

INFORMATOR

Gminy Kazimierz Biskupi



Egzemplarz bezpłatny

KWIECIEŃ 2022

W najnowszym wydaniu między innymi:

Ogród zimowy w żłobku – dalsza część projektu
- str. 2

Nowy plac zabaw w Anielewie atrakcją dla dzieci
- str. 3

Zbieramy nakrętki na rehabilitację dla Oskara z Nieświastowa
- str. 5

„Koncert dla Ukrainy” – Kapela i jej goście
- str. 8

Kicia Kocia bawiła przedszkolaków w bibliotece
- str. 10

Szybkie, łatwe i smaczne przepisy dyrektor Karoliny
- str. 14

Klub Strzelecki „Sokół” ma coraz więcej członków
- str. 17

Zapraszamy 1 maja na Odłotową Majówkę na lotnisku
- str. 18

Ścigali się na stadionie – Mistrzostwa Powiatu w Biegach Przelajowych
- str. 19



Przebudowa drogi w Tokarkach i Dobrosołowie

Umowa z wicemarszałkiem podpisana

15 kwietnia Wójt Gminy Kazimierz Biskupi Grzegorz Maciejewski podpisał umowę z Wicemarszałkiem Województwa Wielkopolskiego Krzysztofem Grabowskim na przebudowę drogi w miejscowości Tokarki i Dobrosołowo.

Umowa opiewa na kwotę 114 375,00 zł w ramach Funduszu Ochrony Gruntów Rolnych. Środki te, przy dofinansowaniu jeszcze ze strony gminy, pozwolą na dalszą przebudowę drogi w miejscowości Tokarki oraz w miejscowości Dobrosołowo. W ramach prac wykonana zostanie jezdnia o nawierzchni bitumicznej na podbudowie z kruszywa łamanego, na szerokości 4 metrów.

– Nasza gmina już od trzech lat korzysta ze środków z budżetu województwa wielkopolskiego na realizację takich zadań. Pozwoliło nam to wybudować łącznie ponad 3 kilometry dróg – mówi Grzegorz Maciejewski, wójt gminy Kazimierz Biskupi.



Dalsza część projektu

Ogród zimowy w żłobku

Pięknie jedyny w gminie Kazimierz Biskupi publiczny żłobek. Właśnie zakończyły się prace remontowo - wykończeniowe.

W ramach projektu „Pierwszy żłobek w gminie szansą dla dziecka i rodzica” wykonano prace remontowo-wykończeniowe. Powstał przepiękny ogród zimowy, zadaszenie wejścia głównego oraz stanowiska postoju wózków dziecięcych przed wejściem głównym. Wymieniono również drzwi wejściowe.

Dzięki pracom remontowym zwiększyła się przestrzeń do zabawy. Zimą i w czasie niesprzyjającej pogody maluchy będą miały więcej miejsca. Warto wspomnieć, że żłobek ma mobilny plac zabaw i teraz nawet w razie niepogody będzie można z niego korzystać.

Inwestycja była możliwa dzięki wsparciu z Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Wielkopolskiego Regionalnego Programu Operacyjnego na lata 2014 – 2020, z którego gmina otrzymała na ten cel 110 000 zł. W tej chwili w żłobku są dwie grupy, do których uczęszcza razem 30 dzieci.



Nowy plac zabaw w Anielewie

Będzie atrakcją dla dzieci

Zakończono budowę placu zabaw w Anielewie. W nowym obiekcie zamontowano zestawy sprzętu zabawowego zachęcające dzieci do różnych form aktywności fizycznej.

Dzięki nowej inwestycji dzieci będą mogły zwiększyć aktywność ruchową. W ten sposób promujemy też nawyk aktywnego spędzania wolnego czasu na świeżym powietrzu.

Urządzenia zabawowe rozmieszczone zostały w taki sposób, aby umożliwiały zachowanie bezpiecznych stref pomiędzy nimi, a korzystanie z nich nie stwarzało zagrożenia w trakcie zabawy. Zabudowano różnorodne sprzęty, które będą zapewniać realizację dziecięcej potrzeby zabawy oraz możliwości rozwijania umiejętności motorycznych. Urządzenia posiadają konstrukcję stalową, cynkowaną oraz malowaną proszkowo, co zapewnia ich trwałość i estetykę, a nawierzchnię bezpieczną wykonano z piasku. Wyodrębniono także miejsce do ustawienia, w dalszym etapie, wiaty ogrodowej.

Wykonawcą prac budowlanych było Przedsiębiorstwo Gospodarki Komunalnej i Mieszkaniowej Spółka z o.o. Kazimierz Biskupi. Koszt realizacji powyższej inwestycji wyniósł łącznie 88 654,94 zł, gdzie z Funduszu Sołeckiego przeznaczono środki w wysokości 42 309 zł.



Przebudowa Konopnickiej, Prusa i 1 Maja

Ścieżka nie tylko dla rowerów

Rozpoczęły się prace związane z przebudową ul. Konopnickiej, ul. Prusa i ul. 1 Maja w Kazimierzu Biskupim.

W zakresie robót na długości 470 metrów wykonana zostanie ścieżka pieszo – rowerowa, chodnik, zstaka postojowa oraz zjazdy do posesji o nawierzchni z betonowej kostki brukowej. W ramach tego zada-



nia wzdłuż budowanej ścieżki powstanie nowe oświetlenie uliczne z oprawami ledowymi, zastępujące tym samym stare wyeksploatowane latarnie oświetleniowe.

W celu zwiększenia bezpieczeństwa pieszych wykonane zostaną także wyniesione przejścia, które będą pełniły automatycznie funkcję progów zwalniających. Przejścia wyposażone zostaną w znaki aktywne, które zwiększą ich widoczność dla kierowców poruszających się po drodze.

Wykonawcą prac budowlanych jest Przedsiębiorstwo Gospodarki Komunalnej i Mieszkaniowej Spółka z o.o. Kazimierz Biskupi. Wartość robót to 458 924,07 zł z czego na ten cel otrzymano dofinansowanie w ramach zadania „Stworzenie zintegrowanego systemu komunikacji publicznej na terenie K OSI – etap III” w kwocie 205 000 zł.

Warsztaty w GOK

Seniorzy nie próżnują

Pracowicie spędzili czas przedświąteczny seniorzy z Klubu Seniora „Leśne Echo”. W trakcie warsztatów dowiedzieli się, jak zrobić ozdoby wielkanocne.

