

# W

# nowej roli

Miesięcznik  
Rolniczy

ISSN 2300-4487  
Nr 3 (131) marzec 2022

## Polacy pomagają

- #Pomagam Ukrainie

str. 8-9

## Lista Odmian Zalecanych (LOZ)

- do uprawy w 2022 roku

str. 10-11

## „Aktywne Kobiety”

- KGW w Łopatkach

str. 16

# Spis treści

## Aktualności

Dzień Kobiet

.....str. 3

Konkurs „Polska wieś”

.....str. 3

Praca dla obywatela Ukrainy

.....str. 3

Unijne rolnictwo a Ukraina

.....str. 4

Nabór dla pszczelarzy

.....str. 4

Zabezpieczenie paliwa

.....str. 4

## Specjalista doradza

Konkursy KRUS

.....str. 5

## Samorząd rolniczy

Działania izby rolniczej

.....str. 6-7

## Temat numeru

Polacy pomagają

.....str. 8-9

Rozmowa z dziećmi o wojnie

.....str. 9

## Dobre praktyki w rolnictwie

Lista Odmian Zalecanych

.....str. 10-11

## Ubezpieczajmy się u siebie

Nieszczęśliwe wypadki

.....str. 14

## Informacje z rynku „Zjazdowa”

Jadłospis dla urody

.....str. 15

## Smaki i pasje z regionu

KGW - Polska od kuchni

.....str. 12-13

Aktywne kobiety w Łopatkach

.....str. 16

### Miesięcznik Rolniczy

Redakcja: [Materiały do gazety](#)

Sylwia Skulimowska – 604 627 197

[sylwia.skulimowska@izbarolnicza.lodz.pl](mailto:sylwia.skulimowska@izbarolnicza.lodz.pl)

Reklama: Piotr Kociołek – 692 467 000

[piotr.kociolek@wp.pl](mailto:piotr.kociolek@wp.pl)

Zdjęcie na okładce: #PomagamUkrainie str. 8-9

Redakcja i wydawca nie ponoszą odpowiedzialności za treść tekstów i reklam dostarczonych przez instytucje współpracujące. Redakcja nie zwraca niezamówionych tekstów i zastrzega sobie prawo ich skracania, redagowania i umieszczania na stronie [www.izbarolnicza.lodz.pl](http://www.izbarolnicza.lodz.pl)

Nakład: 10 000 egz. ISSN 2300 - 4487

Wydawca:

SAM-ROL Sp. z o. o.,  
ul. Beskidzka nr 124,  
91-610 Łódź, tel. 42 632 70 21  
Projekty i druk: [www.tagraf.pl](http://www.tagraf.pl)

Izba Rolnicza Województwa Łódzkiego  
ul. Beskidzka nr 124, 91-610 Łódź  
tel. 42 632-70-21 fax 42 632-70-31,  
[www.izbarolnicza.lodz.pl](http://www.izbarolnicza.lodz.pl), [info@izbarolnicza.lodz.pl](mailto:info@izbarolnicza.lodz.pl)



Izba Rolnicza  
Województwa Łódzkiego

Biura Powiatowe	Przewodniczący/ Delegat	Adres biura	Telefon/@
Bełchatów	Piotr Kociołek Janusz Frydrychowski	Urząd Gminy ul. Kościuszki 13 97-400 Bełchatów	<b>511 124 504</b> <a href="mailto:bpbelchatow@izbarolnicza.lodz.pl">bpbelchatow@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Brzeziny	Eugeniusz Supera Dorota Kołodziejczyk	UG Brzeziny ul. Sienkiewicza 16 A 95-060 Brzeziny	<b>510 474 851</b> <a href="mailto:bpbrzeziny@izbarolnicza.lodz.pl">bpbrzeziny@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Kutno	Włodzimierz Jaworski Andrzej Górczyński	ul. Podrzeczna 18 99-300 Kutno, pok. 117	<b>510 474 825</b> <a href="mailto:bpkutno@izbarolnicza.lodz.pl">bpkutno@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Łask	Bronisław Węglewski Iwona Mamzer	ul. Narutowicza 17 98-100 Łask	<b>510 474 871</b> <a href="mailto:bpłask@izbarolnicza.lodz.pl">bpłask@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Łęczyca	Zbigniew Marczak Krzysztof Ogórek	ul. Kaliska 9a 99-100 Łęczyca	<b>510 474 825</b> <a href="mailto:bpłeczyca@izbarolnicza.lodz.pl">bpłeczyca@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Łowicz	Roman Wodzyński Waldemar Wojciechowski	ul. Starościńska 1 99-400 Łowicz, pok. 213	<b>510 474 800</b> <a href="mailto:bpłowicz@izbarolnicza.lodz.pl">bpłowicz@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Łódź-Wschód	Michał Owczarek Marcin Derach	ul. Beskidzka nr 124 91-610 Łódź, pok. 2	<b>510 474 874</b> <a href="mailto:bpłodz-wsch@izbarolnicza.lodz.pl">bpłodz-wsch@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Opoczno	Marian Kacprzak Krzysztof Juszyński	Starostwo Powiatowe ul. Kwiatowa 1a 26-300 Opoczno, pok. C16	<b>510 474 870</b> <a href="mailto:bpopoczno@izbarolnicza.lodz.pl">bpopoczno@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Pabianice	Grzegorz Antoniewski Jan Chojecki	ul. Piłsudskiego 34 95-200 Pabianice	<b>510 474 865</b> <a href="mailto:bpabianice@izbarolnicza.lodz.pl">bpabianice@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Pajęczno	Paweł Sikora Jarosław Gasiński	ul. 1 Maja 13/ 15 98-330 Pajęczno, pok. 14	<b>510 474 813</b> <a href="mailto:bpłeczyca@izbarolnicza.lodz.pl">bpłeczyca@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Piotrków Tryb.	Janusz Terka Szymon Bogusławski	Starostwo Powiatowe Al. 3 Maja 33 97-300 Piotrków Tryb.	<b>510 474 861</b> <a href="mailto:bp Piotrkow@izbarolnicza.lodz.pl">bp Piotrkow@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Poddębice	Ewa Bednarek Leszek Chmielecki	GS Samopomoc Chłopska ul. Kaliska 3/5 99-200 Poddębice	<b>510 474 725</b> <a href="mailto:bpłeczyca@izbarolnicza.lodz.pl">bpłeczyca@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Radomsko	Andrzej Komala Andrzej Gruszczyński	ul. Kościuszki 6 97-500 Radomsko, pok. 210	<b>510 474 801</b> <a href="mailto:bp radomsko@izbarolnicza.lodz.pl">bp radomsko@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Rawa Maz.	Sylwester Libera Małgorzata Rosa	ul. Kościuszki 5 96-200 Rawa Maz., pok. 58	<b>510 474 850</b> <a href="mailto:bp rawa@izbarolnicza.lodz.pl">bp rawa@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Sieradz	Jan Kołodziejczyk Jerzy Wróbel	Starostwo Powiatowe Plac Wojewódzki 3 98-200 Sieradz, pok. 309	<b>511 124 538</b> <a href="mailto:bpsieradz@izbarolnicza.lodz.pl">bpsieradz@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Skierniewice	Jacek Ossowicz Roman Rosiński	ul. Konstytucji 3 Maja 6 96-100 Skierniewice	<b>510 474 841</b> <a href="mailto:bpskierniewice@izbarolnicza.lodz.pl">bpskierniewice@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Tomaszów Maz.	Dariusz Kowalczyk Paweł Rochala	ul. Św. Antoniego 41 97-200 Tomaszów Maz., pok. 11	<b>510 474 862</b> <a href="mailto:bp tomaszow@izbarolnicza.lodz.pl">bp tomaszow@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Wieluń	Krzysztof Wróbel Zbigniew Szudlarek	ul. Palestrancka 5/4 98-300 Wieluń	<b>510 474 804</b> <a href="mailto:bpwielun@izbarolnicza.lodz.pl">bpwielun@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Wieruszów	Jerzy Karsznia Adam Ciećka	ul. Waryńskiego 14 98-400 Wieruszów	<b>510 474 804</b> <a href="mailto:bpwieruszow@izbarolnicza.lodz.pl">bpwieruszow@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Zduńska Wola	Zenon Kowalski Krzysztof Nowak	ul. Ceramiczna 10 98-220 Zduńska Wola	<b>510 474 793</b> <a href="mailto:bpzdunska.wola@izbarolnicza.lodz.pl">bpzdunska.wola@izbarolnicza.lodz.pl</a>
Zgierz	Jerzy Kuzański Adam Michaś	MPGK w Zgierzu ul. Łęczycka 24 95-100 Zgierz	<b>510 474 738</b> <a href="mailto:bpzgierz@izbarolnicza.lodz.pl">bpzgierz@izbarolnicza.lodz.pl</a>



Nazwa Placówki	Adres biura	Telefon
Biuro Regionalne w Łodzi	91-455 Łódź ul. Żurawia 7/9	<b>42/640-68-53, 640-68-54</b> <a href="mailto:lodz@tuw.pl">lodz@tuw.pl</a>
Oddział w Piotrkowie Tryb.	97-300 Piotrków Trybunalski ul. Kostromska 37	<b>44/649-69-29, 649-69-80</b> <a href="mailto:piotrkowtrybunalski@tuw.pl">piotrkowtrybunalski@tuw.pl</a>
Oddział w Skierniewicach	96-100 Skierniewice ul. Jagiellońska 4	<b>46/832-30-00, 832-36-49</b> <a href="mailto:skierniewice@tuw.pl">skierniewice@tuw.pl</a>
Oddział Kutnowsko-Łowicki	99-400 Łowicz ul. Zduńska 51 druga lokalizacja: 99-300 Kutno ul. Zduńska 9	<b>46/837-00-79</b> <a href="mailto:łowicz@tuw.pl">łowicz@tuw.pl</a> <b>24/254-17-00</b> <a href="mailto:kutno@tuw.pl">kutno@tuw.pl</a>
Oddział w Sieradzu	98-200 Sieradz, ul. Rynek 19	<b>43/822-33-99</b> <b>fax: 822-38-68</b> <a href="mailto:sieradz@tuw.pl">sieradz@tuw.pl</a>
Oddział w Łęczycy	99-100 Łęczyca, ul. Przedrynek 8	<b>24/721-01-61</b> <a href="mailto:leczyca@tuw.pl">leczyca@tuw.pl</a>
Oddział w Radomsku	97-500 Radomsko, ul. Piłsudskiego 4	<b>44/683-51-05, 683-21-27</b> <a href="mailto:radomsko@tuw.pl">radomsko@tuw.pl</a>





*Szanowne Panie,  
w tym wyjątkowym dniu, w imieniu członków Izby Rolniczej Województwa Łódzkiego,  
życzę Wam zdrowia, szczęścia i wszelkiej pomyślności.  
Radości, uśmiechu i optymizmu na każdy dzień.  
Wiemy, jak ciężką i odpowiedzialną pracę wykonują Kobiety, szczególnie w rolnictwie.  
Bardzo Wam dziękujemy za zaangażowanie i poświęcenie.  
Życzymy, by przynosiła ona wiele satysfakcji i zadowolenia!  
Wszystkiego dobrego dla wszystkich Pań!*

*Bronisław Węglewski  
Prezes Izby Rolniczej Województwa Łódzkiego*

## XIV edycja konkursu „Polska Wieś - dziedzictwo i przyszłość”

Fundacja na rzecz Rozwoju Polskiego Rolnictwa we współpracy z Wydawnictwem Naukowym Scholar ogłosiła XIV edycję konkursu „Polska wieś – dziedzictwo i przyszłość”. Patronat honorowy nad konkursem objął Polski Komitet ds. UNESCO.

Celem konkursu jest promocja polskiego rolnictwa, problematyki związanej z obszarami wiejskimi, dziedzictwa kulturowego oraz wzbogacenie publicznej debaty na temat polskiej wsi.

