimy o badaniach krwi, wizycie u lekarza czy skierowaniu na specjalistyczne badania. To ważne elementy dbania o zdrowie, ale profilaktyka zaczyna się znacznie wcześniej.

Zaczyna się rano, gdy wybieramy śniadanie. Towarzyszy nam podczas spaceru, jazdy na rowerze czy pracy w ogrodzie. Jest obecna wtedy, gdy rezygnujemy z papierosów, wysypiamy się i znajdujemy czas na odpoczynek.

To właśnie codzienne nawyki mają największy wpływ na nasze zdrowie. Regularna aktywność fizyczna, odpowiednio zbilansowana dieta, utrzymywanie prawidłowej masy ciała czy unikanie używek pozwalają zmniejszyć ryzyko wielu chorób, zanim jeszcze się pojawią.

Jednak nawet najlepszy styl życia nie zwalnia nas z regularnych kontroli zdrowia. Wiele schorzeń rozwija się bezobjawowo, dlatego tak ważne są okresowe badania. Pomiar ciśnienia tętniczego, oznaczenie poziomu glukozy czy cholesterolu, a także badania przesiewowe pozwalają wykryć problem na etapie, gdy leczenie jest najskuteczniejsze.

Profilaktyka nie kończy się również w momencie postawienia diagnozy. Osoby chorujące na nadciśnienie, cukrzycę czy choroby serca mogą dzięki odpowiedniemu leczeniu, aktywności fizycznej i właściwemu żywieniu skutecznie ograniczać ryzyko powikłań oraz przez wiele lat zachować dobrą jakość życia.

Polska i Europa – czego możemy się nauczyć?

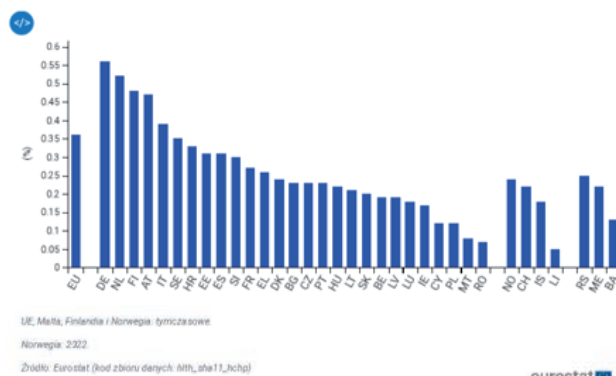
W wielu krajach Europy Zachodniej oraz państwach skandynawskich od lat kładzie się duży nacisk na edukację zdrowotną i udział społeczeństwa w programach profilaktycznych.

Mieszkańcy tych krajów częściej korzystają z badań przesiewowych i regularnych kontroli zdrowia. Dzięki temu wiele chorób wykrywanych jest wcześniej, co zwiększa skuteczność leczenia i ogranicza liczbę powikłań.

W Polsce świadomość zdrowotna stopniowo rośnie, jednak nadal obserwuje się niewystarczające uczestnictwo w części programów profilaktycznych. Wielu pacjentów zgłasza się do specjalisty dopiero wtedy, gdy pojawiają się pierwsze objawy choroby.

To pokazuje, że profilaktyka wymaga nie tylko dostępu do badań, ale również budowania zdrowych nawyków i odpowiedzialności za własne zdrowie.

Bieżące wydatki na profilaktyczną opiekę zdrowotną w relacji do PKB, 2023 r.



Najczęstszy błąd Polaków

Największym problemem nie jest brak wiedzy.

Największym problemem jest odkładanie troski o zdrowie na później.

„Jeszcze mam czas.”

„Nic mnie nie boli.”

„Zrobię to po wakacjach.”

„Może w przyszłym roku.”

Tymczasem wiele chorób rozwija się niezależnie od naszych planów. Brak objawów nie zawsze oznacza brak problemu zdrowotnego.

Co warto sprawdzić przynajmniej raz w roku?