Pomiędzy sprzątaniem, gotowaniem i pieczeniem seniorzy znaleźli czas na udział w warsztatach. Jak mówili dom też musi wyglądać świątecznie. Panowie i panie z uwagą słuchali Anny Sypniewskiej, instruktorki plastyki z Gminnego Ośrodka Kultury w Kazimierzu Biskupim.

Mozolna praca z krepiny dała ciekawe efekty. – **Podziękowania dla Ani Sypniewskiej za fajne warsztaty i inspiracje. Ozdoby zabraliśmy do domu i cieszą nasze oczy** – mówi Urszula Krupa z Klubu Seniora „Leśne Echo”.



KWIACIARNIA KWIATY & UPOMINKI



OFERUJEMY:

- KWIATY CIĘTE
- KWIATY SZTUCZNE
- KWIATY DONICZKOWE
- NAWOZY DO KWIATÓW



- WIĄZANKI OKOLICZNOŚCIOWE
- WIEŃCE
- FLORYSTYKA NAGROBNA
- FLORYSTYKA ŚLUBNA

POSADA
UL. SŁOWACKIEGO 21 C
62-530 KAZIMIERZ BISKUPI

- UPOMINKI
- DONICZKI
- ELEMENTY
DEKORACYJNE

CZYNNE
PN.-PT.
9:00 - 17:00

SOBOTA
9:00 - 15:30



TEL. 736549666

Rap Air Kazimierz Biskupi

Gwiazdy na lotnisku

Zapraszamy na Rap Air Kazimierz Biskupi Festiwal. 19 i 20 sierpnia na lotnisku w Kazimierzu Biskupim pojawi się czołówka wykonawców polskiego HIP - HOPu. Już teraz możemy zdradzić, że 19 sierpnia na scenie pojawi się ŻABSON, a 20 – KĘKĘ.

BILETY <https://ticketos.pl/event/4384>

KARNETY SPECJALNE / LIMITOWANE
– TYLKO DLA MIESZKAŃCÓW GMINY
KAZIMIERZ BISKUPI – 99 ZŁ dostępne
w Gminnym Ośrodku Kultury!
Ilość ograniczona!!!

AGENCJA ARTYSTYCZNA PART 1

Kazimierz Biskupi RAPAIR festival 19-20 VIII 2022 r.

I DZIEŃ:

WARM UP: PołHeadzzz, Franek, Kura, Joki, dr Maus/24h

ŻABSON

SMOLASTY

OLIWKA BRAZIL

MISZEL

???

II DZIEŃ:

TEDE

WAC TOJA

???

KĘKĘ

TRILL PEM

WARM UP: Franek, Kura, OOP, Zido, MSD

KUP BILET NA: [TICKETOS.PL](https://ticketos.pl)

WIĘCEJ INFO NA: [f](#)

Gmina Kazimierz Biskupi

Pomagamy chorym dzieciom

Nakrętki dla Oskara

Tym razem serduszka przed Gminnym Ośrodkiem Kultury w Kazimierzu Biskupim i przed sklepem Twój Market w Posadzie zapętniać się będą nakrętkami dla Oskara Stachowiaka z Nieświastowa. Dwudziestolatek cierpi na mózgo-we porażenie dziecięce.

Serduszka na nakrętki od ponad roku pomagają chorym mieszkańcom naszej gminy. Przez ostatnie kilka miesięcy zbieraliśmy dla Fabianka Naworskiego, Chłopiec ma skomplikowaną wadę układu moczowego i jest na liście oczekujących na przeszczep. Leczenie i specjalna dieta pochłaniają wiele pieniędzy. Dzięki nakrętkom rodzinie Fabianka będzie z pewnością łatwiej.

Teraz zbieramy dla Oskara Stachowiaka z Nieświastowa. Oskar ma 20 lat, choruje na mózgo-we porażenie dziecięce i epilepsję. Nie porusza się samodzielnie. Przemieszcza się za pomocą wózka oraz przy pomocy osób trzecich. Oskar jest uczniem Zespołu Niepublicznych Szkół i Placówek Szansa w Koninie. Korzysta też z prywatnej rehabilitacji.



Trwa remont pałacu w Posadzie

Wszystko idzie zgodnie z planem

Trwają prace związane z remontem zabytkowego pałacu w Posadzie, które idą zgodnie z założonym harmonogramem robót. Zakończenie inwestycji planowane jest w październiku tego roku.

W tej chwili wykonawca wykonuje remont ścian piwnicznych (skuto wszystkie tynki i trwa osuszanie części piwnicznej) oraz schodów zewnętrznych. Wykonano odkinkowe wykopy pod komory, odkrywając fundamenty w celu ich wzmocnienia i wykonania drenażu opaskowego.



– Cieszę się bardzo, że prace idą zgodnie z założonym planem. Już widać efekty rozpoczętych robót. W końcu w piwnicach pałacu nie ma wody, a ściany piwniczne zaczęły być suche. Być może

przejsz do dalszych prac remontowych, w pierwszej kolejności należy zabezpieczyć obiekt od strony konstrukcyjnej, tak aby nie ulegał dalszej degradacji – mówi wójt gminy Grzegorz Maciejewski.

Planowany termin zakończenia inwestycji to październik tego roku. Koszt planowanych prac to 1 813 124,55 zł, z czego z Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych gmina otrzymała dofinansowanie w wysokości 1 500 000 zł.



Śniadanie wielkanocne u seniorów

Celebrują każde święto

Seniorzy z Dziennego Domu Senior + w Kazimierzu Biskupim celebrują każde święta. Również przed Wielkanocą przygotowali śniadanie dla siebie i zaproszonych gości.

Nasi seniorzy wykorzystują każdą okazję, by się spotkać przy wspólnym stole, porozmawiać i spędzić wspólnie czas. W Dziennym Domu Senior + obchodzą więc urodziny, imieniny i każde święta. Nie inaczej było

tuż przed Wielkanocą.

Seniorzy przygotowali uroczyste śniadanie wielkanocne, na które zaprosili gości. Wśród nich byli między innymi; wójt gminy Kazimierz Biskupi Grzegorz Maciejewski, zastępca wójta – Barbara Łechtńska oraz ksiądz Marian Gabryelczyk.