W RAMACH KONKURSU KAPITUŁA OCENI PRACE W DWÓCH KATEGORIACH:

1. Prace naukowe (m. in. prace doktorskie), popularno–naukowe i inne nienależące do tych dwóch kategorii, ale prezentujące szczególnie inspirujące i innowacyjne spojrzenie na problematykę rozwoju wsi;

2. Prace prezentujące dorobek kulturowy kraju i regionu, opisujące inicjatywy lokalne, dziedzictwo historyczne wsi (monografie wsi, archiwalne zbiory zdjęć stanowiące element dokumentacji, pamiątki) oraz prace ilustrujące przykład sukcesu w rozwoju polskiej wsi.

W konkursie preferowane są prace nowatorskie, interdyscyplinarne, wykazujące oryginalność w zakresie podjętej problematyki lub metodologii badań, napisane w sposób atrakcyjny dla potencjalnych czytelników.

Spośród zgłoszonych prac Kapituła Konkursowa wybierze dwa wyróżniające się opracowania. Zwycięzca w każdej z kategorii otrzyma nagrodę pieniężną w wysokości 5 tysięcy złotych.

Nagrodzone prace będą mogły być wydane w postaci książkowej w Wydawnictwie Naukowym Scholar.

Termin nadsyłania prac mija 31 lipca 2022r.

Wymagane dokumenty dotyczące konkursu znajdują się na stronie internetowej organizatora [www.fdpa.org.pl](http://www.fdpa.org.pl) oraz są dostępne w formie wydruku w siedzibie Fundacji na rzecz Rozwoju Polskiego Rolnictwa, ul. Gombrowicza 19, 01–682 Warszawa.

Dodatkowych informacji na temat konkursu dziela: Jakub Zieliński, e-mail: [j.zielinski@fdpa.biz.pl](mailto:j.zielinski@fdpa.biz.pl) tel. 695116110 lub 22 864 03 90.

Źródło: [www.fdpa.org.pl](http://www.fdpa.org.pl)

## Pomoc w znalezieniu pracy dla obywateli Ukrainy

Obywatel Ukrainy może skorzystać z bezpłatnej pomocy powiatowego urzędu pracy lub wojewódzkiego urzędu pracy obejmującej wsparcie w znalezieniu pracy, przede wszystkim przez pośrednictwo pracy oraz przez poradnictwo zawodowe.

Uzyskanie pomocy możliwe jest przez bezpośrednią wizytę w urzędzie pracy lub w formie zdal-

nej poprzez kontakt telefoniczny z urzędem pracy lub Infolinią „Zielona Linia” – tel. 19524, ale również zapoznanie się z informacjami o poszukiwaniu pracy na stronie Publicznych Służb Zatrudnienia w wersji językowej dla obywateli Ukrainy <https://lang-psz.praca.gov.pl/uk/>.

Źródło: Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej

*Szanowni Państwo,*

Ukraina stała się ofiarą niespropokowanego i nieusprawiedliwionej rosyjskiej napaści. Nikt z nas nie spodziewał się takiej sytuacji. Ukraina stanęła w obliczu wojny. Niestety sytuacja ta ma także wpływ na Polskę, Europę i świat. Solidaryzujemy się z narodem ukraińskim.

Polacy i polskie samorządy bardzo zaangażowały się w pomoc dla narodu ukraińskiego. Pomoc ta potrzebna jest cały czas, dlatego zachęcamy wszystkich, by chęć pomagania ludziom, którzy nie mogą wrócić do swojego kraju była ciągła i skoordynowana. Więcej informacji na ten temat publikujemy w tym wydaniu *W nowej roli* na stronie 8 i 9, w rubryce *Temat numeru*.

Szanowni Państwo, Izba Rolnicza Województwa Łódzkiego popierała i uczestniczyła w lutym proteście rolników województwa łódzkiego. Coraz bardziej pogarszające się warunki prowadzenia gospodarstw, wysokie ceny nawozów, paliwa, środków do produkcji rolnej, krytyczna sytuacja na rynku trzody chlewnej i ASF, wzrost cen żywności, a także sytuacja na arenie międzynarodowej, może doprowadzić do upadku wielu gospodarstw rolnych, załamania bezpieczeństwa żywnościowego dla polskich rodzin i likwidację wielu stanowisk pracy, zarówno w rolnictwie, jak i jego otoczeniu. Dlatego apelujemy do Rządu RP o skuteczność działań i wszelką pomoc dla rolników województwa łódzkiego i rolników całej Polski.

*Bronisław Węglewski*

Prezes Izby Rolniczej Województwa Łódzkiego



# W kwestii rosyjskiej inwazji na Ukrainę i jej skutków dla unijnego rolnictwa



Cała unijna wspólnota rolnicza przygląda się rozwojowi konfliktu w Ukrainie z dużym smutkiem. W czasie sesyjnygodniowych Prezydów Copa i Cogeca wszyscy członkowie wyrazili swoją solidarność z narodem ukraińskim, kierując w tym trudnym momencie szczególnie dużo myśli w stronę swoich kolegów rolników i spółdzielców. Nasza solidarność to nie tylko słowa, w najbliższych dniach i tygodniach Copa i Cogeca zorganizują konkretne

działania, uwzględniając przy tym rozwój sytuacji.

W czasie wojny bezpieczeństwo żywnościowe nabiera kluczowego znaczenia i koniecznie odpowiednio wcześniej należy podjąć niezbędne działania, aby dostawy żywności mogły dotrzeć do tych najbardziej potrzebujących w Ukrainie i na świecie. To jest moment, żeby jeszcze wzmocnić zjednoczoną europejską i międzynarodową współpracę.

Destabilizacja Ukrainy przez rosyjską inwazję już wywołała znaczące konsekwencje na poziomie globalnym. Rosja i Ukraina to kluczowi gracze w zakresie międzynarodowego eksportu produktów rolnych. Ukraina jest 4 największym zewnętrznym dostawcą żywności do UE, 1/4 jej zbóż i olejów roślinnych oraz połowa produkowanej tam kukurydzy trafia do Unii.

Teraz, kiedy kwestie dotyczące dostaw energii stają się jeszcze bardziej problematyczne i są przedmiotem obaw wszystkich bez wyjątku, strategiczne znaczenie rolnictwa rośnie. Dla europejskiej wspól-

noty rolniczej, która dowiodła swojej wytrzymałości i pokazała swoje kluczowe znaczenie w czasie pandemii, kryzys ten pojawił się równocześnie z kryzysem covidowym i znacznym wzrostem cen rolnych środków produkcji (np. energia, pasze, nawozy), który obserwujemy w ostatnich miesiącach.

Aby zachować silną Europę w pokoju, kluczowe jest zapewnienie bezpieczeństwa żywnościowego oraz łańcuchów dostaw. To jest nauka, którą przekazali nam ojcowie założyciele Unii. W nadchodzących dniach i tygodniach, kiedy uwaga świata będzie w pierwszej kolejności skupiać się na rozwiązaniu trwającego konfliktu, unijni decydenci muszą także uwzględnić jego wpływ na kluczowe sektory gospodarki. Europejskie rolnictwo jest kluczowe dla naszej strategicznej autonomii. Unijni politycy podejmujący decyzje muszą reagować zdecydowanie i szybko, aby jej nie stracić.

*Oświadczenie Copa-Cogeca*

## 35,5 mln zł pomocy dla pszczelarzy - zapowiedź naboru

**Od 1 kwietnia do 31 maja 2022 r. o dodatkowe środki finansowe będą się mogli ubiegać hodowcy pszczół. To już kolejny rok, gdy Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa oferuje takie wsparcie. Ma ono charakter pomocy de minimis w rolnictwie.**

O to dofinansowanie, podobnie jak w ubiegłym roku, będą się mogli ubiegać pszczelarze prowadzący działalność nadzorowaną w zakresie utrzymywania pszczół wpisanych do rejestru prowadzonego przez Powiatowego Lekarza Weterynarii oraz posia-

dający numer ewidencji producentów nadany przez Agencję. Jeżeli hodowca pszczół chce otrzymać pomoc, a nie jest zarejestrowany w ARiMR, musi wystąpić o nadanie numeru ewidencyjnego najpóźniej w dniu składania wniosku o wsparcie. Wsparcie wynosi 20 zł do każdej przezimowanej rodziny pszczoły. Wnioski będą przyjmować biura powiatowe ARiMR. Wzory dokumentów zostaną udostępnione na stronie Agencji w dniu rozpoczęcia naboru czyli 1 kwietnia 2022 r.

*Źródło: ARiMR*



REKLAMA

**CZĘŚCI DO CIĄGNIKÓW I MASZYN ROLNICZYCH**

OLEJE I SMARY  
ZOOTECHNIKA  
ART. OGRODNICZE  
OPONY

**"ASPOL"**

95-200 Pabianice, Świątniki 61, [www.aspol.agro.pl](http://www.aspol.agro.pl)  
tel. kom. 600 29 39 62, 600 99 03 89

TU KUPISZ  
ORYGINALNE CZĘŚCI **URSUS**

**URSUS**

## Ponowny wniosek w sprawie problemów z paliwem

10 marca 2022 r. Zarząd KRIR ponownie wystąpił do Wicepremiera, Ministra Rolnictwa o zdecydowaną interwencję w tej sprawie zakupu oleju napędowego. Indywidualni odbiorcy-rolnicy, którzy zaopatrują się hurtowo w paliwo u dostawców, otrzymują informacje o wstrzymaniu dostaw. KRIR wniosła także do umożliwienie rolnikom dokonywania zakupu oleju napędowego zarówno do kanistrów, jak i beczek z przeznaczeniem na magazynowanie paliwa oraz zwiększenie limitu zakupu. Niejednokrotnie zdarza się, zwłaszcza w przypadku małych gospodarstw rolnych, że do prac polowych używane są ciągniki o małej mocy i małym zbiorniku paliwa. Ograniczona pojemność tankowania paliwa zmusza ich do pokonywania tej trasy kilkakrotnie, co z ekonomicznego punktu widzenia jest nieuzasadnione.

Dodatkowo w związku z dramatycznym wzrostem cen paliw, wnioskowaliśmy o zwiększenie stawki zwrotu podatku akcyzowego zawartego w cenie oleju napędowego wykorzystywanego do produkcji rolnej lub zwiększenie limitu oleju napędowego od którego przysługuje zwrot akcyzy.

*Źródło: KRIR*



# XIX Ogólnokrajowy Konkurs Bezpieczne Gospodarstwo Rolne

Prezes Kasy Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego zaprasza właścicieli gospodarstw indywidualnych, z których przynajmniej jeden z właścicieli jest objęty ubezpieczeniem społecznym rolników, do udziału Ogólnokrajowym Konkursie Bezpieczne Gospodarstwo Rolne.

Przedsięwzięcie realizowane jest od 2003 roku w ramach działań na rzecz zmniejszenia liczby wypadków i chorób zawodowych rolników. Współorganizatorami Konkursu są: Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi, Państwowa Inspekcja Pracy, Krajowy Ośrodek Wsparcia oraz Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa. XIX Ogólnokrajowy Konkurs Bezpieczne Gospodarstwo Rolne uzyskał Patronat Honorowy Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej Andrzeja Dudy.

Partnerem strategicznym przedsięwzięcia jest Poczta i Towarzystwo Ubezpieczeń Wzajemnych, a partnerem wspierającym Narodowy Instytut Kultury Wsi i Dziedzictwa Narodowego.

W osiemnastu dotychczasowych edycjach udział wzięło ponad 21 tysięcy gospodarstw indywidualnych, a ich laureaci otrzymali atrakcyjne nagrody rzeczowe i finansowe – w ubiegłym roku zwycięzca został uhonorowany ciągnikiem rolniczym o mocy 55 KM.