Podstawowy pakiet zdrowia

- pomiar ciśnienia tętniczego
- masa ciała oraz obwód talii
- morfologia krwi
- stężenie glukozy
- lipidogram
- kontrola stomatologiczna
- ocena aktywności fizycznej i sposobu żywienia

Zakres badań powinien być dostosowany do wieku, płci, stanu zdrowia oraz indywidualnych czynników ryzyka.

Co rekomenduję swoim pacjentom:

Ruszajmy się codziennie.

Starajmy się, aby warzywa stanowiły podstawę każdego głównego posiłku, a owoce były ich wartościowym uzupełnieniem.

Badajmy się regularnie, nawet gdy czujemy się zdrowi.

Dbajmy o odpowiednią ilość snu.

Traktujmy profilaktykę jako inwestycję w przyszłość, a nie reakcję na pojawiającą się chorobę.

Zdrowie nie jest dziełem przypadku

Rok Profilaktyki Zdrowotnej 2026 przypomina nam o czymś niezwykle ważnym. Zdrowie nie jest dziełem przypadku. W dużej mierze jest efektem codziennych wyborów, które podejmujemy wobec siebie i swoich bliskich.

Regularne badania, aktywność fizyczna, prawidłowe żywienie i troska o zdrowie psychiczne nie wymagają wielkich nakładów finansowych. Wymagają przede wszystkim świadomości i konsekwencji.

Najlepszy moment, aby zadbać o zdrowie, był kilka lat temu. Drugi najlepszy moment jest właśnie dzisiaj.

O autorze

Adam Lis – mgr dietetyki, związany z Samodzielnym Publicznym Zespołem Opieki Zdrowotnej w Tomaszowie Lubelskim. Absolwent Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego oraz Akademii Leczenia Żywnościowego w Krakowie. Na co dzień zajmuje się poradnictwem żywieniowym, edukacją zdrowotną oraz profilaktyką chorób cywilizacyjnych. Szczególnym obszarem jego zainteresowań są choroby metaboliczne, żywienie kliniczne, otyłość oraz promocja zdrowego stylu życia. Prywatnie pasjonat sportu i aktywności fizycznej.

Bibliografia

1. World Health Organization (WHO). *Health Promotion and Disease Prevention*.
2. Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego PZH – PIB.
3. Eurostat. *Preventive Healthcare Expenditure Statistics*.
4. Polskie Towarzystwo Diabetologiczne. *Zalecenia kliniczne dotyczące profilaktyki i badań przesiewowych*.

WYDARZENIA

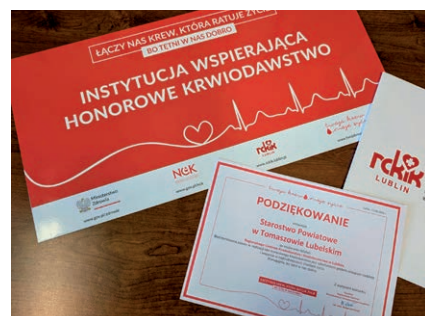
Starostwo Powiatowe otrzymało tytuł „Instytucji Wspierającej Honorowe Krwiodawstwo”

Jesteśmy dumni i zaszczycon!

To dla nas wyjątkowe wyróżnienie, które traktujemy jako zobowiązanie do dalszego promowania idei dzielenia się tym, co najcenniejsze – krwią ratującą ludzkie życie.

Krew jest lekiem, którego nie da się wyprodukować w żadnym labora-

torium. Jedynym jej źródłem pozostają ludzie o wielkich sercach, którzy bezinteresownie decydują się pomagać innym. Każda oddana jednostka krwi może uratować zdrowie, a często także życie pacjentów po wypadkach, operacjach czy zmagających się z ciężkimi chorobami.





Serdecznie dziękujemy wszystkim osobom, które regularnie włączają się w akcje krwiodawstwa organizowane przez Starostwo Powiatowe.