Nie zabrakło wspólnej modlitwy i tradycyjnych wielkanocnych potraw na stole. A później był czas na długie rozmowy i nawet... wspólne śpiewanie.



Cukiernia "u Toma"

w naszej ofercie m.in.:

- Torty weselne
- artystyczne
- lodowo-bezowe
- na różne okazje
- Słodkie stoły
- Figurki i dekoracje cukrowe
- Markizy z bajkowymi napisami

www.tomtorty.pl
tel. 63 245 39 04 kom. 501 444 495
e-mail: tom@tomtorty.pl

Dowozimy towar do klienta na wyznaczoną godzinę. Także w nocy.

Koncert dla Ukrainy

Kapela i jej wyjątkowi goście

Kapela Podwórkowa z Kopyta oraz jej goście dostarczyli wiele wzruszeń i emocji podczas „Koncertu dla Ukrainy”. W sali widowiskowej Gminnego Ośrodka Kultury spotkali się mieszkańcy naszej gminy i goście z Ukrainy.

Koncert rozpoczął muzyczny gospodarz spotkania – Kapela Podwórkowa z Kopyta. Larysa Gruszka, Jerzy Maciejewski, Michał Rybaczki, Zenon Skowroński, Mariusz Stawicki, Maciej Koralewski, Grzegorz Wypychowski i Marek Jesiołowski przywitali gości. A później był czas na niespodziankę. Razem z kapelą zaśpiewała Uliana Kozina, nasz gość z Ukrainy. Dwa utwory w wykonaniu młodej Ukrainki spowodowały, że publiczność dziękowała jej na stojąco.

Po niej wyjątkowy pokaz tańca dała Faina Kozina, utytułowana młoda tancerka, medalistka mistrzostw Ukrainy. Kolejnym gościem był Młodzieżowy Big Band działający przy Gminnym Ośrodku Kultury w Kazimierzu Biskupim pod okiem Pawła Grzybowskiego. Marcin Kwaśniewski, Wojciech Michurski, Marcel Strugliński, Sebastian Koralewski, Łukasz Korbaczyński, Cezary Strugliński, Szymon Wiśniewski i Paulina Banaszak zagraли kilka utworów, a „Wolność” w ich wykonaniu wzruszyła wszystkich. Podobnie jak piosenki zaśpiewane przez kolejnego gościa z Ukrainy – Angelikę.



Po koncercie był czas na rozmowy, a o słodki poczęstunek zadbała: Lokalna Grupa Działania Między Ludźmi i Jeziorami, KGW Posada i Klub Seniora „Leśne Echo”.

Również uczniowie klasy trzeciej technikum żywienia z ZSE-U w Żychlinie przygotowali słodkie niespodzianki i przeprowadzili zbiórkę pieniędzy. Za uzbieraną sumę kupiono środki chemiczne potrzebne naszym gościom z Ukrainy. Mieszkańcy naszej gminy od pierwszego dnia wybuchu wojny stanęli na wysokości zadania, odpowiedzieli na apel o pomoc, przyjęli pod swój dach uchodźców z Ukrainy.

Przez cały czas do Gminnego Ośrodka Kultury napływają dary dla naszych gości z Ukrainy. Odpowiadamy na potrzeby naszych gości i staramy się ułatwić im pobyt w Polsce.




OXY VITA
TLENOTERAPIA
HIPERBARYCZNA

 **697 341 725**

 **oxyvita.konin.pl**


ul. Wojska Polskiego 33B
(przychodnia MULTIMED)
BUDYNEK „C”
62-500 Konin

GODZINY OTWARCIA
poniedziałek-piątek:
8⁰⁰-16⁰⁰

TLENOTERAPIA HIPERBARYCZNA NA CZYM POLEGA WSPOMAGA

Tlenoterapia hiperbaryczna (mHBOT) jest to metoda wspomagająca leczenie różnych schorzeń. Polega na oddychaniu powietrzem wzbogaconym o większą ilość tlenu w warunkach podwyższonego ciśnienia wytwarzanego w komorze hiperbarycznej.

W trakcie leczenia pacjent odbywa serię sesji leczniczych w komorze hiperbarycznej.

Tlen dzięki podwyższonemu ciśnieniu rozpuszcza się w płynach ustrojowych organizmu. Jest go wielokrotnie więcej i dociera do miejsc chorych, najczęściej słabo ukrwionych.

Trafia także do szpiku kostnego, gdzie zwiększa produkcję komórek macierzystych.

Poprzez dostarczenie większej ilości tlenu, przyspieszamy reakcje chemiczne, wspieramy wrodzone możliwości regeneracji organizmu.

- leczenie schorzeń układu nerwowego (depresja, migreny, choroby Parkinsona i Alzheimer) - walkę z miażdżycą, niedotlenieniem tkankowym i nadciśnieniem
- terapię związaną z chorobami kości (zapalenia, urazy szkieletowo-mięśniowe, martwice)
- pracę układu odpornościowego, układu trawiennego (anemia, nadwaga, zaburzenia pracy układu)
- walkę z chorobami skórnymi (łuszczyca, grzybicami, oparzeniami czy odmrożeniami)
- leczenie niepłodności i zaburzeń potencji
- leczenie cukrzycy, zespołu stopy cukrzycowej i trudno gojących się ran
- przyspiesza regenerację po urazach i zabiegach chirurgicznych

Na zaproszenie Biblioteki Publicznej w Kazimierzu Biskupim

Kicia Kocia bawiła przedszkolaków

Kolorowo, wesoło, gwarnie i radośnie – tak było podczas spotkania z Kicią Kocią. Bohalterka książek dla dzieci odwiedziła Kazimierz Biskupi na zaproszenie bibliotekarki Ewy Staniszewskiej.

„Zajączki”, „Wiewióreczki” i „Pszczółki” z Przedszkola w Kazimierzu Biskupim gościły w Bibliotece Publicznej w Kazimierzu Biskupim na warsztatach z Bajanką. Opiekunka i animatorka Kici Koci przyjechała na zaproszenie Ewy Staniszewskiej.

Literacka kotka, to bohaterka książek pani Anity Głowińskiej, ukochana wszystkich dzie-

ci. Z Kicią Kocią nigdy nie jest nudno i na naszych warsztatach też nie było. – **Były zabawy gestem, ruchem, słowem, książką. Były eksperymenty chemiczne, iluzja, magia, gra na instrumentach i ogromne puzzle, które pomagały lepiej poznać bohaterów serii. Dzieci z otwartymi buziami słuchały opowiadanych historii i chętnie brały udział w zabawach.**

Doskonale знаły też bohaterów serii o Kici Koci i chętnie odpowiadały na pytania – mówi Ewa Staniszewska.