**Celem Konkursu jest promocja zasad ochrony zdrowia i życia w gospodarstwie rolnym. Udział w nim mogą brać właściciele zarówno dużych, jak i małych gospodarstw rolnych o różnych profilach produkcji.**

**Uczestnicząc w działaniu, rolnicy mają okazję do zaprezentowania swojego miejsca pracy i osiągnięć zawodowych, zdobycia cennych nagród, a przede wszystkim poddania gospodarstwa profesjonalnemu audytowi bezpieczeństwa pracy, który wykonują komisje konkursowe. Podczas eliminacji sprawdzają one, czy w ocenianym gospodarstwie stosowane są w praktyce zasady ochrony zdrowia i życia, a także czy wyeliminowane zostały w nim zagrożenia związane z wypadkami i chorobami zawodowymi.**

W skład komisji konkursowych wchodzi specjalistów z zakresu bhp w rolnictwie reprezentujący Kasę Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego, Agencję Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa, Państwową Inspekcję Pracy, Ośrodki Doradztwa Rolniczego, Ochotniczą Straż Pożarną i inne instytucje działające w środowisku wiejskim.

Zastosowanie się do ich rad i uwag przyczynia się do wyeliminowania wielu zagrożeń w środowisku rolniczej pracy, a tym samym do zmniejszenia ryzyka wypadków i chorób zawodowych rolników oraz ich rodzin.

**Ważne terminy:**

- 22.04.2022 r. – upływa termin zgłaszania udziału w Konkursie
- 08.07.2022 r. – zakończenie etapu wojewódzkiego
- lipiec/sierpień 2022 r. – wizytacja gospodarstw finałowych (termin uzależniony od sytuacji epidemicznej w kraju)

# XII Ogólnopolski Konkurs Plastyczny dla Dzieci

Zapraszamy dzieci z terenów wiejskich do udziału w XII Ogólnopolskim Konkursie Plastycznym dla Dzieci „Bezpiecznie na wsi mamy, bo ryzyko upadków znamy”.

Jednym z działań prewencyjnych na rzecz zapobiegania wypadkom przy pracy i rolniczym chorobom zawodowym jest organizacja konkursu dla uczniów wiejskich szkół podstawowych, promującego pozytywne zachowania związane z pracą i zabawą dzieci na terenie gospodarstwa rolnego.

Konkurs przebiega pod Honorowym Patronatem Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi Henryka Kowalczyka, a współorganizatorami tego przedsięwzięcia są: Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi, Państwowa Inspekcja Pracy, Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa oraz Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa. Partnerem strategicznym konkursu jest Poczta i Towarzystwo Ubezpieczeń Wzajemnych, a partnerem wspierającym – Narodowy Instytut Kultury i Dziedzictwa Wsi.

**Zadanie konkursowe polega na wykonaniu dwuwymiarowej pracy plastycznej w formacie A-3, w dowolnej technice, obrazującej sposoby zapobiegania wypadkom przy pracy w gospodarstwie, ze szczególnym uwzględnieniem zapobiegania upadkom osób pracujących i przebywających w gospodarstwach rolnych.**

**Termin nadsyłania prac konkursowych do OR KRUS upływa z dniem 1 kwietnia 2022 roku (decyduje data wpływu prac do właściwego oddziału).**

Sposób zgłaszania prac oraz warunki uczestnictwa w konkursie określa Regulamin.

**Szczegółowych informacji na temat organizacji konkursu udziela Przemysław Kraska, kierownik Samodzielnego Referatu Prewencji, Rehabilitacji i Orzecznictwa Lekarskiego OR KRUS w Łodzi, tel. (42) 665 07 13, e-mail: przemyslaw.kraska@krus.gov.pl.**

Na każdym etapie konkursu autorzy najciekawszych prac otrzymają nagrody ufundowane przez Kasę Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego, współorganizatorów oraz patronów Konkursu. Prace laureatów będą publikowane również w materiałach promulgujących Kasy.

Źródło: KRUS

The poster features the KRUS logo and the text: "KASA ROLNICZEGO UBEZPIECZENIA SPOŁECZNEGO". It also includes a colorful logo with a sun and the text: "OGÓLNOPOLSKI KONKURS PLASTYCZNY DLA DZIECI BEZPIECZNIE NA WSI". The main title is "XII Ogólnopolski Konkurs Plastyczny dla Dzieci" with the slogan "Bezpiecznie na wsi mamy, bo ryzyko upadków znamy". Below this, it says "Weź udział w konkursie i wygraj nagrody!". The central image shows three children sitting around a table, drawing on a large sheet of paper with various colored pencils. At the bottom left, there is a call to action: "regulamin na krus.gov.pl". At the bottom right, there are logos for the "MINISTERSTWO ROLNICTWA I ROZWOJU WSI" and "VISION ZERO Safety Health Wellbeing".

# Działania izby rolniczej - luty 2022



Rada Powiatowa Powiatu Tomaszowskiego, której gościem był Podsekretarz Stanu - Krzysztof Cieciora

## Część merytoryczna

Zarząd Izby Rolniczej Województwa Łódzkiego wydaje na wniosek gmin opinie w sprawie przekształcenia gruntów leśnych na cele nieleśne i gruntów rolnych na cele nierolnicze.

**W dniu 8 lutego 2022 r.** Izba Rolnicza Województwa Łódzkiego solidaryzuje się z rolnikami i poparła protesty w Łodzi z uwagi na coraz bardziej pogarszające się warunki prowadzenia gospodarstw, w tym:

- wzrastające koszty produkcji, np. ceny nawozów,
- krytyczna sytuacja na rynku trzody chlewnej,
- nierozwiązanie problemu ASF,

- wzrost cen żywności - spowodowany przez pośredników, doprowadzi do upadku wielu gospodarstw rolnych, załamania bezpieczeństwa żywnościowego dla polskich rodzin i likwidację wielu stanowisk pracy zarówno w rolnictwie, jak i jego otoczeniu. Dlatego apelowali do Rządu RP o skuteczność działań i wszelką pomoc dla rolników województwa łódzkiego i rolników całej Polski.

**W dniu 16 lutego 2022r.** w imieniu Zarządu IRWł i na wniosek rolników, Prezes Izby Rolniczej Województwa Łódzkiego Bronisław Węglewski skierował wniosek do Prezesa Krajowej Rady Izb Rolniczych Wiktora Szmulowicza o ponowne podjęcie działań mających na celu zmianę terminu stosowania nawozów mineralnych i naturalnych (a docelowo doprowadzić do zniesienia terminów stosowania nawozów mineralnych oraz nawozów naturalnych na gruntach ornych), aby rolnicy z uwagi na sprzyjające warunki glebowe mogli wyjechać w pole siać azot. Wcześniejszy wyjazd rolników wiąże się z nałożeniem kar, które od 1 stycznia 2022 roku zostały podwyższone. Występujące w ostatnich latach globalne ocieplenie sprawia, że zastosowanie obornika w późniejszym czy wcześniejszym terminie nie spowoduje zagrożeń dla środowiska. Rolnicy mają pełną świadomość, kiedy i w jakich warunkach stosować nawożenie i terminy ich stosowania powinny być uzależnione od panujących warunków atmosferycznych.

**W dniu 17 lutego 2022r.** w związku z licznymi zapytaniami i wnioskami rolników w sprawie pomocy finansowej do zakupionych nawozów mineralnych, Izba Rolnicza Województwa Łódzkiego skierowała wniosek do Krajowej Rady Izb Rolniczych o podjęcie działań mających na celu objęcie pomocą wszystkich rolników posiadających faktury na zakup nawozów od 1 września 2021 r.

**W dniu 28 lutego 2022r.** Zarząd Izby Rolniczej Województwa Łódzkiego wystąpił do Prezesa KRIR Wiktora Szmulowicza o interwencję w sprawie możliwości tankowania przez rolników paliwa na stacjach benzynowych do karnistrów.

**W dniu 28 lutego 2022r.** w imieniu Zarządu Izby Rolniczej Województwa Łódzkiego i na wniosek rolników, Prezes Izby Rolniczej Województwa Łódzkiego Bronisław Węglewski, skierował pismo do Wojewody Łódzkiego Tobiasza Bocheńskiego z prośbą o udzielenie pomocy rolnikom uprawiającym warzywa w niskich tunelach foliowych, które podczas wichur, jakie przeszły przez województwo łódzkie, zostały zniszczone. Tunele te nie były ubezpieczone, gdyż ubezpieczyciele odmówili ubezpieczenia tuneli rolnikom. Szacuje się, że wskutek wichury zostało zniszczonych około 500 niskich tuneli.

## W omawianym okresie Zarząd IRWł wydał opinie do projektu:

- rozporządzenia MRiRW w sprawie zakazu stosowania materiału siewnego kukurydzy MON 810;
- rozporządzenia MRiRW w sprawie szczegółowych warunków i trybu przyznawania pomocy finansowej w ramach działania „Dobrostan zwierząt” objętego PROW na lata 2014-2020;
- ustawy prawo łowieckie;
- rozporządzenia MRiRW w sprawie szczegółowych warunków i trybu przyznawania płatności bezpośrednich i płatności niezwiązanej do tytoniu;
- rozporządzenia MRiRW w sprawie szczegółowych wymagań, jakie powinny spełniać wnioski w sprawach dotyczących płatności w ramach systemów wsparcia bezpośredniego;
- rozporządzenia MRiRW w sprawie formularza

wniosku o przyznanie płatności w ramach systemów wsparcia bezpośredniego;

- ustawy o ubezpieczeniu społecznym rolników;
- ustawy o paszach;

## Posiedzenia Rad Powiatowych IRWł

**W miesiącu lutym 2022r.** odbyły się 3 posiedzenia Rady Powiatowej IRWł w dniu 15.02.2022r. powiatu tomaszowskiego, w dniu 23.02.2022r. powiatu wierszowskiego, w dniu 25.02.2022 powiatu piotrkowskiego. Członkowie dyskutowali o trudnej sytuacji w rolnictwie spowodowanej m.in. wysokimi cenami środków do produkcji rolnej.

Natomiast w dniu 15 lutego 2022 roku w Starostwie Powiatowym w Tomaszowie Mazowieckim w posiedzeniu wzięli udział zaproszeni goście: Podsekretarz Stanu - Pan Krzysztof Cieciora; Poseł na Sejm - Pan Robert Telus; Starosta Tomaszowski - Pan Mariusz Węgrzynowski; Członek Zarządu Powiatu Tomaszowskiego - Pani Elżbieta Łoszczyk; Naczelnik Wydziału Ochrony Środowiska, Rolnictwa i Leśnictwa - Pani Lidia Kabat; Dyrektor Biura IRWł - Pan Jerzy Kuzański; Członek Zarządu IRWł - Pan Jacek Ossowicz a także rolnicy - hodowcy trzody chlewnej.

Głównym tematem posiedzenia było omówienie trudnej sytuacji w rolnictwie oraz propozycje pomocy Rządowej dla rolników. Podczas posiedzenia rozmawiano m.in. o sytuacji na rynku trzody chlewnej, cenach nawozów mineralnych oraz o funkcjonowaniu grup producenckich w kraju i za granicą i programach pomocowych dla rolników. Informacje z pracy Zarządu Izby Rolniczej Województwa Łódzkiego przedstawili Dyrektor Biura IRWł - Pan Jerzy Kuzański oraz Członek Zarządu IRWł - Pan Jacek Ossowicz.

## KSOW

**W dniu 28 lutego 2022r.** w ramach konkursu nr 6/2022 dla partnerów Krajowej Sieci Obszarów Wiejskich na wybór operacji, które będą realizowane w 2022 r. Izba Rolnicza Województwa Łódzkiego złożyła wniosek na wyjazd studyjny dla rolników z województwa łódzkiego.

## Targi, konferencje, spotkania,

Na stronie internetowej IRWł oraz miesięczniku „W nowej roli” została zamieszczona Lista Odmian Zalecanych (LOZ) do uprawy w województwie łódz-



Protest rolników i przedstawiciele Izby Rolniczej Województwa Łódzkiego



Rada Powiatowa IRWŁ Powiatu Wieruszowskiego

kim na 2022 rok. Asortyment duży, bo w 16 gatunkach roślin rolniczych dla 146 odmian. Wiosną do wyboru aż 99 odmian zalecanych do uprawy. Listę opublikowała Stacja Doświadczalna Oceny Odmian w Sulejowie.