Szczególne słowa uznania kierujemy do naszych pracowników, którzy licznie i systematycznie oddają krew w organizowanych przez nas akcjach, dając przykład społecznej odpowiedzialności i solidarności. Dziękujemy również uczniom szkół ponadpodstawowych naszego powiatu, którzy tak chętnie angażują się w akcje honorowego krwiodawstwa, pokazując, że młode pokolenie doskonale rozumie wartość niesienia pomocy drugiemu człowiekowi.

Dziś zwracamy się z ważnym apelem do wszystkich mieszkańców Powiatu Tomaszowskiego. Obecny stan zapasów krwi w banku krwi jest

dramatycznie niski. Każda grupa krwi jest potrzebna, a każda donacja ma ogromne znaczenie.

Zachęcamy do odwiedzenia placówki Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Tomaszowie Lubelskim, które znajduje się przy ul. Lwowskiej 82 w Tomaszowie Lubelskim i oddania krwi. To zaledwie chwila, która może podarować komuś szansę na życie.

Już dziś zapraszamy również do udziału w kolejnej akcji krwiodawstwa, która odbędzie się we wrześniu w Starostwie Powiatowym.

Razem możemy zrobić coś naprawdę wielkiego!

WYDARZENIA

I Złot Motocyklowy „Przez Roztocze do Niepodległości”

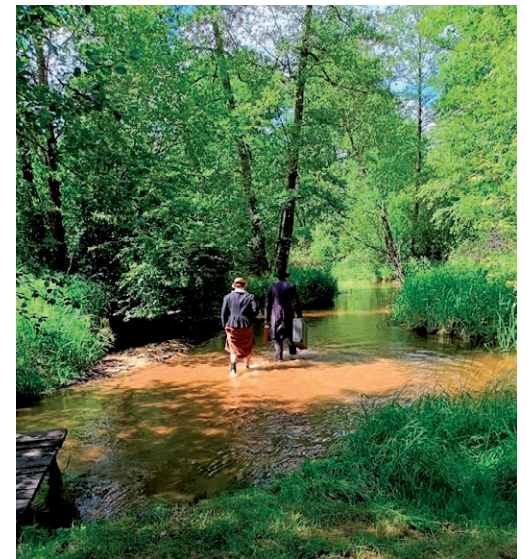
14 czerwca odbył się I Złot Motocyklowy „Przez Roztocze do Niepodległości”, zorganizowany przez Stowarzyszenie Samorządów Powiatu Tomaszowskiego we współpracy z Powiatem Tomaszowskim w ramach projektu „Siwa Dolina pamięci”. Pomysłodawcą wydarzenia był Jarosław Korzeń – Prezes Zarządu Stowarzyszenia Samorządów Powiatu Tomaszowskiego, Wicestarosta Tomaszowski.

Złot rozpoczął się mszą świętą w intencji Ojczyzny w Sanktuarium Zwiastowania Najświętszej Maryi Panny w Tomaszowie Lubelskim. Następnie uczestnicy wyruszyli malowniczą trasą przez Roztocze do Suśca, gdzie przygotowano inscenizację historyczną „Przez Roztocze do Niepodległości”. Widowisko przybliżyło uczestnikom drogę Józefa Piłsudskiego do odzyskania niepodległości oraz rolę Roztocza w wydarzeniach historycznych związanych z walką o wolność Polski.

Po części historycznej motocykliści kontynuowali przejazd, a zwieńczeniem wydarzenia był koncert zespołu „Ściana W”. W organizację przedsięwzięcia włączyli się liczni partnerzy i służby, w tym funkcjonariusze Policji oraz ratownicy medyczni, którzy dbali o bezpieczeństwo uczestników.

I Złot Motocyklowy „Przez Roztocze do Niepodległości” połączył pasję do motocykli z popularyzacją dziedzictwa historycznego oraz wartości patriotycznych. Wydarzenie zostało współfinansowane przez Województwo Lubelskie.





