

## Ferie w Siemiatyczach

Podczas tegorocznych ferii zimowych (27 stycznia - 7 lutego br.) uczniowie siemiatyckich szkół uczestniczyli w różnorodnych zajęciach kulturalnych i sportowych przygotowanych przez miejskie instytucje.

Podczas "Zimy w mieście" z Siemiatyckim Ośrodkiem Kultury ponad 20 dzieci wzięło udział w zajęciach plastycznych, zabawach tanecznych, warsztatach z robotyki. Specjalnie dla nich przygotowano turnieje gry w warcaby. Dzieci brały udział w spotkaniach Dyskusyjnego Klubu Filmowego.

W ramach "Zimy w mieście" 30 stycznia oraz 7 lutego zorganizowano zajęcia z pełnomocnikiem ds. profilaktyki i przeciwdziałania uzależnieniom. Dzieci uczestniczyły w kursie multimedialnym "Poznaj bezpieczny Internet", dzięki któ-

remu zapoznaly się z podstawowymi zasadami bezpieczeństwa w sieci, m.in. o konsekwencjach podawania swoich danych w Internecie, co to jest spam, na jakie strony nie należy wchodzić. Uczestnicząc w grze profilaktycznej, najmłodszy opanowali także zagadnienia z zakresu uzależnień i ich skutków, bezpieczeństwa, promocji zdrowia i aktywnego spędzania wolnego czasu oraz akceptacji.

Mali siemiatyczanie spędzali wolny czas także w Miejskiej Bibliotece Publicznej, gdzie odbyła się prezentacja książek o tematyce zimowej, zajęcia plastyczne, śpiew oraz głośne czytanie.

W halach sportowych przy ul. Świętojańskiej, Andersa i Ogrodowej zorganizowano liczne turnieje - piłki nożnej, tenisa stołowego, koszykówki, siatkówki oraz Mistrzostwa Siemiatycz w Badmintonie. Wszyscy chętni - młodsi i starsi - od poniedziałku do piątku mogli uczestniczyć



w zajęciach nauki jazdy na nartach biegowych dla początkujących w ramach Zimowej Szkoły Narciarstwa Biegowego.

Na zakończenie ferii w sobotę 8 lutego odbył się wyjazd do pływalni w Białej Podlaskiej.

## To już za nami

**1 lutego** - Biegi Narciarskie o Puchar Burmistrza Miasta Siemiatycz. W zawodach zwyciężyli: Emilia Komoń (kategoria: klasy 1-3 szkoły podstawowej), Kamila Komoń i Marcin Zaręba (kategoria: klasy 4-6 szkoły podstawowej), Mateusz Zaręba (kategoria: gimnazjum), Rafał Szyszko (kategoria: open), Mirosław Tomczak i Jerzy Tomczak (kategoria: senior).

**2 lutego** - Koncert "Cztery Pory Muzyki - Zima" z cyklu "Kameralne spotkania z muzyką organową w Siemiatyczach".

**8 lutego** - eliminacje rejonowe XXI Ogólnopolskiego Festiwalu "Piosenka Białoruska 2014" połączone z koncertem zespołu "Ciernica" z Mińska na Białorusi.

**9 lutego** - koncerty podsumowujące warsztaty z emisji głosu prowadzone przez Joannę Chętnik w kościołach pw. Wniebowzięcia NMP i pw. św. Andrzeja Boboli. Podczas koncertów wystąpiły grupy muzyczne uczestniczące w warsztatach - Schola Bobola, Schola Emaus oraz Chór Pieśni Narodowej.

**18 lutego** - spotkanie słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku z przedstawicielami siemiatyckiej Policji pt. Zagrożenia czyhające na seniorów, w tym tzw. "metody na wnuczka".

**21 lutego** - Kino Orange w SOK.

**22 lutego** - Koncert charytatywny "Dla Rafała", mecz pomiędzy MKS Kresowiak-Orion Siemiatycz a AZS Kraków w ramach Ekstraligi Futsalu Kobiet.

**22 i 23 lutego** - Pierwszy Siemiatycki Złot Morsów.

## Zapisy do przedszkoli i żłobka miejskiego

Od 1 do 31 marca br. trwają zapisy do przedszkoli i żłobka miejskiego. Druki niezbędne do zapisania dziecka można pobrać w poszczególnych placówkach. Rodzice wraz z pociechami mogą w tym czasie także zapoznać się z ofertą edukacyjną i bazą lokalową. Dyrekcja i pracownicy przedszkoli zapraszają wszystkich zainteresowanych na Dni Otwarte: Przedszkole nr 1 (ul. Ogrodowa 6, tel. 85 655 25 87) - 6 i 7 marca

br. w godz. 9.00-11.00. Przedszkole nr 3 i Żłobek Miejski (ul. 11 Listopada 24, tel. 85 655 21 57) 13 i 20 marca br. w godz. 9.30-11.00. W Przedszkolu Nr 5 "W zacczarowanym lesie" (ul. Gen. Wł. Andersa 9, tel. 85 655 29 03) 6 marca br. o godz. 17.00 zaplanowano spotkanie dla rodziców, podczas którego będą mieli okazję porozmawiać o ważnych sprawach związanych z posłaniem dziecka do przedszkola oraz wypełnić kartę przyjęcia. Na 7 marca br. (godz. 14.00) przygotowano liczne niespodzianki dla najmłodszych, m.in. zabawy ze sztuką plastyczną i muzyczną, zajęcia w "suchym basenie", na traktorkach i zjeżdżalniach.