Na zakończenie spotkania każdy przedszkolak otrzymał dyplom i niespodziankę od Bajanki. Wyjątkowe i niepowtarzalne - takie były te warsztaty.



Międzynarodowy Dzień Ptaków

Zajączki w bibliotece

1 kwietnia obchodzimy Międzynarodowy Dzień Ptaków. Z tej okazji w Bibliotece Publicznej w Kazimierzu Biskupim zagościły „Zajączki” z przedszkola w Kazimierzu Biskupim.

Grupa 4-latków dowiedziała się wielu ciekawostek o ptakach, które przedstawiła im bibliotekarka Ewa Staniszewska. Byli także goście specjalni. Wierszyki o ptasich przygodach przeczytały Barbara Łęchtańska - zastępca wójta gminy Kazimierz Biskupi i Genowefa Miśkiewicz - skarbnik gminy. Do biblioteki zawiątał również Marek Tyrański z Polskiego Związku Łowieckiego, który opowiedział dzieciom o życiu ptaków.

Niespodzianki miały także przedszkolaki.

Pod okiem pani Kamili przygotowały inscenizacje i piosenki o ptakach. O oprawę muzyczną zadbał Paweł Grzybowski, a jego podopieczna Iga Król przeniosła dzieci w bajkowy świat.



Warsztaty dla dzieci z LGD

Jak zrobić kartkę wielkanocną?

Jak zrobić ładną i wyjątkową kartkę wielkanocną? Na specjalnych warsztatach dowiedzieli się tego uczniowie Szkoły Podstawowej w Kazimierzu Biskupim.

O życzeniach wielkanocnych dla bliskich i przyjaciół trzeba pamiętać. Dlatego Stowarzyszenie „Między Ludźmi i Jeziorami” przygotowało warsztaty zdobienia kartek wielkanocnych. W Gminnym Ośrodku Kultury pojawili się uczniowie klasy III a ze Szkoły Podstawowej wraz z wychowawczynią Alicją.

Uczniowie przygotowali piękne i oryginalne kartki z życzeniami, które później zabrali do swoich domów.



„Dofinansowano przez Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego ze środków Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich na lata 2021 – 2030”



Razem EKologicznie myślimy i działamy

Miło nam przekazać, iż na terenie Państwa Gminy **Konińska Izba Gospodarcza** realizuje projekt **"EKologicznie myślę i działam"**. Bezpośrednimi uczestnikami projektu są mieszkańcy Państwa Gminy oraz lokalne organizacje obywatelskie. Na najbliższe miesiące zaplanowaliśmy następujące akcje:

EKO - LATO - czyli wakacyjne akcje skierowane do mieszkańców gminy:

- ✓ RAJD ROWEROWY,
- ✓ AKCJA SPRZĄTANIA GMINY,
- ✓ JARMARK EKORÓŻNOŚCI,



Bardzo liczymy na to, że nasze działania uświadomią nam wszystkim, jak ważna jest troska o naturę i czym może grozić bagatelizowanie tej kwestii.

Zachęcamy Państwa do udziału w zaplanowanych wydarzeniach !!!



Konińska Izba Gospodarcza, ul. Zakładowa 11, 62-510 Konin tel. (63) 2458800, e-mail: biuro@kig.konin.pl

Posługiwali w całej Polsce

Jak co roku klerycy studiujący teologię, czyli klerycy od III do V roku, wyjeżdżają do parafii prowadzonych przez Misjonarzy Świętej Rodziny w całej Polsce, aby pomagać księżom w przygotowaniu i czuwaniu nad przebiegiem liturgii całego Triduum Paschalnego. W seminarium zaś zostają klerycy I i II roku studiujący filozofię, aby przygotować liturgię w naszym kościele seminaryjnym.

Rozbudowana liturgia tych dni wymaga dobrej znajomości przebiegu wszystkich jej elementów, znaczenia symboli, gestów i ich istoty. Dlatego klerycy już w seminarium przygotowują się do tych praktyk poprzez przygotowanie odpowiednich komentarzy, które mają uświadomić zebranym wiernym o wydarzeniach, które mają miejsce w czasie przeżywanej liturgii. Po przyjeździe do parafii, gdzie odbywają praktyki, przygotowanie do liturgii obejmuje przygotowanie wszystkich potrzebnych paramentów liturgicznych oraz rzeczy związanych z liturgią danego dnia. Przygotowanie nabożeństw, modlitw w czasie adoracji Najświętszego Sakramentu, które klerycy będą prowadzili, przeprowadzenie prób z ministrantami oraz osobami zaangażowanymi.

Podczas liturgii klerycy, pełniący funkcje ceremoniarza, instruują wszystkich obecnych poprzez odpowiedzenie komendy i komentarze, mające usprawnić i pomóc w przeżywaniu liturgii. Szczególnie rozbudowana jest liturgia Wigilii Paschalnej, która jest centralnym momentem

Triduum Paschalnego i całego roku liturgicznego, najważniejszym wyrazem liturgicznej celebracji misterium paschalnego. Liturgia ta wymaga aby wszystkie jej elementy i gesty zostały odpowiednio wyrażone, a wygłoszone komentarze mają pomóc w jej zrozumieniu i jeszcze głębszym przeżywaniu. Zakres obowiązków podczas praktyk jest zależny od posług, które klerycy przyjęli. W Wielką Sobotę klerycy III roku, po otrzymaniu posługi lektoratu, po raz pierwszy mogli błogosławić pokarmy wielkanocne. Akolici zaś pomagali księżom w udzielaniu Komunii Świętej zebranym na liturgii wiernym.

W Niedzielę Zmartwychwstania Pańskiego po Mszy Świętej i procesji rezurekcyjnej, jeżeli pozwalały na to okoliczności, klerycy mogli na jeden dzień wrócić do swoich rodzinnych domów, aby tam móc świętować Zmartwychwstanie Pana Jezusa. Po skończonych praktykach i krótkim pobycie w domu, klerycy wrócili do seminarium, gdzie czekały na nich codzienne obowiązki i studia teologii.