Noc świętojańska – między dawnym obrzędem i współczesnym świętowaniem

Noc świętojańska należy do najbardziej rozpoznawalnych świąt dorocznych związanych z początkiem lata. W tradycji ludowej łączyła w sobie elementy bardzo stare, przedchrześcijańskie, związane z przesileniem letnim, kultem słońca, wody, ognia i roślinności oraz elementy późniejsze, chrześcijańskie, odnoszone do wigilii św. Jana Chrzciciela, przypadającej z 23 na 24 czerwca.

W źródłach i opracowaniach spotykamy kilka nazw tego święta używanych w różnych regionach: noc świętojańska, sobótką, sobótki, noc Kupały, kupalnocka, kupała, a współcześnie także wianki.

Przesilenie letnie oznaczało moment graniczny: po najdłuższym dniu w roku następowała najkrótsza noc. W kulturze tradycyjnej takie chwile przejścia uważano za szczególnie ważne i niebezpieczne zarazem. Wierzano, że natura osiąga wtedy wyjątkową moc, że wzrasta aktywność sił nadprzyrodzonych. Dlatego noc ta była czasem nie tylko zabawy, ale również praktyk ochronnych, oczyszczających, zapewniających urodzaj oraz wróżebnych. W ujęciu etnograficznym sobótką była nie tylko rozrywka, a przede wszystkim obrzęd mający zabezpieczyć ludzi, zwierzęta i pola przed nieurodzajem, niszczycielskimi siłami natury oraz złymi mocami.

Jednym z najważniejszych elementów nocy świętojańskiej był ogień. Ogniska rozpalano najczęściej na łąkach, wzgórzach, polanach, nad rzekami lub w miejscach widocznych dla całej wspólnoty. Samo ognisko nazywano sobótką, stąd jedna z nazw święta. W lubelskim istniała tradycja, że przed rozpaleniem ognia sobótkowego gaszono we wsi wszystkie ognie, a następnie rozniecano „nowy ogień”, od którego później zapalano ogniska domowe. Ogień miał znaczenie przede wszystkim oczyszczające. Często skakano przez ogień, czasami parami jako wróżba miłosna, czasem chłopcy skakali wysoko „na urodzaj”, aby zboże i len rosły bujnie. Przez dogasające ognisko przepędzano bydło, wierząc, że będzie to ochroną przed chorobami i zarazą.

Drugim żywiołem była woda. Noc świętojańska odbywała się często w pobliżu rzek, jezior i stawów. Wierzano, że dopiero od św. Jana można bezpiecznie wchodzić do wody, bo wcześniej mogły zagrażać człowiekowi istoty wodne. Kąpiel w tę noc miała zapewnić zdrowie, oczyszczenie, powodzenie i symboliczne rozpoczęcie letniego czasu. Z wodą łączył się najbardziej znany dziś zwyczaj puszczania wianków. Dziewczęta wzięły je z kwiatów i ziół, po czym puszczały na wodę, obserwując ich los. Jeśli dwa

wianki płynęły blisko siebie, wróżyło to szczęśliwą miłość, jeśli się rozdzielały, oznaczało przeszkody, jeśli wianek utonął, była to zła wróżba. Współcześnie ten zwyczaj przetrwał głównie jako widowiskowy, estetyczny element obchodów, już bez dawnej wiary w jego realną moc wróżebną.

Czas przesilenia letniego był ważnym czasem także ze względu na zioła. Wierzano, że zbierane w czasie przesilenia mają wyjątkową siłę leczniczą i magiczną. Używano ich do okadzania, ochrony domostw, leczenia ludzi i zwierząt oraz odczyniania uroków. Wśród roślin świętojańskich wymieniano m.in. piołun, dziurawiec – zwany zielem świętojańskim, rutę, łopian, miętę, czarny bez, leszczynę, pokrzywę, macierzankę i rozchodnik. Piołunem przewiązywano się w pasie, aby chronić przed bólem krzyża podczas zbliżających się prac polowych i przed działaniem złych mocy. Zioła zatykano także w strzechy, przy budynkach gospodarskich i na polach.

