ISSN 1232-1931

TYGODNIK POWIATOWY

GAZETA MYSZKOWSKA

cena 4,99zł
(w tym 5% VAT)
4100 egz. + 459 abonament cyfrowy
Nr 03 (1495) rok XXX 19.01.24- 25.01.2024
ISSN 1232-1931

UKAZUJE SIĘ OD 1993r. W GMINACH: MYSZKÓW, ŻARKI, PORAJ, KOZIEGŁOWY, NIEGOWA, KROCZYCE, WŁODOWICE, LELÓW, JANÓW

WYBORY SAMORZĄDOWE 7 KWIETNIA. BĘDZIE RZEŹNIA NA OPOZYCJI?

Premier RP Donald Tusk ogłosił że wybory samorządowego rad gmin, powiatów odbędą się 7 kwietnia 2024. 21 kwietnia odbędą się wybory uzupełniające w tych gminach, gdzie wybory wójta, burmistrza, prezydenta miasta nie dadzą rozstrzygnięcia w I turze. Ruszył kalendarz wyborczy. Jednak lokalna polityka zdaje się jechać w odwrotną stronę niż ta ogólnopolska. W skali kraju rząd Donalda Tuska działa choć koalicyjny, pokazuje że działa jak jedna pięść, choć rząd tworzą Nowa Lewica, Trzecia Droga i Koalicja Obywatelska. W koalicji nie widać żadnych wyłomów, i nawet lokalni politycy mówią, że utrzymanie podobnych koalicji powiatach i gminach jest strategią Koalicji 15 X. W Powicie Myszkowskim i samym Myszkowie wygląda to jednak zupełnie inaczej.

W Starostwie Powiatowym w Myszkowie rządzi PiS i choć opozycja, radni Lewicy, Platformy Obywatelskiej, PSL i Przyszłości nie wyklucza próby odwołania starosty Piotra Kołodziejczyka, aby policzyć swoją siłę, to szanse na sukces takiego głosowania są niewielkie. Co ciekawe, Piotr Kołodziejczyk może być dla PiS największym obciążeniem w nadchodzących wyborach: aż dwa toczące się śledztwa i jedno już zakończone aktem oskarżenia. W sadzie jest sprawa karczowania panu staroście działki w Krusinie. Oskarżeni są dyrektor i kierownik ZUK Koziegłowy. Ale kto uwierzy, że ryzykowali odsiadkę bez wiedzy pana Starosty? Prokuratura bada też sprawy podejrzenia popełnienia przez starostę przestępstw polegających na podawaniu wódki na terenie szkoły w Cynkowie, podczas dożynek i wykorzystania służbowego samochodu starostwa na partyjny więc w Bogatynii. Jeżeli więc wyborcy PiS postawią znak równości pomiędzy aferami starosty i partią PIS, Piotr Kołodziejczyk, któremu mieszkańcy Rzeniszowa pamiętają jeszcze sprawę biogazowni, może stać się dla PIS obciążeniem.

Ciekawie będą wyglądały wybory na w gminie Koziegłowy. Burmistrz Jacek Ślęczka rządzi już ponad 20 lat, i tym razem może mieć z kim przegrać. 5 lat temu Ślęczka wygrał wybory, ale w samych Koziegłowach przegrał z Bartłomiejem Grzybkiem. Ten wg naszej wiedzy ponownie stanie przeciwko niemu, tym razem na pewno z większymi szansami. PiS wszędzie słabnie o minimum 10%. Ślęczka też nie widział, jak starosta Kołodziejczyk w jego szkole rozdaje wódkę. To pierwsze wybory od 20 lat w których rodzinno- polityczny układ rządzący gminą Koziegłowy ma się czego bać.

Myszków. Konkurentem obecnego Włodzimierza Żaka, ma być Tadeusz Bartnik. Jego zapleczem jest rodzina żony, radnej Beaty Jakubiec-Bartnik. Ich rodzinna firma NZOZ Światowit była przez kilkanaście lat wiązana z licznymi aferami polegającymi na wyłudzeniach środków z NFZ. Kilku lekarzy zostało prawomocnie skazanych, z najbardziej znany to lekarz Wojciech Picheta. Tadeusz Bartnik razem z żoną byli widziani na spotkaniu z Jarosławem Kaczyńskim w X 2022, gdzie wpuszczano tylko partyjny beton i sprawdzonych działaczy. Choć Bartnika w wyścigu do fotela burmistrza zobaczymy zapewne jako kandydata bezpartyjnego, to ciekawe będzie jak PiS nie wystawi nikogo. Wniosek, że Bartnik będzie kandydatem PiS sam się nasuwa.