#### Inna działalność IRWŁ

- Mając na uwadze trudny czas dla rolników, producentów żywności z inicjatywy Zarządu IRWŁ na stronie IRWŁ publikowana jest lista producentów rolnych z województwa łódzkiego, którzy mogą za-

oferować swoje produkty, m.in. kwiaty, warzywa, owoce poprzez dowóz w konkretne miejsce, odbiór osobisty lub wysyłkowo.

- Biura Powiatowe Izby Rolniczej Województwa Łódzkiego prowadzą nabór rolników na szkolenia dla użytkowników profesjonalnych z zakresu stosowania środków ochrony roślin. Osoby zainteresowane prosimy o kontakt z miejscowym Biurem Powiatowym IRWŁ.

- Bezpłatna publikacja Izby Rolniczej Województwa Łódzkiego miesięcznik „W NOWEJ ROLI” trafia do rolników, mieszkańców wsi województwa łódzkiego.

- Prawnik Izby Rolniczej Województwa Łódzkiego **udziela bezpłatnie** porad prawnych dla rolników.

**Wszystkie działania, interwencje podejmowane przez Zarząd Izby Rolniczej Województwa Łódzkiego oraz odpowiedzi na wnioski zgłoszone przez IRWŁ oraz informacje na temat sytuacji w rolnictwie są dostępne na stronie internetowej IRWŁ [www.izbarolnicza.lodz.pl](http://www.izbarolnicza.lodz.pl)**

Beata Rzewuska

Specjalista ds. organizacji rynków rolnych i szkoleń

Doradca rolno-środowiskowy

## Modne hasło – „Pomagam”, ale czy faktycznie pomagam?



raz częściej przedkładamy dobro własne i wygodę, a także próżność, chęć zysku i bycia podziwianym – nad dobro innych i bezinteresowna pomoc drugiej osobie. Cóż, takie egoistyczne podejście nie pozwala osiągnąć szczęścia. Udowodniono, że pomaganie ma wpływ na wydzielanie dopaminy – hormonu odpowiedzialnego za odczucie przyjemności. Kiedy dopamina jest uwalniana w dużych ilościach wywołuje odczucie radości, a to motywuje nas do powtarzania określonego zachowania. Czy nie dlatego pamiętamy pomaganie rodzicom i dziadkom w dzieciństwie? Pomagając sprawiamy, że świat nie jest już bezdusznym miejscem, którym rządzi pieniądź. Przecież nie można kupić prawdziwej miłości, przyjaźni, uśmiechu, pięknych wspomnień. Dlatego przydajmy się komuś potrzebującemu. Tym bardziej, że ostatnie badania wykazały, że wolontariat wydłuża życie, a już 100 godzin wolontariatu w ciągu roku pozwala obniżyć ryzyko śmierci aż o 28%! Dlatego daj teraz komuś serce, a potem to serce do Ciebie wróci. Pomaganie innym to czynienie... dobra. Czy jesteśmy „dobrzy”? Czy jestem użyteczny? Czy jestem komuś potrzebny? Oczywiście, że tak! „Pomaganie” zawsze się obrotni, dlatego biegnę zrobić swoje 100 godzin wolontariatu, tym razem dla Ukrainy!

Anna Kamila Kaczmarek

Telewizja i media społecznościowe ogłaszają apel o pomocy naszym sąsiadom z Ukrainy, którzy ze strachem i bólem opuszczają swoje domy, żeby uratować życie. Trudno opisać z odległości tysiąca kilometrów to, co przeżywa ten naród. Ostrzeliwane są domy, szkoły, szpitale. Takie doniesienia powodują konieczność natychmiastowej reakcji. Pomóżmy naszym sąsiadom przetrwać to piekło w miarę naszych możliwości. W Internecie i prasie dostępne są sprawdzone organizacje, na których konta można wpłacić pieniądze oraz przekazywać osobom poszkodowanym najpotrzebniejsze rzeczy. Bądźmy z nimi razem!

Teraz to czas, kiedy przekazujemy 1% podatku na różne szczytne cele. Większość z nas po wpisaniu w PIT, komu chce przekazać ten 1% odczuwa spełnienie i do następnego rozliczenia nie myśli już o „pomaganiu”. Ale zacznijmy od początku, od definicji słowa „pomaganie” wg. słownika PWN. Pomagać

to dokonać jakiegoś wysiłku dla dobra jakiejś osoby, aby jej coś ułatwić lub uratować ją z trudnej sytuacji; też dać komuś coś; przydać się do czegoś.

To ostatnie wyjaśnienie jest najprostsze i potocznie używane nader często. Czy my możemy się do czegoś przydać? Zanim napiszę, co sądzą o tym naukowcy, warto żebyśmy sobie przypomnieli jak w dzieciństwie pomagaliśmy мамie piec ciasto czy sprzątać lub obierać z babcią jarzyny do obiadu. Pamiętamy ile było radości i zabawy, ile uśmiechu i dobrych emocji. Przedkładaliśmy to nad zabawę klockami i misiami. Dlaczego? Amerykański psycholog Michael Tomasello twierdzi, że już dwuletnie dzieci próbują pomagać dorosłym, doświadczającym jakiś trudności. Przy czym cała chęć niesienia pomocy innym przez małe dzieci jest bezinteresowna. Jak się okazuje dopiero społeczeństwo i kultura, w której się wychowujemy, powoduje, że z upływem lat co-



Zwierzęta również czekają na naszą pomoc

# Polacy pomagają - #PomagamUkrainie

*Zapraszamy wszystkich do wsparcia Ukraińców uciekających przed atakiem Rosji na ich ojczyznę. W szczególności zachęcamy do współpracy jednostki samorządu terytorialnego, fundacje, stowarzyszenia i inne organizacje społeczne, przedsiębiorstwa, a także osoby prywatne. Pomoc powinna być kierowana do osób przebywających na terytorium Ukrainy, a także do obywateli Ukrainy, którzy są już na terytorium Polski.*

## Jak możemy pomóc?

To my decydujemy, w jakim zakresie i w jaki sposób możemy pomóc. Warto przekazać niezbędne rzeczy, udostępnić mieszkanie lub schronienie dla potrzebujących, ale także wesprzeć działania organizacyjnie i zaangażować się jako wolontariusz.

## Jest kilka opcji pomocy

Ważne jest wsparcie materialne. Osoby, które opuściły swoje domy mają przy sobie często tylko najpotrzebniejsze rzeczy i zapasy na kilka dni. Bezpośrednie wsparcie dla nich to przede wszystkim: woda, żywność, środki medyczne i opatrunkowe, koce, śpiwory, łóżka polowe, odzież. Część uchodźców potrzebuje mieszkania lub schronienia na kilka, kilkanaście dni lub dłuższy okres czasu. Potrzebne są również środki transportu do przewiezienia pomocy na terytorium Ukrainy, a także pomoc w przewiezieniu potrzebujących osób. Dostarczenie ogromnego wsparcia dla dużej grupy osób to wyzwanie logistyczne. Warto zapytać znajome osoby i poprosić o pomoc. Można także zaangażować się jako wolontariusz, który na miejscu pomoże



potrzebującym. W pomoc dla mieszkańców Ukrainy warto zaangażować również dzieci i mło-

dzie. Na pewno wiedzą już, co się dzieje za naszą wschodnią granicą, dlatego teraz mają szansę

## Co warto przygotować?

Listę produktów i środków, które warto przekazać potrzebującym na Ukrainie, a także tym, którzy oczekują przed przejściami granicznymi.

### Odzież i okrycie:

- koce zwykłe i termiczne,
- śpiwory,
- podkładki pod materac do spania z wodoodpornej folii aluminiowej,
- materace,
- ubrania (nowe lub używane w dobrym stanie) – prosimy o zorientowanie się czy na danym terenie są jeszcze potrzebne,
- płaszcze przeciwdeszczowe.

### Środki higieny i czystości:

- płyny do kąpieli/pod prysznic/mydło,
- dezodoranty,
- pasta do zębów,
- szczoteczki do zębów,
- grzebienie,
- bielizna damska, męska, dziecięca,



KGW w Wielkiej Wsi



- podpaski,
- pieluchy dla dzieci,
- pieluchy dla dorosłych,
- papier toaletowy i ręczniki papierowe,
- ręczniki (w tym z mikrofibry),
- worki na śmieci,
- środki dezynfekujące/alkohol do dezynfekcji,
- maski filtrujące lub jednorazowe.

**Żywność:**

- woda,
- do szybkiego przygotowania (instant),
- batony (w tym energetyczne),
- bakalie, orzechy,
- konserwy,
- makarony lub płatki zbożowe do szybkiego przygotowania
- narzędzia kuchenne jednorazowego lub wielokrotnego użytku: talerz głęboki, łyżka, widelec, nóż, szklak (silikon spożywczy lub plastik).

**Inne:**

- zapalki,
- baterie, powerbanki
- oświetlenie, w tym latarki
- świece,
- zestawy pierwszej pomocy,
- podstawowe środki medyczne (witaminy, środki przeciwbólowe, przeciwgorączkowe, leki na kaszel i przeziębienie).

Nie wysyłamy w ramach pomocy humanitarnej broni palna (w tym gazowa, hukowa itp.), elementy opancerzenia, umundurowania lub innego sprzętu militarnego i paramilitarnego. Nie wysyłamy również innych produktów, które nie stanowią pomocy humanitarnej.

**Polska gościnna i otwarta**

Ponad 1,5 mln osób przybyło już do Polski z Ukrainy, wśród nich są głównie setki tysięcy dzieci i kobiet, które musiały uciekać z Ukrainy. Polacy otworzyli swoje serca Ukraińcom i przywrócili wizerunek Polski gościnniej i otwartej. Niestety konflikt cały czas się przedłuża i pomoc będzie konieczna przez dłuższy okres. Nić solidarności, piękny gest i dobre słowo to dzisiaj to, co dają Ukrainie Polacy.

*Oprac. Sylwia Skulimowska*



Łask



KGW w Wielkiej Wsi

# Jak rozmawiać z dzieckiem o wojnie w Ukrainie?

**JAK I CZY W OGÓLE ROZMAWIAĆ Z DZIECKIEM O WOJNIE?**

<p>1. TAK, ROZMAWIAJMY. Dzieci mają dostęp do mediów i w końcu sami o tym usłyszą, a wtedy lęki i niepokoje mogą być większe.</p>	<p>5. MÓWMY PRZEZ PRYZMAT POKOJU I TEGO, ŻE SZACUNEK DO KAŻDEGO CZŁOWIEKA JEST NAJWAŻNIEJSZY.</p>	<p>8. NIE TRAKTUJMY I NIE OPISUJMY WOJNY PRZEZ PRYZMAT DOBRY/ZŁY, CZY TEŻ BOHATERSTWA.</p>
<p>2. DOSTOSUJMY PRZEKAZ DO WIEKU DZIECKA.</p>	<p>6. MÓWMY O TRUDNYCH, ALE NIE O DRASTYCZNYCH STRONACH WOJNY.</p>	<p>9. DAJMY DZIECIOM MOŻLIWOŚĆ OPowiedzenia o swoich emocjach.</p>
<p>3. NIE ODKŁADAJMY ROZMOWY NA PÓŹNIEJ.</p>	<p>7. MIEJMY KONTROLĘ NAD TYM, CO NASZE DZIECI OGLĄDAJĄ I CZYTAJĄ W SIECI.</p>	<p>10. OKAZUJMY WSPARCIE I ZROZUMIENIE DLA EMOCJI DZIECI.</p>
<p>4. WOJNA JEST ZAWSZE ZŁA, WYNIKA Z KONFLIKTÓW NA RÓŻNYCH PRZECIWCZYNACH.</p>	<p>11. NIE STYGMATYZUJMY MIESZKAŃCÓW ROSJI.</p>	<p>12. POZWÓLMY NA GESTY WSPARCIA, SOLIDARNOŚCI DLA MIESZKAŃCÓW UKRAINY.</p>

Logos: S, NO DN, BELFRY, SUPER BELFRY

- Dostosujmy przekaz do wieku dziecka.
- Nie odkładajmy rozmowy na później.
- Wojna jest zawsze zła, wynika z nieporozumień, uzurpacji, zapędów imperialistycznych i braku komunikacji. Ten przekaz każdy z nas musi dostosować do wieku ucznia i jego wrażliwości, ale także historycznej wiedzy.
- Mówmy przez pryzmat pokoju i tego, że to szacunek do każdego człowieka jest najważniejszy.
- Mówmy o trudnych, ale nie drastycznych stronach wojny.
- Miejmy kontrolę nad tym co nasze dzieci oglądają i czytają w sieci.
- Nie stygmatyzujemy mieszkańców Rosji.
- Nie traktujmy i nie opisujmy wojny przez pryzmat dobrego/złego, czy też bohaterstwa. Wojna jest zawsze zła.
- Dajmy możliwość opowiedzenia dzieciom o swoich emocjach.
- Okażmy wsparcie i zrozumienie dla ich emocji.
- Pozwólmy dzieciom wykonać serce czy laurkę ze słowami wsparcia dla Ukrainy.