## Wywiadówka profilaktyczna

W ramach współpracy z Powiatową Stacją Sanitarno-Epidemiologiczną 12 lutego br. o godz. 17.00 w Gimnazjum nr 1 odbyła się wywiadówka profilaktyczna dla rodziców nt. "Jak zapobiegać zachowaniom ryzykownym podejmowanym przez młodzież" poprowadzona przez terapeutę Elżbietę Powichrowską z Młodzieżowego

Ośrodka Terapii i Readaptacji "ETAP" w Białymstoku. Podczas spotkania można było bezpłatnie skorzystać z badań profilaktycznych w punkcie informacyjno-diagnostycznym, m.in. pomiaru ciśnienia tętniczego, stężenia tlenu w wydychanym powietrzu oraz testu uzależnienia od nikotyny. Wszystkim rodzicom zostały rozdane ulotki profilaktyczne w zakresie omawianej tematyki, jak również informacje o możliwościach pomocy i wsparcia osobom borykającym się z problemami uzależnień.

## Spotkania z terapeutą

W bieżącym roku spotkania z terapeutą odbywają się dwa razy w miesiącu. Najbliższe terminy to **28 lutego, 14 i 28 marca**. Terapia prowadzona jest przez Wojciecha Powichrowskiego, terapeutę z Młodzieżowego Ośrodka Terapii i Readaptacji "ETAP" w Białymstoku. Zapisy w punkcie konsultacyjno-terapeutycznym (w poniedziałki w godz. 8.00-16.00, od wtorku do piątku w godz. 7.30-15.30) lub telefonicznie (tel. stacjonarny 85 730 91 95, tel. komórkowy 856 555 575).

W roku 2013 z porad udzielanych w punkcie konsultacyjno-terapeutycznym

w Siemiatyczach skorzystało 107 osób, z czego 12 porad dotyczyło zagadnień związanych z narkomanią, a 95 z alkoholizmem i przemocą domową. Większość przeprowadzonych spotkań opierała się na wsparciu dla rodzin z problemami uzależnień oraz informowaniu o możliwościach uzyskania pomocy prawno-psychosocjalnej i powstrzymaniu negatywnych zjawisk związanych z używkami. Z bezpłatnych porad z zakresu terapii dla osób eksperymentujących, uzależnionych oraz rodzin i osób zainteresowanych problemem uzależnień (narkotyki, alkohol, komputer, hazard, Internet) skorzystało 38 osób, w terapii rodzinnej - od września ubiegłego roku - wzięły udział 4 rodziny.

## Partnerzy Programu Rodzina 5+

RONDO Wiesław Gumieniak, Janusz Marciniak i Mieczysław Swajda Spółka Jawna oraz Podlaskie Stowarzyszenie Rozwoju Dzieci i Młodzieży "ANDY" to nowi Partnerzy Programu Rodzina 5+. Wykaz aktualnych Partnerów Programu Rodzina 5+ oraz proponowane formy wsparcia:

Lp.	Partner Programu Rodzina 5+	Punkt, w którym honorowane są Karty Rodzina 5+	Forma wsparcia
1.	Przedsiębiorstwo Handlowe "Kowalska" Hurtownia Książek Monika Kowalska - Kobus	Księgarnia Pod Kasztanem ul. Pałacowa 14A	10% rabatu na cały asortyment księgarski
2.	Kuźnia S.C. Adam Stawiecki, Cezary Kudelski	Siłownia "Kuźnia" pl. Jana Pawła II 15	30% rabatu na karnet miesięczny do siłowni
3.	Podlaskie Stowarzyszenie Rozwoju Dzieci i Młodzieży "ANDY"	informacja Andrzej Nowaczuk tel. 600 201 211 e-mail: m.nowaczuk@gmail.com	20% rabatu na zajęcia - sztuk walki dla dzieci i młodzieży - sportów walki dla dzieci i młodzieży - aerobic-fitness dla dziewcząt i pań
4.	"RONDO" Gumieniak Wiesław, Marciniak Janusz i Swajda Mieczysław Spółka Jawna	sklep nr 1, ul. Grodzieńska 7 sklep nr 2, pl. Jana Pawła II 14 sklep nr 3, ul. Wysoka 60 C sklep nr 5, ul. Wysoka 72 Hotel - Restauracja "Kresowiak" ul. Grodzieńska 7	3% rabatu na artykuły spożywcze - przemysłowe oprócz alkoholu i papierosów 10% rabat na konsumpcję i usługi

## Zapraszamy ! Dni otwarte w "Jedynce"

Dyrektor i nauczyciele Szkoły Podstawowej nr 1 im. Księżnej Anny z Sapiehów Jabłonowskiej w Siemiatyczach przy ul. Ogrodowej 2 zapraszają na Dzień Otwarty, który odbędzie się 27 lutego br. (czwartek) w godz. 16.30-19.00.

## Bezpłatne przejazdy na basen

Trwają zapisy na kolejne wyjazdy na basen do Pływalni w Białej Podlaskiej - 8 i 22 marca br. Więcej informacji pod nr tel. 85 65 65 818, 85 65 65 808. Zapisy w Referacie Przedsiębiorczości, Promocji i Turystyki Urzędu Miasta Siemiatycz (parter, wejście od ul. Pałacowej).