Ciekawie wygląda sytuacja Nowej Lewicy. Dwa razy ich kandydat radny miejski Adam Zaczkowski przegrał z Włodzimierzem Żakiem, którzy rządzi już trzecią kadencję. Ale pojawiła się informacja, że o starcie na stanowisko burmistrza myśli radny powiatowy Lewicy Rafał Kępski. Kępski jednocześnie myśli o pozycji lidera w wyborach do powiatu, o zjednoczeniu bardzo osłabionej opozycji. To szpagat raczej niemożliwy do wykonania, że Nowa Lewica wygra wybory na burmistrza Myszkowa (z Zaczkowskim) i będzie rządzić w starostwie z Kępskim jako starostą. Kępski na pewno byłby na lidera opozycji i ewentualnie starostę dobrym kandydatem, ale to nie do zrobienia, gdy Lewicza wspólnie z PiSem będzie zwalczała burmistrza, który co prawda odszedł z PO, ale ponownie zbliża się do tej partii. Na poziomie powiatu myszkowskiego sytuacja w koalicji 15 X jest tak napięta, że mówi się nawet o możliwości rozwiązania powiatowych i miejskich struktur Platformy Obywatelskiej. To rozwiązanie drastyczne, o którym mówi się od wielu miesięcy, zwłaszcza po tym, jak szef powiatowych struktur PO radny Dariusz Lasecki w wyborach wspierał rozbijacza Paktu Senackiego, swego brata. Zakiwali się obaj, nie doceniając tak wysokiej wygranej Zjednoczonej Opozycji w wyborach 15 X 2023 w wyniku których powstał rząd Donalda Tuska. W PO czas na rozliczenia i coraz bardziej przeważa myślenie, że radni którzy w latach trudnych dla Opozycji Demokratycznej dali się korumpować różnymi stanowiskami lub decyzjami, powinni być wyrzucani z PO. Donald Tusk może sobie pozwolić na takie czystki, gdyż partia z tak silnym rządem będzie niewątpliwie magnesem i motorem do zwycięstwa w wyborach samorządowych i do Europarlamentu. Te drugie już w maju 2024.

Jarosław Mazanek

W PARKU IM. T. KOŚCIUSZKI W ZAWIERCIU WYROSŁY KWIATY. CZYJA TO ZASŁUGA, CZYJ WKŁAD W ICH POWSTANIE POMINIĘTO?

DOK. NA STR. 4

eprasa.pl 455b9528f9

Kradzież kabli - policja poszukuje świadków

Policjanci z Koziegłów poszukują świadków lub osób mogących mieć wiedzę na temat kradzieży kabli oświetleniowych, do której miało dojść w okresie pomiędzy Świętami Bożego Narodzenia a Nowym Rokiem na terenie placu budowy przy DK-91 na odcinku Winowno – Zabijak.

Każda osoba mogąca mieć wiedzę w tej sprawie proszona jest o kontakt osobisty lub telefoniczny z Komisariatem Policji w Koziegłowach pod numerem telefonu 47 85 845 10 lub Dyżurnym Komendy Powiatowej Policji w Myszkowie 47 85 842 55.

(red) KPP Policja Myszków

Kierował motorowerem mając 2,5 promila we krwi

(Myszków) Myszkowscy policjanci ruchu drogowego zatrzymali kolejnego nietrzeźwego kierującego, który lekceważąc liczne apele i ostrzeżenia, jechał motorowerem, będąc pod wpływem alkoholu. Ponadto w trakcie kontroli drogowej okazało się, że mężczyzna jechał jednośladem wbrew sądowemu zakazowi prowadzenia pojazdów mechanicznych.

Policjanci w Myszkowie zatrzymali do kontroli drogowej kierującego motorowerem marki Benzohu. Przeprowadzone przez funkcjonariuszy badanie stanu trzeźwości wykazało u 44- latka blisko 2,5 promila alkoholu w organizmie. Ponadto w trakcie kontroli policjanci ustalili, że mężczyzna jechał jednośladem wbrew aktywnemu zakazowi prowadzenia pojazdów mechanicznych. W związku z tym funkcjonariusze uniemożliwili nietrzeźwemu mężczyźnie dalszą jazdę jednośladem, przekazując motorower osobie przez niego wskazanej.