Wszyscy jesteśmy zgodni, że trudnych tematów nie można unikać i zamiatać pod dywan. Trzeba stawiać im czoła i dostosowując przekaz do wieku dziecka, do jego potencjału intelektualnego i możliwości poznawczych mówić i tłumaczyć trudną rzeczywistość. Ważne, aby nasz przekaz i nasze rozmowy były szczere i opierały się

na prawdzie, nie na domysłach i własnych lękach.  
**Jak zatem i czy w ogóle rozmawiać z dzieckiem o wojnie?**  
 - Tak, rozmawiamy. Dzieci mają dostęp do mediów i w końcu sami o tym usłyszą, a wtedy niepokoje i lęki mogą być większe.

\* Udostępniamy Państwu plakat na stronie <https://www.specjalni.pl/2022/02/plakat-jak-rozmawiac-z-uczniami-o.html>, który mamy nadzieję pomoże w decyzji o tym, jak i kiedy z dziećmi rozmawiać o wojnie.

Źródło: [www.specjalni.pl](http://www.specjalni.pl)



# Lista Odmian Zalecanych do uprawy na 2022 rok

Właściwie dobrana odmiana jest głównym czynnikiem wpływającym na zwiększenie produkcji roślinnej we współczesnym rolnictwie. Jest też jednocześnie najtańszym sposobem zwiększenia produkcji rolniczej, gdyż nie generuje dodatkowych nakładów, a może przynieść wymierne korzyści produkcyjne.

Dopływ nowych odmian krajowych i zagranicznych stwarza zapotrzebowanie na niezależną i obiektywną informację o odmianach. Taką informację dają wyniki doświadczeń Porejestrowego Doświadczalnictwa Odmianowego (PDO), prezentujące wiarygodne dane o wartości gospodarczej i użytkowej odmian wpisanych, zarówno do Krajowego Rejestru (KR), jak i Kata-

logu Unijnego (CCA). Głównym zadaniem PDO jest umożliwienie trafnego wyboru odmian najlepiej dostosowanych do lokalnych warunków gospodarowania.

Efektywną formą rekomendacji odmian najbardziej odpowiednich do praktyki rolniczej są Listy Odmian Zalecanych (LOZ) do uprawy w warunkach województwa łódzkiego. W 2016 roku Centralny Ośrodek Badań Odmian Roślin Uprawnych (COBORU) w Słupi Wielkiej opracował nowatorski program zwany „Inicjatywą białkową COBORU”. Innowacje dotyczyły tradycyjnych, rodzimych roślin białkowych: grochu siewnego, bobiku, łubinu wąskolistnego, łubinu żółtego oraz soi. Nadzrędnym celem powstania inicjatywy było zwiększenie

powierzchni uprawy roślin białkowych dla poprawy bilansu paszowego w kraju.

Należy podkreślić, że LOZ powstaje dzięki znaczącemu wsparciu merytorycznemu i finansowemu programu Porejestrowego Doświadczalnictwa Odmianowego przez Partnerów Ustawowych tj. Samorządu Województwa Łódzkiego i Izby Rolniczej Województwa Łódzkiego.



*dr inż. Przemysław Majchrowski*  
Dyrektor COBORU  
Stacja Doświadczalna  
Oceny Odmian w Sulejowie  
[www.sulejow.coboru.gov.pl](http://www.sulejow.coboru.gov.pl)





LISTA ODMIAN ZALECANYCH

# LISTA ODMIAN ZALECANYCH DO UPRAWY W WOJEWÓDZTWIE ŁÓDZKIM NA ROK 2022

**JĘCZMIEN JARY**

Lp.	Odmiana	Rok wpisania na LOZ	Typ odmiany
1.	Adwokat	2021	pastewna
2.	Avatar	2021	pastewna
3.	Burbon	2022 <sup>R</sup>	pastewna
4.	Farmer	2020	pastewna
5.	Feedway	2022	pastewna
6.	Jovita	2022	pastewna
7.	Laser	2022 <sup>R</sup>	pastewna
8.	Mecenas	2021	pastewna
9.	MHR Fajter	2020	pastewna
10.	Pilote	2019	pastewna
11.	Radek	2019	pastewna
12.	Runner	2020	pastewna

**PSZENICA JARA**

Lp.	Odmiana	Rok wpisania na LOZ	Wartość technologiczna
1.	Alibi	2021	chlebowa
2.	Aura	2021	jakościowa chlebowa
3.	Goplana	2016	jakościowa chlebowa
4.	Harenda	2016	chlebowa
5.	Itaka	2022 <sup>R</sup>	jakościowa chlebowa
6.	KWS Dorium	2022 <sup>R</sup>	jakościowa chlebowa
7.	Merkawa	2021	jakościowa chlebowa
8.	Rusalka	2017	jakościowa chlebowa
9.	SU Ahab	2022	jakościowa chlebowa
10.	WPB Pebbles <sup>o</sup>	2022 <sup>R</sup>	jakościowa chlebowa
11.	WPB Troy	2021	jakościowa chlebowa

**OWIES**

Lp.	Odmiana	Rok wpisania na LOZ	Typ odmiany
1.	Bingo	2010	nizinna
2.	Figaro	2021	nizinna
3.	Nawigator	2016	nizinna
4.	Pablo	2021	nizinna
5.	Poker	2022	nizinna
6.	Rambo	2021	nizinna
7.	Refleks	2021	nizinna

**PSZENŻYTO JARE**

Lp.	Odmiana	Rok wpisania na LOZ	Typ odmiany
1.	Hugo	2019	pastewna
2.	Impetus	2022	pastewna
3.	Mamut	2017	pastewna
4.	Santos	2020	pastewna

**PSZENICA OZIMA**

Lp.	Odmiana	Rok wpisania na LOZ	Wartość technologiczna
1.	Artist	2016	chlebowa
2.	Euforia	2020	jakościowa chlebowa
3.	LG Keramik	2022	chlebowa
4.	Medalistka	2018	chlebowa
5.	Opoka	2021	jakościowa chlebowa
6.	Owacja	2019	chlebowa
7.	RGT Specjalist	2022	chlebowa
8.	SY Dubaj	2021	jakościowa chlebowa
9.	Venecja	2021	chlebowa

**PSZENŻYTO OZIME**

Lp.	Odmiana	Rok wpisania na LOZ	Typ odmiany
1.	Belcanto	2021	pastewna
2.	Carmelo	2020	pastewna
3.	Medalion	2022 <sup>R</sup>	pastewna
4.	Meloman	2016	pastewna
5.	Sekret	2020	pastewna
6.	SU Liborius	2022	pastewna
7.	Tadeus	2019	pastewna
8.	Toro	2021	pastewna

**JĘCZMIEN OZIMY**

Lp.	Odmiana	Rok wpisania na LOZ	Typ odmiany
1.	Jakubus	2019	pastewna
2.	KWS Kosmos	2018	pastewna
3.	Lautetia	2022 <sup>R</sup>	pastewna 2 rzędowa
4.	Melia	2022	pastewna
5.	Mirabelle	2021	pastewna
6.	SU Lautine	2021	pastewna 2 rzędowa

**ŻYTO OZIME**

Lp.	Odmiana	Rok wpisania na LOZ	Typ odmiany
1.	Antonińskie	2022	populacyjna
2.	Dańkowskie Granat	2021	populacyjna
3.	Dańkowskie Skand	2020	populacyjna
4.	Dańkowskie Turkus	2019	populacyjna
5.	KWS Berado	2021	mieszańcowa
6.	KWS Dolaro	2018	mieszańcowa
7.	KWS Jethro	2022	mieszańcowa
8.	KWS Serafino	2019	mieszańcowa
9.	KWS Tayo	2022	mieszańcowa
10.	KWS Trebiano	2021	mieszańcowa
11.	Reflektor	2021	populacyjna

**RZEPAK OZIMY**

Lp.	Odmiana	Rok wpisania na LOZ	Typ odmiany
1.	Absolut	2021	mieszańcowa
2.	Ambassador	2021	mieszańcowa
3.	Architect	2019	mieszańcowa
4.	Artemis	2021	mieszańcowa
5.	Derrick	2020	populacyjna
6.	DK Excited	2022 <sup>R</sup>	mieszańcowa
7.	Dominator	2022	mieszańcowa
8.	Duke	2021	mieszańcowa
9.	Dynamic	2022	mieszańcowa
10.	ES Imperio	2020	mieszańcowa
11.	Galileus	2020	populacyjna
12.	Gemini	2021	populacyjna
13.	LG Areti	2022 <sup>R</sup>	mieszańcowa

**SOJA**

Lp.	Odmiana	Rok wpisania na LOZ	Typ odmiany
1.	Acardia (CCA)	2020	poźna
2.	Achillea (CCA)	2022	poźna
3.	Adessa	2022	wczesna
4.	Erica	2021	wczesna
5.	Moravians (CCA)	2021	poźna
6.	Obelix (CCA)	2021	średniowczesna
7.	Sirelia (CCA)	2019	średniowczesna

**GROCH SIEWNY**

Lp.	Odmiana	Rok wpisania na LOZ	Typ odmiany
1.	Arwena	2020	ogólnoużytkowa
2.	Astronaute	2019	ogólnoużytkowa
3.	Batuta	2019	ogólnoużytkowa
4.	Grot	2022	ogólnoużytkowa
5.	Hubal	2022	pastewna
6.	Mandaryn	2020	ogólnoużytkowa
7.	Mefisto	2022	pastewna
8.	Milwa	2021	pastewna
9.	Tarchalska	2020	ogólnoużytkowa

**BOBIK**

Lp.	Odmiana	Rok wpisania na LOZ	Typ odmiany
1.	Albus	2019	niskotaninowa
2.	Apollo	2021	wysokotaninowa
3.	Capri	2021	wysokotaninowa
4.	Fernando	2022	niskotaninowa

**ŁUBIN WĄSKOLIŚTY**

Lp.	Odmiana	Rok wpisania na LOZ	Typ odmiany
1.	Agat	2021	niesamokończąca
2.	Dalbor	2019	niesamokończąca
3.	Neron	2022	niesamokończąca
4.	Regent	2022	samokończąca
5.	Roland	2019	niesamokończąca
6.	Swing	2022	niesamokończąca
7.	Szot	2022	samokończąca

**ŁUBIN ŻÓŁTY**

Lp.	Odmiana	Rok wpisania na LOZ	Typ odmiany
1.	Diament	2020	niesamokończąca
2.	Mister	2021	niesamokończąca
3.	Puma	2021	niesamokończąca