Kl. Daniel Szlaski MSF



Światowy Dzień Zdrowia i Dzień Pracownika Ochrony Zdrowia

„Nasza planeta, nasze zdrowie” - pod takim hasłem obchodzony był w tym roku Światowy Dzień Zdrowia (7 kwietnia). Jego celem jest zwrócenie uwagi na to jak bardzo szkodliwe dla zdrowia są zmiany klimatyczne! Tegoroczne hasło ma jednak bardziej uniwersalny wydźwięk. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) alarmuje także o nierównościach w dostępie do opieki zdrowotnej i potrzebie podjęcia natychmiastowych działań skierowanych na poprawę zdrowia ludzi teraz i w przyszłości

Według WHO każdego roku ponad 13 mln zgonów na całym świecie jest spowodowanych przyczynami środowiskowymi, których można uniknąć. – **Obserwowany obecnie kryzys klimatyczny jest największym zagrożeniem dla zdrowia ludzkości. Ekstremalne zjawiska pogodowe, degradacja gruntów i niedobór wody powodują przemieszczanie się ludzi i zmianę warunków ich życia. Zanieczyszczenia i tworzywa sztuczne znajdują się na dnie najgłębszych oceanów i na szczytach najwyższych gór, trafiły nawet do łańcucha pokarmowego człowieka. Systemy produkujące wysoko przetworzoną, niezdrową żywność i napoje napędzają falę otyłości, zwiększając liczbę nowotworów i chorób serca, jednocześnie generując jedną trzecią globalnej emisji gazów cieplarnianych. Te niekorzystne zmiany klimatyczne i zdrowotne są efektem decyzji politycznych, społecznych i handlowych** – czytamy w raporcie WHO.

Pandemia COVID-19, która doświadczyła ludzkość, uświadomiła także o tym, jak ogromne są nierówności w dostępie do zdrowia. Według WHO natychmiast trzeba podjąć działania skierowane na poprawę możliwości leczenia, bez względu na miejsce zamieszkania, czy status społeczny: **„Przerwanie destrukcji planety i zdrowia ludzkiego wymaga działań legislacyjnych, reformy gospodarczej, a w wymiarze jednostkowym powinno się koncentrować na dokonywaniu zdrowych wyborów”** – podkreśla WHO.

Równość w dostępie do opieki medycznej – to hasło, którym my, lekarze, kierujemy się od wielu lat. Obserwując naszych pacjentów, starszych, nieporadnych, coraz bardziej schorowanych i analizując słabnącą kondycję podstawowej opieki zdrowotnej (brak kadr, nierówny podział środków, biurokracja, nakładanie obowiązków niemożliwych do udźwignięcia) w czarnych barwach widzimy przyszłość systemu opieki zdrowotnej w Polsce. W żadnym innym kraju na jednego lekarza rodzinnego nie przypada aż tylu pacjentów! My opiekujemy się

populacją sięgającą nawet 3 tysiące! Jeśli w końcu rządzący nie zrozumieją, jak ważna jest podstawowa opieka zdrowotna dla każdej ludzkiej jednostki, runie cały system opieki w Polsce. I gdzie w tym wszystkim będzie pacjent i jego „prawo do równości?”

Światowy Dzień Zdrowia to jednocześnie Dzień Pracownika Ochrony Zdrowia.

Szanowni Państwo

Korzystając z okazji życzę wszystkim naszym kolegom lekarzom, pielęgniarkom, położnym, ratownikom medycznym, diagnostom laboratoryjnym oraz całemu personelowi ochrony zdrowia satysfakcji z pełnionej misji oraz sprzyjającej atmosfery w wykonywaniu ciężkiej pracy. Życzliwość, profesjonalizm ale i zrozumienie są największą siłą w ratowaniu życia drugiego człowieka

Bożena Janicka – specjalista pediatrii i medycyny rodzinnej



Przepisy Karoliny Wojciechowskiej, dyrektor Przedszkola

Szybkie, łatwe i... smaczne

Tym razem proponujemy naszym czytelnikom przepisy od Karoliny Wojciechowskiej, dyrektor Przedszkola w Kazimierzu Biskupim. – Z uwagi na to, że często w naszym domu gościmy przyjaciół i znajomych, lubię mieć pod ręką przepisy łatwe, szybkie i takie, których składniki mam pod ręką – mówi.

ZAPIEKANKA GYROS Z KAPUSTĄ PEKIŃSKĄ

Składniki:

- 2 duże filety z kurczaka
- ulubiony makaron (u mnie świderki)
- 1 papryka czerwona
- mała kapusta pekińska
- 1 czerwona cebula
- 25 dkg sera żółtego

Sos:

- 4 łyżki majonezu
- 3 łyżki ketchupu
- 2 łyżki śmietany 18%
- 2 ząbki czosnku
- Sól, pieprz, przyprawa do gyros- kebab

Wykonanie:

- Filet z kurczaka pokroić w kostkę, dodać przyprawę gyros-kebab, mięso usmażyć na patelni
- Makaron ugotować al dente
- Warzywa pokroić w kostkę, kapustę poszatkować.
- Połączyć wszystkie składniki na sos, dodać czosnek przeciśnięty przez praskę. Dodać sól i pieprz.
- Dno naczynia do zapiekanki posmarować olejem i układać kolejno składniki: makaron – kapustę pekińską – pół sosu i sera startego – mięso – warzywa – sos.
- Zapiekankę włożyć do nagrzanego do 230 stopni piekarnika na ok. 25 minut, 5 minut przed końcem pieczenia zapiekankę posypać pozostałym serem. Dzięki temu ser fajnie się rozpuści i nie przypali.
- Wierzch zapiekanki można posypać zieloną pietruszką.



DESER Z MASCARPONE, BEZAMI I MALINAMI

Składniki:

- 100 ml śmietany kremówki 36%
- 300 g serka mascarpone
- 50 g mini bezy
- 2 szklanki świeżych malin
- 2 łyżki cukru pudru

Wykonanie:

- Maliny zmiksować blenderem na gładki mus (jeśli maliny są kwaśne można dosypać łyżeczkę cukru pudru)
- Schłodzoną śmietanę kremówkę ubić na sztywno dodając pod koniec ubijania 1 łyżkę cukru pudru i serek mascarpone, dokładnie wymieszać.
- Bezy pokruszyć na mniejsze kawałki
- Na dni słoiczków/ pucharków umieścić kolejno:
 - łyżkę serka mascarpone
 - warstwę musu z malin
 - warstwę pokruszonej bezy
 - mus z malin
 - serek mascarpone
- Na wierzch posypać pokruszą bezą, można udekorować całymi malinami lub innymi owocami, miętą.