Noc świętojańska miała także silny wymiar miłosny. W kulturze popularnej pojawia się określenie „słowania Walentynki”, choć jest ono dużym uproszczeniem, to popularność tej nocy pokazuje, że dawne symbole nadal są czytelne. Sobótką była jedną z niewielu okazji, kiedy młodzież mogła spotkać się w swobodniejszej atmosferze: przy ogniskach, śpiewach, tańcach i wróżbach. Obrzędy nie znosiły realnych ograniczeń społecznych, o małżeństwach nadal decydowały względy rodzinne i ekonomiczne, ale dawały młodym symboliczną przestrzeń do wyrażania uczuć, nadziei i lęków. Stąd popularność wróżb z wianków, wspólnych skoków przez ogień czy wypraw w poszukiwaniu kwiatu paproci. Kwiat paproci, który według wierzeń miał zakwitać tylko w tę jedną noc, obiecywał szczęście, bogactwo i niezwykłą pomyślność. Był także pretekstem do nocnego wyjścia, spotkania, opowieści i przekroczenia codziennego porządku.

Chrześcijaństwo nie usunęło tych zwyczajów, a stopniowo wpisało je w kalendarz kościelny. Noc przesilenia została powiązana z wigilią narodzin św. Jana Chrzciciela. Zmieniała się więc interpretacja święta: dawny rytuał solar-ny i agrarny zaczął funkcjonować pod nazwą nocy świętojańskiej. Nie oznaczało to jednak pełnej akceptacji. Źródła etnograficzne wskazują, że Kościół przez długi czas odnosił się do sobótek negatywnie, widząc w nich pozostałość praktyk pogańskich. Mimo tego obrzęd przetrwał w kulturze ludowej bardzo długo. Praktykowano go powszechnie jeszcze pod koniec XIX wieku. W okresie międzywojennym zaczął coraz mocniej przyjmować charakter ludyczny, a po II wojnie światowej był już praktykowany znacznie rzadziej.

Współcześnie noc świętojańska ma kilka równoległych znaczeń. Dla jednych jest elementem dziedzictwa ludowego i okazją do edukacji o dawnych obrzędach, dla innych plenerową zabawą rozpoczynającą lato. W programach tych wydarzeń, chętnie w ostatnich latach organizowanych, pojawiają się warsztaty plecenia wianków, prezentacje ziół świętojańskich, widowiska obrzędowe, śpiewy, tańce i pokazy związane z symboliką ognia oraz wody. W tej formie dawne praktyki nie są już traktowane jako realna magia ochronna, ale jako atrakcyjna opowieść o relacji człowieka z naturą, wspólnotą i cyklem roku.

Popularność tzw. wianków pokazuje, że dawne symbole nadal są czytelne. Ogień kojarzy się z energią, oczyszczeniem, woda z życiem, wianek z młodością, miłością i pięknem, zioła z leczniczą mocą natury, kwiat paproci z marzeniem o szczęściu niemożliwym, ale pociągającym. W tym sensie noc świętojańska pozostaje żywym przykładem tradycji, która nie przetrwała w niezmienionej formie lecz stale się przekształca.

Największą wartością nocy świętojańskiej jest właśnie ta wielowarstwowość. To święto można opowiadać jako

pozostałość dawnych wierzeń słowiańskich, jako przykład chrystianizacji obrzędów, jako element kultury ludowej, jako temat literacki i muzyczny, ale też jako współczesne wydarzenie plenerowe. Nie należy go redukować wyłącznie do puszczania wianków, ani przedstawiać jedynie jako „pogańskiej ciekawostki”. W tradycji wiejskiej był to ważny moment przejścia: między wiosną a latem, między codziennością a świętem, między pracą a zabawą, między lękiem przed siłami natury a próbą ich oswojenia. Noc świętojańska przypomina o niezmiennych zależnościach człowieka od sił przyrody i potrzebie poczucia wspólnoty oraz tradycji.