**KUKURYDZA – użytkowanie na ziarno**

Lp.	Odmiana	Rok wpisania na LOZ	FAO
odmiany wczesne			
1.	Amavit	2022	230
2.	ES Fieldgold	2022 <sup>R</sup>	230
3.	ES Submarine	2022 <sup>R</sup>	230
4.	KWS Odorico	2022 <sup>R</sup>	230-240
5.	KWS Salamandra	2022	230
6.	RGT Exxon	2022 <sup>R</sup>	230
7.	SM Sobieski	2022 <sup>R</sup>	220
odmiany średniowczesne			
1.	ES Runway	2022	240
2.	Farmezzo	2020	250
3.	Farmfire	2022	230
4.	Greatful	2022 <sup>R</sup>	240
5.	Grigri CS	2021	250
6.	Plantus	2019	250
odmiany średniopóźne			
1.	ES Broadway	2022 <sup>R</sup>	260
2.	Farmurphy	2022	260
3.	Hardware	2022	260

**KUKURYDZA – użytkowanie na kiszonce**

Lp.	Odmiana	Rok wpisania na LOZ	Typ odmiany
odmiany wczesne			
1.	RGT Decitex	2022 <sup>R</sup>	230
2.	SM Mieszko	2022 <sup>R</sup>	230
3.	Tipico	2021	230
odmiany średniowczesne			
1.	Brigado	2019	250
2.	ES Palladium	2022	240
3.	SM Varsovia	2022 <sup>R</sup>	250
4.	Tiguan	2022 <sup>R</sup>	250
odmiany średniopóźne			
1.	Baobi CS	2021	250-260
2.	Motivi CS	2022	280

**ZIEMNIAK – odmiany bardzo wczesne**

Lp.	Odmiana	Rok wpisania na LOZ	Typ odmiany
Zbiór wczesny (po 40 dniach od wschodów)			
1.	Riviera	2017	A-AB
2.	Werbena	2021	B
Zbiór po zakończeniu wegetacji			
1.	Denar	2009	AB
2.	Impresja	2020	A-AB
3.	Surmia	2022	A-AB

**ZIEMNIAK – odmiany wczesne**

1.	Bellarosa	2010	B
2.	Ignacy	2020	B
3.	Michalina	2011	B
4.	Vineta	2007	AB

**ZIEMNIAK – odmiany średniowczesne**

1.	Jurek	2020	B-BC
2.	Satna	2007	B
3.	Tajfun	2007	B-BC

<sup>R</sup> - wstępna rekomendacja  
<sup>o</sup> - odmiana oścista

- Lista odmian zalecanych do uprawy na obszarze województwa (LOZ) została sporządzona w oparciu o wieloletnie wyniki doświadczeń odmianowych prowadzonych w ramach Porejestrowego Doświadczenia Odmianowego w województwie łódzkim do roku 2021.  
- Odmiany umieszczone na „liście” wykazały w ostatnich latach dużą przydatność do uprawy w warunkach naszego województwa i zasługują na znaczący udział w uprawie.  
- Stwierdzona w czasie badań duża wartość tych odmian daje większą gwarancję uzyskania lepszych efektów gospodarczych niż uprawa innych odmian.

[www.sulejow.coboru.gov.pl](http://www.sulejow.coboru.gov.pl)  
e mail: [sdoo@sulejow.coboru.gov.pl](mailto:sdoo@sulejow.coboru.gov.pl)  
tel. 44 61 62 039





# Wyjątkowe święto Kół Gospodyń Wiejskich

*Poznaj smak, zapach i wyjątkowy charakter naszego kraju. Zasmakuj tradycyjnej kuchni polskiej i dotknij prawdziwej lokalnej kultury. Weź udział w wyjątkowym święcie – Festiwalu Kół Gospodyń Wiejskich. Poznaj Polskę od kuchni...*

Festiwal Kół Gospodyń Wiejskich „Polska Od Kuchni” to ogólnopolskie, wyjątkowe wydarzenie, przygotowane by podkreślić jak ważne jest, by idąc z duchem czasu pielęgnować lokalną kulturę i tradycję. Festiwal ma na celu integrację, aktywizację i wsparcie lokalnych społeczności, promocję polskich produktów i dziedzictwa kulinarnego oraz wymianę międzypokoleniowej wiedzy, umiejętności i przekazanie tradycji młodszemu pokoleniu.

Aby podkreślić rolę Kół Gospodyń Wiejskich w promowaniu bogactwa oraz różnorodności lokalnej tradycji a także pogłębić wiedzę o kulturze każdego regionu przygotowano cztery konkursy angażujące Koła z całej Polski. Szczypty pikanterii konkurencjom dodadzą wartościowe nagrody, które Koła mogą zdobyć na każdym etapie rywalizacji.

Łaknący wiedzy lub nowych umiejętności ugasza pragnienie podczas gorących dyskusji i różnorodnych warsztatów prowadzonych przez ekspertów. W programie każdej edycji wydarzenia znajdują się między innymi: pokazy kulinarne połączone z degustacją, prowadzone przez znanych szefów kuchni, różnorodne warsztaty oraz panele dyskusyjne prowadzone w dedykowanych strefach, aktywności i zabawy dla całych rodzin, spotkania z gwiazdami i celebrytami a także koncerty.

Nieodłącznym elementem Festiwalu jest Jarmark Produktów Regionalnych, podczas którego lokalni producenci, rolnicy, rękodzielnicy i Koła Gospodyń Wiejskich

mają okazję prezentować i sprzedawać swoje wyroby.

## **Spotkajmy się w Twoim województwie**

Trasa Festiwalu rozpocznie się 29 maja 2021 r. i obejmie cały kraj. Festiwal odwiedzi każde województwo by zaserwować uczestnikom bezpłatne wydarzenia okraszane wspaniałą atmosferą lokalnych społeczności oraz regionalnej kultury i tradycji.

Podczas każdej Edycji Wojewódzkiej Festiwalu przeprowadzone zostaną Półfinały Wojewódzkie konkursów. Już na tym etapie na uczestników będą czekać niezapomniane emocje, a na zwycięzców wartościowe nagrody.

## **Finał Festiwalu**

Finał Festiwalu odbędzie się **25 września 2021 r. na PGE Narodowym w Warszawie.**

Podczas ostatniej z edycji Festiwalu rozstrzygnięte zostaną konkursy i wyłonione Laureatki nagród głównych, które zostaną wręczone Zwycięzcom w trakcie uroczystej gali.

Na zakończenie uczestnicy Festiwalu zostaną zaproszeni na koncert „Roztańczony PGE Narodowy”.

Festiwal otrzymał Patronaty Honorowe Marszałków i Wojewodów, a każda edycja transmitowana będzie na żywo w programie „Pytanie na Śniadanie” w TVP 2.

Więcej informacji na stronie: [www.festiwalpolska-odkuchni.pl](http://www.festiwalpolska-odkuchni.pl)

## **INFORMACJE O KONKURSACH**

Wierzmy, że każde z Kół jest wyjątkowe i każde zasłu-

guje na to, by powiedzieć o nim tak głośno, aby usłyszała to cała Polska!

Aby należycie nagrodzić i uhonorować wkład, jaki wnosicie w rozwój polskiej wsi i jej dziedzictwa kulturowego przygotowaliśmy dla Was fantastyczne konkursy, które rozstrzygniemy podczas **Ogólnopolskiego Finału Festiwalu Kół Gospodyń Wiejskich „Polska Od Kuchni”, 24 września 2022 r. w Warszawie na błoniach PGE Narodowego.**

Zarówno na etapie konkursów wojewódzkich, jak i w rozgrywce finałowej w Warszawie przyznane zostaną nagrody pieniężne i rzeczowe o łącznej wartości ponad pół miliona złotych!

**Motywnym przewodnim tegorocznej edycji Festiwalu jest tradycyjne wesele!**

Chcielibyśmy, aby motyw wesela został zawarty w każdej z przygotowanych kategorii konkursowych.

**Śladem ubiegłorocznej edycji zapraszamy Państwa do udziału w czterech kategoriach konkursowych:**

### **Wybory Miss Wdzięku**

Podczas tego konkursu wybierane są najpiękniejsze działaczki KGW, jednak nie chodzi tu jedynie o piękno fizyczne. Kandydatki starające się o tytuł Miss Wdzięku będą musiały skraść serca oceniających także swoim wdziękiem, osobowością, zakresem działania oraz zaprezentowanymi umiejętnościami. Jedną z kreacji, w której zaprezentują się Panie będzie strój nawiązujący do sukni Panny Młodej.

Zwycięzynie uzyskają tytuł Najpiękniejszych oraz nagrody pieniężne na rzecz swojego KGW.

Konkurs odbędzie się w dwóch kategoriach wiekowych: **Miss** oraz **Miss 45+** i rozstrzygniemy go w trzech etapach:

### I Etap Konkursu - Eliminacje Wstępne.

Spośród nadesłanych zgłoszeń Komisja Miss, na podstawie kryteriów podanych w Regulaminie Konkursu, wybierze około 15 najbardziej inspirujących kobiet w każdej kategorii wiekowej, z każdego województwa, które przejdą do kolejnego etapu.

### II Etap Konkursu - Półfinały Wojewódzkie.

Półfinały Konkursu odbędą się kolejno w każdym z województw podczas lokalnej edycji Festiwalu Kół Gospodyń Wiejskich „Polska Od Kuchni”.

Podczas Półfinału wybrane we wcześniejszym etapie kobiety, będą mogły zaprezentować się w strojach nawiązujących do regionu, do tradycji lub sukni Panny Młodej oraz opowiedzieć o zakresie swoich działań.

Z każdego województwa do Finału przejdą 2 Uczestniczki z każdej kategorii wiekowej- jedna wybrana przez Jury, druga wybrana w głosowaniu SMS-owym.

Nagroda główna dla zwyciężczyń Półfinałów w obu kategoriach wiekowych to 3 000 zł.

### III Etap Konkursu - Finał.

**Gala finałowa Miss Wdzięku 2022 odbędzie się 24 września na błoniach PGE Narodowego w Warszawie**, w trakcie Finału Festiwalu Kół Gospodyń Wiejskich „Polska Od Kuchni”.

Tak jak w poprzednim etapie Finalistki zaprezentują swoje stroje oraz zakres działań na rzecz rozwoju lokalnej społeczności.

Po wręczeniu nagród uczestnicy festiwalu zostaną zaproszeni na koncert **Roztańczony PGE Narodowy**.

Zwycięzców Konkursu wybierze Jury w oparciu o kryteria podane w Regulaminie Konkursu.

Nagroda główna dla zwyciężczyń w każdej kategorii wiekowej to 6 000 zł.

### Konkurs Kulinaryny

Podczas Konkursu Kulinarne Kół Gospodyń Wiejskich wezmą udział w wyjątkowej rywalizacji kulinarnej – za zadanie mają przygotować tradycyjne danie regionalne lub nowoczesną wariację na jego temat. Podczas tego konkursu krążyć będziemy wokół tematu dań serwowanych na lokalnych weselach.

Zwycięzynie uzyskają tytuł Najlepszych Gospodyń, nagrody rzeczowe oraz pieniężne na rzecz swojego KGW.

Konkurs rozstrzygniemy w trzech etapach:

### I Etap Konkursu - Eliminacje Wstępne.

Spośród nadesłanych zgłoszeń Komisja Kulinarna, na podstawie kryteriów podanych w Regulaminie Konkursu, wybierze po około 20 najlepszych potraw z każdego województwa, które przejdą do kolejnego etapu.

### II Etap Konkursu - Półfinały Wojewódzkie.

Półfinały Konkursu odbędą się kolejno w każdym z województw podczas lokalnej edycji Festiwalu Kół Gospodyń Wiejskich „Polska Od Kuchni”.