Każdego dnia masz szansę być lepszą wersją siebie...

Warto być uczciwym

Ludzie są dumni, gdy inni uważają ich za godnych zaufania. Z drugiej jednak strony upowszechnia się pogląd, że w dzisiejszym świecie nie da się być uczciwym. Na każdym kroku spotykamy się z oszustwem i zakłamaniem. Nawet poczciwe osoby, mogą dojść do wniosku, iż nikt nie widzi ich nienagannego postępowania oraz że są w nim osamotnieni. Zaczynają postępować tak jak większość. Kłamią coraz częściej, a prawdę mówią coraz rzadziej. Czy naprawdę kłamstwo rządzi tym światem? Czy prawda nie ma już żadnej wartości? Czy aż tak trudno postępować uczciwie? Oraz w końcu czy są jakieś zalety takiego postępowania?

„Warto być uczciwym, choć nie zawsze się to opłaca. Opłaca się być nieuczciwym, ale nie warto.” (Władysław Bartoszewski). Istnieją liczne sposoby uchylania się od mówienia prawdy, zresztą uważane częstokroć za niegroźne lub dopuszczalne. Ludzie na przykład fałszują raporty o liczbie przepracowanych godzin, każą dzieciom mówić nieprawdę osobom, które stają u ich drzwi, podają nieścisłe dane agentom ubezpieczeniowym oraz symulują choroby, byle nie iść do pracy.

Dzięki uczciwości czujemy się lepszymi ludźmi, myślimy o sobie dobrze. Żyjąc w zgodzie z własnymi wartościami łatwiej jest nam zachować spokój ducha i szczęście. Postępując tak, jak podpowiada nam serce, czujemy się lepiej. Gdy zaś zrobimy coś wbrew sobie odzywa się w nas poczucie winy. Zdradzając w jakikolwiek sposób naszych bliskich, zdradzamy również siebie. Dlatego też warto być uczciwym zarówno względem siebie, jak i względem innych. Wtedy stworzymy sobie fajne życie, bez poczucia winy i wstydu oraz strachu, że nasze nieuczciwości wyjdą na jaw. Kłamstwa i nieuczciwość mają też to do siebie, że raz rozpoczęte powiększają swój rozmiar niczym kula śniegowa. Każdy kłamca w pewnym momencie zaczyna zatracać się w tym, co jest prawdą, a co kłamstwem. Zaczyna również sam wierzyć w swoje kłamstwa oraz w to, że nie mógł postąpić inaczej.

Rzetelność, prostolinijność i prawdomówność w kontaktach z drugimi sprzyjają uczciwości. Rodzi się w ten sposób klimat zaufania, umożliwiający kształtowanie się właściwych postaw i dobrych stosunków z bliźnimi. Uczciwość jest też warunkiem prowadzenia spokojnego życia, wolnego od czasochłonnych i wyczerpujących posunięć obronnych, do których zmuszają wątpliwości, obawy lub podejrzenia.



Uczciwość pozwala nam zachowywać czyste sumienie. Zapewnia spokój ducha i błogi sen. Dzięki niej można śmiało patrzeć drugim w oczy. Trzymanie się zasad uczciwości uwalnia od wiecznego strachu przed przyłapaniem na jakimś krętactwie. Sprzyja więc zachowaniu ludzkiej godności i szacunku dla samego siebie. Czyż mogłaby ona stać się przeżytkiem lub okazać niepraktyczna?

Dlaczego więc warto postępować uczciwie? Ważny powód stanowi fakt, że od tego zależy, jak będziemy wyglądać w oczach innych. Jeżeli ktoś się dowie, że dana osoba oszukała go chociaż raz, straci do niej zaufanie i bardzo trudno będzie jej je odbudować. A jeśli ktoś jest prawdomówny i uczciwy zyska sobie opinię osoby nieposzlakowanej i wiarygodnej. Przykładna postawa nigdy nie pozostanie niezauważona. Jest to złota reguła, którą jeśli zastosujemy, to damy ludziom to, co sami chcielibyśmy otrzymać. A kto z nas chciałby zostać oszukany? Najczęściej jedno kłamstwo trzeba poprzeć następnym i w niedługim czasie powstaje błędne koło. Pewnego dnia może się jednak zdarzyć, że komuś będzie bardzo zależało na tym, aby inni mu zaufali i uwierzyli. Osobom tym może być wtedy trudno się na to zdobyć. Bycie uczciwym w każdej sytuacji może czasem dużo kosztować, ale czyste sumienie jest warte znacznie więcej.

Anna Węgrzeniejewska

Czy to wiedziałeś?

Obecny stan wiedzy, poparty rzetelnymi badaniami naukowymi, przedstawia nam wiele pozytywnych skutków uprawiania aktywności fizycznej, co niejednokrotnie jest przedstawiane przez cywilizacje starożytne np. Grecję, Asyrię bądź Persję.

No to lecimy z tematem. Jak mawiał „ojciec medycyny” Hipokrates najbezpieczniejszą i najpewniejszą drogą do utrzymania zdrowia jest właściwe dbanie o odpowiedni ruch oraz właściwą ilość zdrowych posiłków.

Oto „krótka” lista dotycząca wpływów aktywności fizycznej na pracę mózgu: zachowanie funkcji kognitywnych (poznawczych), zmniejszenie ryzyka depresji, zmniejszenie ryzyka demencji, poprawa jakości oraz funkcjonowania układu nerwowego, zwłaszcza OUN, działa przeciwzapalnie i neuroprotekcynie na komórki mózgu, wpływa na właściwy rozwój struktur układu nerwowego w każdym wieku, wspomaga rehabilitację poudarową, wpływa na zmniejszenie deficytów na skutek niedokrwienia, zapobiega dalszemu rozwojowi chorób przewlekłych, niższe poziomy stresu, lepsza jakość snu, lepszy obraz własnej osoby oraz poczucie własnej wartości, większy entuzjizm i optymizm. Jak widać sporo tego, a to jeszcze nie wszystko!

FAKTY NIE MITY!!