Literatura i źródła internetowe:

1. Ośrodek „Brama Grodzka – Teatr NN”, Leksykon – Obrzędy letnie oraz
2. *Etnografia Lubelszczyzny – cykl roczny w życiu wsi: czerwiec* — informacje o rozpalaniu „nowego ognia” i zwyczajach sobótkowych.
3. Jan Adamowski, Mariola Tymochowicz, *Obrzędy i zwyczaje doroczne z obszaru województwa lubelskiego (próba słownika)*, w: *Dziedzictwo kulturowe Lubelszczyzny. Kultura ludowa*, Lublin 2001 — tekst dostępny w Bibliotece Teatru NN.
4. Tomasz Rokosz, *Obrzęd sobótkowy. Tradycja i jej transformacje (studium etnokulturowe)*, „Archiwum Etnograficzne”, t. 59, Wrocław–Siedlce 2016 — informacja bibliograficzna KUL.
5. Zygmunt Gloger, *Encyklopedia staropolska*, hasło *Sobótka*.

Autor: Katarzyna Warmińska-Mazurek,
Muzeum Regionalne im. dr. J. Petera
w Tomaszowie Lubelskim

OBYCZAJE

Powiatowa Noc Świętojańska w Żyłce

20 czerwca 2026 roku w Żyłce w gminie Bełzec odbyła się Powiatowa Noc Świętojańska – wydarzenie nawiązujące do jednego z najstarszych słowiańskich obrzędów związanych z przesileniem letnim. Noc Świętojańska od wieków symbolizuje radość, odradzającą się naturę, miłość i pomyślność, a jej nieodłącznymi elementami są wianki, ogniska oraz wspólne świętowanie. To także doskonała okazja do pielęgnowania tradycji i przekazywania ich kolejnym pokoleniom.



Uroczystego otwarcia wydarzenia dokonali Starosta Tomaszowski Henryk Karwan oraz Wójt Gminy Bełżec Mateusz Jarosz. Wśród zaproszonych gości obecny był również Poseł na Sejm RP Tomasz Zieliński, a także przedstawiciele samorządów i lokalnych instytucji.

Program wydarzenia obfitował w liczne atrakcje. Publiczność mogła podziwiać występy Zespołu „Bełżusie”, Oliwii Lomber oraz Zespołu „Trójka” z Tomaszowa Lubelskiego. Dużym zainteresowaniem cieszył się konkurs wianków prowadzony przez pra-

cowników Muzeum Regionalnego im. dr. Janusza Petera w Tomaszowie Lubelskim. Zgodnie z wielowiekową tradycją uczestnicy wspólnie puszczali wianki na wodę – zwyczaj, który od pokoleń symbolizuje nadzieję, szczęście i pomyślność.

Na najmłodszych uczestników czekały bezpłatne dmuchańce oraz liczne atrakcje i animacje, a przez cały czas trwania wydarzenia dostępne były stoiska gastronomiczne z regionalnymi potrawami i domowymi wypiekami przygotowanymi przez koła gospodyń wiejskich.

Jednym z najbardziej widowiskowych punktów programu był pokaz ognia w wykonaniu grupy Forge of Fire z Zamościa, który zachwycił licznie zgromadzoną publiczność. Zwieńczeniem Powiatowej Nocy Świętojańskiej był koncert zespołu Formacja Malibu oraz wspólna zabawa taneczna.

Powiatowa Noc Świętojańska po raz kolejny pokazała, że kultywowanie dawnych obrzędów i zwyczajów pozostaje ważnym elementem budowania tożsamości kulturowej regionu oraz promocji jego bogatego dziedzictwa.