Podczas Półfinału wybrane we wcześniejszym etapie Kół zaprezentują przygotowane przez siebie dania i opowiedzą o nich.

Z każdego województwa do Finału przejdą 2 Kół - jedno wybrane przez Jury, drugie wybrane w głosowaniu SMS-owym.

Nagroda główna dla Kół, które zajmie pierwsze miejsce w Półfinale to 3 000 zł.

### III Etap Konkursu - Finał.

**Finał Konkursu odbędzie się 24 września na błoniach PGE Narodowego w Warszawie**, w trakcie Finału Festiwalu Kół Gospodyń Wiejskich „Polska Od Kuchni”.

Tak jak w poprzednim etapie Finalistki zaprezentują przygotowane przez siebie dania i opowiedzą historię ich powstania.

Po wręczeniu nagród uczestnicy festiwalu zostaną zaproszeni na koncert **Roztańczony PGE Narodowy**.

Zwycięzców Konkursu wybierze Jury w oparciu o kryteria podane w regulaminie konkursu.

Nagroda główna dla zwycięskiego Kół to 10 000 zł.

### Konkurs Artystyczny

Kategoria, w której Kół mogą wykazać się największą kreatywnością!

Liczymy na zgłoszenia nawiązujące do regionalnych tradycji weselnych, przyspiewek oraz obrzędów związanych z zamążpójściem i ożenkiem. Weselny taniec, przyspiewka, scenka a może własnoręcznie uszyty welon? Wszystkie chwytły dozwolone!

### I Etap Konkursu - Eliminacje Wstępne.

Spośród nadesłanych zgłoszeń Komisja Artystyczna, na podstawie kryteriów podanych w Regulaminie Konkursu, wybierze po około 20 najciekawszych talentów z każdego województwa, które przejdą do kolejnego etapu.

### II Etap Konkursu - Półfinały Wojewódzkie.

Półfinały Konkursu odbędą się kolejno w każdym z województw podczas lokalnej edycji Festiwalu Kół Gospodyń Wiejskich „Polska Od Kuchni”.

Podczas Półfinału wybrane we wcześniejszym etapie Kół będą mogły zaprezentować swoje talenty ze sceny lub artystycznych stanowisk wystawienniczych.

Z każdego województwa do Finału przejdą 2 Kół - jedno wybrane przez Jury, drugie wybrane w głosowaniu SMS.

Nagroda główna dla Kół, które zajmie pierwsze miejsce w Półfinale to 3 000 zł.

### III Etap Konkursu - Finał.

**Finał Konkursu odbędzie się 24 września na błoniach PGE Narodowego w Warszawie**, w trakcie Finału Festiwalu Kół Gospodyń Wiejskich „Polska Od Kuchni”.

Tak jak w poprzednim etapie Finalistki zaprezentują swoje talenty ze sceny lub artystycznych stanowisk wystawienniczych.

Po wręczeniu nagród uczestnicy festiwalu zostaną zaproszeni na koncert **Roztańczony PGE Narodowy**.

Zwycięzców Konkursu wybierze Jury w oparciu o kryteria podane w Regulaminie Konkursu.

Nagroda główna dla zwycięskiego Kół to 10 000 zł.

### Kobieta Gospodarna i Wyjątkowa – opowiedz swoją historię

Celem konkursu jest promocja oraz wsparcie aktywnej działalności Kół Gospodyń Wiejskich na rzecz lokalnych społeczności.

Jest to przestrzeń, w której każde Kół może zaprezentować swoje sukcesy, osiągnięcia oraz podejmowane działania na rzecz społeczności lokalnych i kultywowania tradycji.

Konkurs rozstrzygniemy w dwóch etapach:

### I Etap Konkursu - Eliminacje Wstępne.

Spośród nadesłanych zgłoszeń Komisja Organizacyjna, na podstawie kryteriów podanych w Regulaminie Konkursu, wybierze do 35 najciekawszych Kół Gospodyń Wiejskich z każdego województwa, które przejdą do kolejnego etapu.

### II Etap Konkursu - Finały Wojewódzkie.

Finały Konkursu odbędą się kolejno w każdym z województw podczas lokalnej edycji Festiwalu Kół Gospodyń Wiejskich „Polska Od Kuchni”. Zwycięzcy konkursu będą mogli opowiedzieć o swoich działaniach i podjętych inicjatywach.

Zwycięzców Konkursu wybierają głosujący w głosowaniu SMS i głosowaniu na portalu społecznościowym Facebook. Nagroda główna w każdym Finale Wojewódzkim to 3 000 zł.

Formularz do tej kategorii konkursowej dostępny jest jedynie on-line.

Źródło: [www.festiwalpolskaodkuchni.pl](http://www.festiwalpolskaodkuchni.pl)



# Ubezpieczenie następstw nieszczęśliwych wypadków

*Wypadki mogą przydarzyć się w każdym miejscu i w każdym czasie, w domu, w pracy, na ulicy, w samochodzie, w dzień i w nocy... Nie sposób przewidzieć i uniknąć wszystkich pułapek, jakie na nas czyhają, możemy jednak zabezpieczyć się przed ich finansowymi skutkami dzięki ubezpieczeniu następstw nieszczęśliwych wypadków wykupionemu w Towarzystwie Ubezpieczeń Wzajemnych „TUW”. Zmniejszymy lub nie poniesiemy w ogóle finansowych konsekwencji związanych z nieszczęśliwym wypadkiem i uzyskamy fundusze na fachową pomoc, dodatkowe środki ortopedyczne, rehabilitację, zwrot kosztów leczenia, a nawet gdy zaistnieje taka konieczność - zwrot kosztów przekwalifikowania zawodowego.*

Z doświadczeń życiowych wiemy, ile znaczy odpowiednie wsparcie w trudnej i niespodziewanej sytuacji. Umowa ubezpieczenia następstw nieszczęśliwych wypadków to jeden ze sposobów na uniknięcie dodatkowych kłopotów związanych z nagłym, niespodziewanym i niezależnym od nas zdarzeniem, wywołanym przyczyną zewnętrzną, czyli nieszczęśliwym wypadkiem.

Ubezpieczenie Następstw Nieszczęśliwych Wypadków, oferowane przez TUW „TUW”, jest zawierane na okres 12 miesięcy. Istnieje jednak możliwość wykupienia ochrony ubezpieczeniowej tylko na kilka dni lub tygodni np. w przypadku wyjazdu na wczasy lub wycieczkę. Zakres ubezpieczenia obejmuje świadczenia, związane z wypadkami, jakie zaistnieją zarówno na terenie całego kraju, jak i poza jego granicami.

Umowa ubezpieczenia w podstawowym zakresie obejmuje następstwa nieszczęśliwych wypadków, polegające na uszkodzeniu ciała lub rozstroju zdrowia oraz powodujących trwały uszczerbek na zdrowiu lub śmierć ubezpieczonego. Zakresem ubezpieczenia objęta jest także odpowiedzialność za zawał serca i udar mózgu, który wystąpił u Ubezpieczonego w trakcie trwania umowy.

W razie spełnienia przesłanek odpowiedzialności Towarzystwa, istnieje możliwość zwrotu kosztów nabycia środków pomocniczych i wyrobów ortopedycznych, kosztów niezbędnych operacji plastycznych, przeprowadzonych w związku z zaistniałym wypadkiem a także kosztów przysposobienia zawodowego poszkodowanego.

Ochrona ubezpieczeniowa może zostać rozszerzona, o świadczenie z tytułu pobytu w szpitalu będącego skutkiem nieszczęśliwego wypadku, czyli tzw. dietę szpitalną oraz zwrot kosztów leczenia poniesionych na terenie Rzeczypospolitej Polskiej. Ubezpieczenie można rozszerzyć o świadczenie z tytułu poważnego zachorowania, a także o podwyższone świadczenie w przypadku śmierci Ubezpieczonego będącej skutkiem wypadku komunikacyjnego. TUW „TUW”, oferuje też rozszerzenie ochrony ubezpieczeniowej o zwrot kosztów pogrzebu Ubezpieczonego.

Warunkiem wypłaty świadczeń z umowy ubezpieczenia jest stwierdzenie zaistnienia związku przyczynowo - skutkowego pomiędzy nieszczęśliwym wypadkiem, a trwałym uszczerbkiem na zdrowiu lub śmiercią Ubezpieczonego.

Świadczenie z tytułu trwałego uszczerbku na zdrowiu będącego następstwem nieszczęśliwego wypadku wypłacane jest w wysokości równej 1% sumy ubezpieczenia za każdy określony procent trwałego uszczerbku na zdrowiu wskutek nieszczęśliwego wypadku. Tabela dostępna jest w każdej jednostce terenowej oraz na stronie internetowej Towarzystwa ([www.tuw.pl](http://www.tuw.pl)). Nie ma konieczności badania Ubezpieczonego przez lekarza orzecznika powołanego przez Towarzystwo. W uzasadnionych przypadkach istnieje możliwość skierowania poszkodowanego do lekarza orzecznika.

Świadczenie z tytułu śmierci Ubezpieczonego wskutek nieszczęśliwego wypadku wypłacane jest w wysokości 100% sumy ubezpieczenia osobie Uprawnionej do jego otrzymania.

Towarzystwo zwraca na podstawie przedstawionych faktur i rachunków: koszty związane z leczeniem i rehabilitacją, koszty nabycia środków pomocniczych i ortopedycznych oraz koszty przysposobienia zawodowego inwalidów do wysokości nie wyższej niż 25% sumy ubezpieczenia. Zwrot kosztów wykonanych operacji plastycznych następuje analogicznie, w wysokości poniesionych kosztów, aż do 25% sumy ubezpieczenia następstw nieszczęśliwych wypadków, jednak do wysokości maksymalnie 2500 złotych. Łączna wartość świadczeń podstawowych wypłaconych w okresie ubezpieczenia nie może przekroczyć sumy ubezpieczenia następstw nieszczęśliwych wypadków, jaka została określona w dokumencie ubezpieczeniowym. Warto jednak pamiętać, że wysokość świadczeń jest ściśle powiązana z sumą ubezpieczenia.

Nie wszystkie zdarzenia objęte są ochroną ubezpieczeniową. Świadczenie nie zostanie wypłacone, gdy nieszczęśliwy wypadek zaistniał w stanie po użyciu alkoholu, w stanie nietrzeźwości albo po użyciu narkotyków, środków odurzających, substancji psychotropowych lub środków zastępczych w rozumieniu przepisów o przeciwdziałaniu narkomanii, jeśli miało to wpływ na zaistnienie wypadku ubezpieczeniowego; wskutek wyczynowego uprawiania sportu lub wskutek uprawiania sportów wysokiego ryzyka, w wyniku udziału ubezpieczonego w strajkach, rozruchach, zamieszkach.

Z odpowiedzialności wyłączone są także co do zasady następstwa chorób zawodowych, tropikalnych oraz wszelkich chorób lub stanów chorobowych, wyjątkiem są poważne choroby zdefiniowane w klauzuli dodatkowej, wymagającej opłacenia dodatkowej składki.