Rosnąca liczba badań naukowych coraz bardziej pokazuje nam, że ruch ma istotny wpływ na naukę nowych czynności oraz zapamiętywanie. Dzieje się to poprzez tworzenie, się nowych synaps i połączeń pomiędzy komórkami nerwowymi. Liczne metaanalizy (59 badań od 1947 do 2009) oraz inne badania naukowe wykazały pozytywny związek pomiędzy ćwiczeniami fizycznymi, a uwagą, szybkością przetwarzania informacji oraz zapamiętywaniem

MÓZG DZIECKA

„Naukowcy dowiedli, że umiarkowana aktywność ma znaczący wpływ na poprawę pracy mózgu dzieci, a zwłaszcza dotyczącą wyników szkolnych, liczenia, pisanie i czytania. Aktywność taka zwiększa dopływ krwi do mózgu, a wraz z nią dostarczane są substancje odżywcze i tlen, które pobudzają jego aktywność, wspierając koncentrację i kreatywność” - zaznacza dr Sylwia Nowacka Dobosz.



MÓZG DOROSŁEGO

Aktywność fizyczna, która jest podejmowana świadomie, a przede wszystkim systematycznie, pozwala dłużej cieszyć się zdrowiem, sprawnością fizyczną oraz intelektualną. Do tego dodać mogę, że wspomaga produkcję hormonów szczęścia oraz pomaga wyregulować produkcję kortyzolu, który niestety w dzisiejszych czasach jest produkowany w nadmiarze. Pomaga to w łagodzeniu odczucia bólu, poprawia nastrój, a nawet daje poczucie euforii – tu w szczególności po zakończeniu treningu u moich podopiecznych, że przeżyli go do końca.

MÓZG SENIORA

Prowadzone liczne badania wykazały, że jedną z przyczyn Alzheimerera jest niewystarczająca aktywność fizyczna. Osoby trenujące systematycznie są o wiele mniej narażone na tę oraz inne choroby neurodegeneracyjne.

WNIOSKI

Nie ma żadnych wątpliwości, że systematyczna aktywność fizyczna ma pozytywny wpływ na cały nasz organizm, a zwłaszcza na prawidłową pracę mózgu, zachowanie jego sprawności aż do późnych lat. Chroni również przed chorobami oraz poprawia zdolności poznawcze, wspiera naukę i zapamiętywanie.

CIEKAWOSTKA

Najlepszy polski szachista Jan-Krzysztof Duda regularnie korzysta z usług trenera personalnego, co okazało się bardzo pomocne w osiągnięciu mistrzostwa.

Mariusz Ratajski – trener personalny, instruktor wielu sportów, wykładowca akademicki

Młodzież zapobiega pożarom

Franciszek i Małgorzata najlepsi

Szesnastu uczniów ze szkół z terenu gminy Kazimierz Biskupi wzięło udział w gminnym etapie Ogólnopolskiego Turnieju Wiedzy Pożarniczej „Młodzież zapobiega pożarom”. Franciszek Bandowski ze Szkoły Podstawowej im. Jana Pawła II w Kazimierzu Biskupim i Małgorzata Zaparta z Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Dobrosołowie okazali się najlepsi.

W Gminnym Ośrodku Kultury w Kazimierzu Biskupim odbył się gminny etap ogólnopolskiego konkursu. Najpierw uczniowie sprawdzali swoją wiedzę w etapie pisemnym. Musieli odpowiedzieć na tematy związane m.in. z ochroną przeciwpożarową. Później najlepsi w każdej kategorii przeszli do etapu ustnego.

W kategorii uczniów klas I-IV najlepszy okazał się Franciszek Bandowski z Kazimierza Biskupiego, natomiast Małgorzata Zaparta wygrała w kategorii uczniów klas V-VIII.

Każdy uczestnik etapu gminnego otrzymał nagrody ufundowane przez wójta gminy Kazimierz Biskupi.



Klub Strzelecki „Sokół” ma coraz więcej członków

Rośnie zainteresowanie strzelaniem

112 osób rozpoczęło szkolenie w zakresie bezpiecznego posługiwania się bronią oraz podnoszenia umiejętności strzeleckich zorganizowane przez Klub Strzelecki „Sokół” z Kazimierza Biskupiego.

W sali widowiskowej Gminnego Ośrodka Kultury w Kazimierzu Biskupim odbył się wykład, który rozpoczyna kurs przygotowujący do egzaminu na patent strzelecki Polskiego Związku Strzelectwa Sportowego. Egzamin odbędzie się za trzy miesiące, a w tym czasie nowi członkowie Klubu Strzeleckiego „Sokół” zdobędą umiejętności w zakresie obsługi strzelby, karabinu oraz pistoletu.

– W zeszłym roku pozwolenie na broń palną z naszym klubem zdobyło 36 osób. W chwili obecnej kolejne 50 osób, które ukończyły szkolenie, oczekuje na egzamin – mówi Paweł Tyrański, prezes „Sokoła”. – Sytuacja międzynarodowa sprawiła, że bardzo wzrosło zainteresowanie zdobyciem lub odświeżeniem umiejętności praktycznego posługiwania się bronią. Nawet wśród najmłodszych, którzy trenowali dotych-

czas tylko w środy, uruchomiliśmy dodatkowy dzień treningowy – dodaje.

Członkowie Klubu Strzeleckiego „Sokół” mają możliwość pozostawienia dziecka na treningu pneumatycznym pod okiem instruktora, a sami mogą w tym czasie trenować na strzelnicy z użyciem broni palnej.



WÓJT GMINY KAZIMIERZ BISKUPI
K.T.M. QUINQUE FRATRUM
GMINNY OŚRODEK KULTURY W KAZIMIERZU BISKUPIM
OŚRODEK SPORTU I REKREACJI W KAZIMIERZU BISKUPIM
zapraszają na



ODLOTOWĄ MAJÓWKĘ

1 maja 2022 LOTNISKO
w Kazimierzu Biskupim

XX KATOLICKIE OTWARCIE SEZONU MOTOCYKLOWEGO

9.00 – zbiórka motocykli na rynku w Kazimierzu Biskupim
10.30 – msza święta w klasztorze w Bieniszewie
12.00 – Pokaz stuntu i extreme trial w wykonaniu Rafała Pasierbka
i Przemka Kaczmarczyka na lotnisku w Kazimierzu Biskupim
15.00 – koncert rockowy



MAJÓWKA

16.00 – koncert Julii Jaroszewskiej
17.00 – koncert zespołu disco polo MENELAOS
18.00 – zabawa z zespołem FORTE



DODATKOWE ATRAKCJE

- wystawcy branży motocyklowo - motoryzacyjnej
- wystawa starych pojazdów
- wystawa sprzętu lotniczego
- dmuchańce dla dzieci
- stoiska gastronomiczne



Mistrzostwa Powiatu w Biegach Przełajowych

Ścigali się na stadionie

8 kwietnia 2022 roku na Stadionie 700-lecia w Kazimierzu Biskupim odbyły się Mistrzostwa Powiatu w Biegach Przełajowych Szkół Podstawowych.