*Pamiętajmy o tym, że dobrze wybrane ubezpieczenie następstw nieszczęśliwych wypadków jest rozwiązaniem, z którego warto korzystać, tym bardziej, że z każdego z zawartych ubezpieczeń NNW otrzymamy niezależne świadczenia – dopuszczalna jest tutaj kumulacja świadczeń – czyli mówiąc praktycznie: ile posiadamy umów NNW, tyle otrzymamy świadczeń. Otrzymamy je również niezależnie od tego, czy otrzymujemy po wypadku świadczenia z Zakładu Ubezpieczeń Społecznych (ZUS), czy ubezpieczenia odpowiedzialności cywilnej posiadaczy pojazdów mechanicznych (tzw. ubezpieczenia OC komunikacyjnego), czy też w ramach ubezpieczenia na życie. Aby świadczenie z ubezpieczenia NNW było relatywnie wysokie, należy korzystać z ubezpieczeń z wysoką sumą ubezpieczenia, od której uzależniona jest wysokość świadczenia w razie zaistnienia wypadku.*

**Zachęcając do skorzystania z oferty, zapraszamy do jednostek terenowych Towarzystwa Ubezpieczeń Wzajemnych „TUW” oraz naszych przedstawicieli na terenie całego kraju.**



TOWARZYSTWO  
UBEZPIECZEŃ WZAJEMNYCH

T U W

Towarzystwo Ubezpieczeń Wzajemnych „TUW”

Biurowo Regionalne w Łodzi

ul. Żurawia 7/9, 91-455 Łódź

telefon: (42) 640-68-53

e-mail: [lodz@tuw.pl](mailto:lodz@tuw.pl)

[www.tuw.pl](http://www.tuw.pl)

\* Informacja stanowi materiał promocyjny Towarzystwa Ubezpieczeń Wzajemnych „TUW” z siedzibą w Warszawie 02-793 Warszawa, ul. Raabego 13



# ŚWIEŻE I ZDROWE BO ZE ZJAZDOWEJ

## Jadłospis dla urody



**Co jeść, aby długo cieszyć się pięknym wyglądem? Dieta dla urody powinna być przede wszystkim urozmaicona i bogata w witaminy oraz składniki mineralne. Starajmy się codziennie jeść świeże warzywa i owoce, ograniczmy spożycie słodczy i fast foodów, unikajmy używek.**

Istnieje wiele związków obecnych w żywności, które znacząco przyczyniają się do poprawy wyglądu włosów, skóry i paznokci, wykazujących udowodnione działanie opóźniające proces starzenia się.

### Witamina A

Witamina A jest nazywana witaminą urody. Wykazuje zdolności redukujące drobne zmarszczki, wspomaga walkę z trądzikiem i łagodzi podrażnienia skóry wywołane promieniowaniem słonecznym. Zapobiega nadmiernej suchości skóry, reguluje wydzielanie sebum, zmniejsza proces rogowacenia naskórka, pobudzając produkcję nowych komórek. Jednak przy nadmiernym spożyciu może odkładać się w wątrobie, co jest niebezpieczne dla organizmu. Hiperwitaminoza witaminy A prowadzi do zaburzeń rozwoju u dzieci, u dorosłych wywołuje nieprzyjemne dolegliwości żołądkowo-jelitowe oraz nudności. Jest to witamina rozpuszczalna w tłuszczach, a więc do jej podstawowych źródeł należą: **pełnotłuste mleko i jego przetwory (masło, sery), tłuste oraz oleje roślinne i rybne, jaja, wątroba, podroby, β-karoten, który jest prowitaminą A i znajduje się w czerwonych, pomarańczowych i żółtych owocach i warzywach oraz w zielonych warzywach liściastych.**

### Witamina C

Witamina C jest przede wszystkim silnym antyutleniaczem: neutralizuje wolne rodniki, przeciwdziała negatywnym skutkom stresu oksydacyjnego, zapobiega uszkodzeniom kwasów nukleinowych, a także chroni białka, tłuszcze i węglowodany przed utlenianiem. Dzięki zdolności aktywacji działania kolagenu przyspiesza gojenie się ran i regenerację skóry. Ma również właściwości bakteriostatyczne i bakteriobójcze, dlatego pełni istotną rolę w łagodzeniu stanów zapalnych. Witaminę C znajdziemy w produktach pochodzenia roślinnego, zwłaszcza

czy w warzywach i owocach. Jej szczególnie bogatym źródłem są: **natka pietruszki, czerwona papryka, warzywa kapustne, owoce jagodowe, dzika róża, rokitnik i acerola.** Ze względu na duże straty kwasu askorbinowego podczas obróbki termicznej (50–70%) zaleca się spożywanie owoców i warzyw w formie surowej.

### Witamina E

Witamina E nazywana jest witaminą młodości. Uelastycznia, wygładza, ujędrnia i nawilża skórę, a także przeciwdziała szkodliwemu działaniu promieniowania UV. Łagodzi wszelkie podrażnienia skóry i ją regeneruje. Doskonale rozjaśnia przebarwienia i zapobiega ich powstawaniu. Produkty roślinne charakteryzujące się wysoką zawartością witaminy E to przede wszystkim **oliwa z oliwek, nasiona, olej słonecznikowy i orzechy.**

### Cynk

Cynk pomaga skórze tworzyć warstwę rogową naskórka, jest skutecznym przeciwutleniaczem, wykazuje działanie przeciwwirusowe i antybakteryjne, zwalcza stany zapalne skóry. Cynk znajdziemy w produktach spożywczych takich jak **ostrygi, mięso, wątróbka, kraby, sery żółte, kasza gryczana, jaja, ryż, ryby, pestki dyni, nasiona słonecznika.**

### Krzem

Krzem to składnik tkanki łącznej, wpływający na jędrność skóry, stabilizuje keratynę obecną głównie we włosach oraz tworzącą barierę skórną, zapobiegając nadmiernemu jej przesuszeniu się. Krzem występuje powszechnie **w warzywach, owocach, płatkach owsianych, otrębach, chlebie razowym, a także w produktach pochodzenia roślinnego bogatych w celulozę. Najwięcej tego pierwiastka znajduje się w ziołach, takich jak: skrzyp polny, pokrzywa, perz, podbiał i turczyca piaszkowa.** Można spożywać je w formie

naparu lub przygotowywać z nich płukanki.

### Omega-3

Kwasy tłuszczowe omega-3 są składnikiem błon wszystkich komórek w naszym organizmie, w tym także komórek skóry. Odpowiadają za prawidłowe nawilżenie skóry, chronią ją przed przesuszeniem i czynnikami zewnętrznymi. Kwasy tłuszczowe omega-3 działają również przeciwzapalnie. Do dobrych źródeł kwasów omega-3 zalicza się: **tłuste ryby, takie jak śledź czy łosoś, olej lniany, siemię lniane, orzechy włoskie.**

### Antyoksydanty

Ostatnio wiele uwagi dietetycy poświęcają antyoksydacyjnej roli żywności. Ważną funkcją przeciwutleniaczy jest hamowanie rozwoju tzw. wolnych rodników, które produkowane są cały czas w całym organizmie. Uszkadzają one zdrowe komórki i przyspieszają procesy starzenia się. Nadmiar wolnych rodników może zwiększać ryzyko wystąpienia reakcji zapalnych. Rolę antyoksydantów pełnią m.in. polifenole, flawonoidy, antocyjany, karotenoidy, witaminy C, E i A oraz składniki mineralne, takie jak cynk. Neutralizują one i hamują tworzenie wolnych rodników tlenowych, a także mają zdolność do usuwania zniszczeń, spowodowanych ich działaniem. Cennym i naturalnym źródłem antyoksydantów, są m.in.: **owoce jagodowe (czarna porzeczka, aronia, malina, jagoda, bórówka amerykańska, jagoda kamczacka), żurawina, dzika róża, brzoskwinia, morela, warzywa takie jak pomidory, papryka, a także zielona herbata.**

Aby jak najdłużej cieszyć się młodym i zdrowym wyglądem, dbajmy również o odpowiednią zewnętrzną pielęgnację skóry. Pamiętajmy jednak, jak ważna jest pielęgnacja organizmu od wewnątrz, czyli odpowiednia dieta.

Źródło: [www.akademiodobregosmaku.sggw.pl](http://www.akademiodobregosmaku.sggw.pl)

**Łódzki Rynek Hurtowy Zjazdowa S.A.**

ul. Budy 4 91-610 Łódź tel.: 42 650 87 02 [marketing@zjazdowa.com.pl](mailto:marketing@zjazdowa.com.pl)





*Pierwsze koła gospodyń wiejskich w Polsce założone zostało przez działaczkę socjalistyczną Filipinę Płaskowicką w 1877 roku we wsi Janisławice. Jednocześnie istniała już organizacja zwana „Towarzystwo Gospodyń” działająca od 1866 roku we wsi Piaseczno na Pomorzu Gdańskim. Działalność ich opierała się na pomocy rodzinom wiejskim w wychowaniu, kształceniu i organizacji wypoczynku dzieci i młodzieży, a także działaniu na rzecz ochrony zdrowia i zabezpieczenia socjalnego rodzin wiejskich, rozwijaniu przedsiębiorczości kobiet, racjonalizowaniu wiejskiego gospodarstwa domowego, zwiększaniu uczestnictwa mieszkańców wsi w dziedzinie kultury i kultywowaniu folkloru.*



Koło Gospodyń Wiejskich „Aktywne Kobiety” w Łopatkach ma krótką historię. Powstało 3 marca 2015 roku z mojej inicjatywy. W chwili, gdy zostałam sołtysiem bardzo chciałam reaktywować koło, które istniało przed laty. Na pierwsze zebranie przyszło koło czterdziestu kobiet, aktywnych pozostało jedenaście. Pierwotnie powstałego koła gospodyń daty niestety nie znam, ale na pewno działało po drugiej wojnie światowej. Nasza działalność jest odmienna, ale również związana z oświatą. Większość członkiń działało na rzecz naszej szkoły podstawowej w Łopatkach, a po przekształceniu działa na rzecz Niepublicznej Szkoły Podstawowej w Łopatkach. Pomagamy w utrzymaniu i możliwości rozwoju. Nasze prace oparte są na tworzeniu rękodziela i ich sprzedaży. Organizujemy majówki i bale na rzecz szkoły. Skupiamy się na wydarzeniach wspomagających zdrowie, zachęcamy do ćwiczeń i same ćwiczymy zumbę i gimnastykę. Kolejna nasza aktywność to uczestnictwo w lokalnych uroczystościach np: dożynkach gminnych, w łaskim Festiwalu Róż. Organizujemy Dzień Dziecka w Łasku i prowadzimy zajęcia kulinarne dla dzieci. Zaprezentowałyśmy się w dwóch edycjach „Kulinarne podróże po Łódzkiem”- wydawcą był Polska Press Łódź. 2019 rok to udział w Wojewódzkich Dożynkach w Walewicach, gdzie w konkursie kulinarnym otrzymaliśmy wyróżnienie za przygotowaną przez nas zupę piwną opartą na regionalnym trunku. Czas pandemii trochę zmniejszył naszą działalność, ale ostatnie wydarzenie, w którym brałyśmy udział to Kiermasz ostatkowy – 600 Pączków na 600-lecie Łasku. W czerwcu 2022 będzie oddany po gruntownym remoncie nasz Dom Ludowy w Łopatkach i nasza działalność będzie kontynuowana z większą mocą.

Monika Mrowińska



### Zupa piwna

- piwo jasne – 250 ml
- bulion – 0,6l
- boczek wędzony – 30 dag
- śmietana kremówka – 200 ml
- cebula – 200 g
- czosnek – 4 ząbki
- ser żółty tarty – 150 g
- szczypiorek – pęczek
- przyprawy do smaku:**
- tymianek, papryka słodka
- majeranek, pieprz cayenne, pieprz czarny, sól
- zasmażka:**
- masło – 1 łyżka
- mąka – 2 łyżki
- grzanki:**
- bułka – 1 szt.
- masło – 1 łyżka

- Krok 1.**  
Podsmaż pokrojony w kostkę boczek w garnku nieprzysmarowanym.
- Krok 2.**  
Dodaj drobno posiekaną cebulę i czosnek i mieszaj od czasu do czasu przez około 10 minut. Dodaj masło i mąkę. Podsmaż mąkę na złoty kolor.
- Krok 3.**  
Wlej piwo i gotuj przez około 5 minut, aż będzie gęste. Dodaj bulion i sól, pieprz i resztę przypraw do smaku.
- Krok 4.**  
Dodaj 150 gramów startego żółtego sera i delikatnie wymieszaj. Podawaj gorące.
- Wskazówka**  
Przed podaniem udekoruj porcje posiekanym szczypiorkiem, grzankami i pozostałym, startym serem.