W zawodach wzięło udział około 240 uczniów ze szkół naszego powiatu. Uczestniczyli w nich reprezentanci ze szkół z miejscowości: Rzgów, Ślesin, Sławsk, Stare Miasto, Mąkolno, Przyjma, Lisiec Wielki, Brzeźno oraz Kazimierz Biskupi.

Spośród naszych zawodników indywidualnie wyróżniły się: Hanna Lenart z kl. IV a zdobywając pierwsze miejsce oraz Anna Żak z kl. IV b i Katarzyna Foremska z kl. Vb, które zajęły trzecie miejsce w swoich kategoriach wiekowych. (na zdjęciu)

W klasyfikacji drużynowej zdobyliśmy następujące lokaty:

I miejsce – dziewczynki rocznik 2011 i młodsze, biegły w składzie: Hania Lenart IV a, Ania Żak IV b, Oliwia Olkowska IV b, Laura Druźbiak IV b, Weronika Czubińska IV b, Julka Babiarczyk IV a.

I miejsce – dziewczynki rocznik 2009-2010, biegły w składzie: Kasia Foremska V b, Kinga Kaliszewska VII d, Nikola Matyjasik V a, Kinga Matyjasik V a, Hania Łuczak V a, Amelia Osada VII a.

II miejsce – dziewczyny rocznik 2008-2007, biegły w składzie: Oliwia Matyjasik VIII b, Maja Łukaszewska VIII c, Maria Ławniczak VIII d, Wiktoria Dębowska VII a, Kinga Szczepańska VII b, Nikola Lewandowska VIII d.

II miejsce – chłopcy, rocznik 2011 i młodszy, biegły w składzie: Nikodem Struciński IV b, Igor



Łuczak IV c, Michał Zbyszewski IV c, Tomasz Tyłkowski IV a, Aleksander Zieliński IV b, Kacper Hołda IV b, Filip Szymański IV a.

III miejsce – chłopcy, rocznik 2009-2010, biegli w składzie: Ksawery Chudeusz V a, Wojciech Makowski VII c, Filip Siepielski V a, Filip Duryński VI, Nataniel Łechtański VI, Aleksander Antoniak V b, Alan Robak VII d.

IV miejsce – chłopcy, rocznik 2007-2008, biegli w składzie: Kacper Wełnicki VIII d, Aleksander Kranc VIII d, Bartłomiej Ziarniak VII b, Borys Toroszewski VIII d, Jakub Szymankowski VIII d, Józef Szymczak VII b.

Zdobywcy pierwszych miejsc zakwalifikowali się do zawodów wojewódzkich.

Serdeczne podziękowania dla nauczycieli wychowania fizycznego ze SP w Kazimierzu Biskupim za przygotowanie uczniów do zawodów oraz za sprawne przeprowadzenie mistrzostw.





Przedsiębiorstwo Gospodarki
Komunalnej i Mieszkaniowej Sp. z o.o.
62-530 Kazimierz Biskupi, ul. Warszawska 11
tel. 63 241 11 02



Dzień Ziemi 2022

Idea obchodów Dnia Ziemi została zapoczątkowana w 1970 r. przez amerykańskiego senatora Gaylorda Nelsona. Wiele krajów obchodzi Dzień Ziemi zgodnie z proklamacją ONZ w dniu równonocy wiosennej, która przypada 20 lub 21 marca. Dodatkowo ONZ wyznaczyło datę 22 kwietnia jako Międzynarodowy Dzień Matki Ziemi. Celem akcji jest promowanie zachowań chroniących środowisko i naszą planetę. Każdy z nas, tego dnia powinien zastanowić się co robi dla Matki Ziemi, aby przetrwała dla kolejnych pokoleń. Najprostszymi rozwiązaniami, które możemy zrobić już dziś to: **segregacja odpadów, oszczędność wody, kupowanie tylko potrzebnych rzeczy, niemarnowanie jedzenia, gromadzenie wody opadowej, pobieranie odpadów w lesie, zasadzenie drzewa, zamienienie samochodu na rower.** Jeżeli zmienimy swoje nawyki to Nasza Planeta ma możliwość przetrwać kolejne tysiąc lat. To od nas oraz naszych dzieci zależy Jej przyszłość. Uczmy nasze dzieci zachwycać się przyrodą i szanowania tego co nam daje na co dzień.

Poniżej kilka ekologicznych książkowych pozycji nie tylko dla dzieci, dorośli również będą zachwyceni lekturą:

- ✓ Śmieci to o czym dorośli Ci nie mówią, wyd. Publicat
- ✓ Śmieci najbardziej uciążliwy problem na świecie!, wyd. Babaryba
- ✓ Plastik fantastik?, wyd. Babaryba
- ✓ Woda źródło życia, wszystko o najważniejszej substancji na Ziemi, wyd. Babaryba
- ✓ Drzewo, wyd. Debit
- ✓ Uratuj Ziemię!, wyd. Bajka



Informujemy, że na odpady z tworzywa sztucznego oraz odpady ulegające biodegradacji nie będą już zostawiane worki.
Pojemniki na ww. odpady można odbierać do końca kwietnia.
Dodatkowy termin 30.04.2022 (sobota)
7.00-11.00

Wydawca: Gminny Ośrodek Kultury w Kazimierzu Biskupim, Plac Wolności 2, 62-530 Kazimierz Biskupi, tel. 63 2411 402
e-mail: redakcja@kazimierz-biskupi.pl **Redaktor:** Karolina Górny, **Zdjęcia:** Karolina Górny, Waldemar Olech
opracowanie graficzne: Waldemar Dryjański **Druk:** Drukarnia Braci Wielińskich
ISSN: 2658-2937