Policjanci przypominają, że za naruszenie sądowego zakazu, w tym m. in. zakazu prowadzenia pojazdów mechanicznych grozi kara do 5 lat pozbawienia wolności. Natomiast za kierowanie pojazdem mechanicznym w stanie nietrzeźwości, grozi kara nawet do 2 lat pozbawienia wolności. Dodatkowo sąd obligatoryjnie orzeka zakaz prowadzenia wszelkich pojazdów albo pojazdów określonego rodzaju na okres nie krótszy niż 3 lata oraz orzeka świadczenie pieniężne na rzecz Funduszu Pomocy Pokrzywdzonym, oraz Pomocy Postpenitencjarnej w wysokości co najmniej 5 tysięcy złotych. Świadczenie pieniężne może być orzeczone przez sąd nawet do kwoty 60 tysięcy złotych. (red)

GAZETA MYSZKOWSKA TYGODNIK POWIATOWY
Redakcja: 42-300 Myszków ul. Sikorskiego 53/3
www.gazetamyszkowska.pl

GAZETA MYSZKOWSKA ukazuje się w piątek od 1993r. **Telefon do redakcji:** +48 536 334 438
Wydawca: „MyszPress" s.c. **Redaktor Naczelny:** Jarosław Mazanek jaroslaw.mazanek@myszpress.pl **tel. 602 514 030**
Zespół redakcyjny: Tomasz Urbański (sport), Antoni Starowicz (ekspert podatkowy), Zdzisława Moskwińska (New York), Damian Liszczyk, Czesław Orliński, Sebastian Michalak, Michalina Skwara.
REDAKCJA I BIURO OGŁOSZEŃ: 42-300 Myszków ul. Sikorskiego 53/3 redakcja@myszpress.pl gazetamyszkowska@pro.onet.pl
NASZE NOWE GODZINY PRACY: Pn-Wt 9^{00}-15^{00} SRODA 9^{00}-16^{00} CZWARTEK 9^{00}-12^{00} PIĄTEK nieczynne
Reklama: Sylwia Mazanek sylwia.mazanek@myszpress.pl tel. 602 398386 Nr konta do wpłat: MyszPress s.c. 88 1050 1168 1000 0022 0158 3701
Druk: POLSKA PRESS Sp. z o.o. Oddział Poligrafia Drukarnia Sosnowiec
Materiałów niezamówionych redakcja nie zwraca. Zaznaczamy sobie prawo skracania listów i tekstów nadesłanych. Za treść ogłoszeń i reklam redakcja nie odpowiada.

eprasa.pl 455b9528f9

TERROR PRAWORZĄDNOŚCI

niestety nie w Zawierciu

Prezes Rady Ministrów Donald Tusk powołał wicewojewodów śląskich. Rafał Adamczyk objął urząd I Wicewojewody Śląskiego, natomiast II Wicewojewodą Śląskim został Michał Kopański – poinformował na konferencji prasowej Wojewoda Śląski Marek Wójcik. Pierwszy jest z rekomendacji Nowej Lewicy, drugi z Trzeciej Drogi, rekomendowany przez Polskę 2050. Wicewojewodowie na swoje stanowiska zostali powołani 11 stycznia, Marek Wójcik jest Wojewodą Śląskim od 20 grudnia 2023. Wkrótce minie miesiąc, od powołania wojewody przez Premiera Donalda Tuska, którego rząd praworządność przywraca może nie roztopionym żelazem, ale z żelazną konsekwencją. Z podziwem można patrzeć na działania Ministra Sprawiedliwości Adama Bodnara, A w Województwie Śląskim spokój, cisza, jakby tu inny rząd rządził.

Terror praworządności. Tak działania rządu premiera Donalda Tuska określił Prezydent Andrzej Duda, gdy Minister Sprawiedliwości wykorzystując wadliwe przywrócenie Prokuratora Krajowego ze stanu spoczynku, uznał, że pozostaje on w stanie spoczynku (rodzaj prokuratorskiej emerytury) więc nie jest Prokuratorem Krajowym. Dariusz Barki, bo o nim mowa, nie uznaje tej decyzji swojego zwierzchnika. T twierdzi, że dalej jest Prokuratorem Krajowym.

Trwa spór na wymianę opinii prawnych, a Prezydent RP działania rządu Donalda Tuska nazwał „terrorem praworządności". Dzień później Premier Donald Tusk, oświadczył, że w kwestii przywracania reguł państwa prawa on i jego rząd będą nieugięci, a określenie prezydenta, że to „terror praworządności" będzie mottem jego rządu. Polakom twardy kurs rządu Donalda Tuska chyba się podoba, gdyż wg sondażu Rzeczpospolitej ponad połowa Polaków uważa, że politycy PIS, Maciej Wąsik i Mariusz Kaminski, prawomocnie skazani za przekroczenie uprawnień na 2 lata więzienia powinni tam zostać. PiS nazywa ich niewinnymi „więźniami politycznymi" i urządza demonstracje pod zakładami karnymi.

O ile „terror praworządności" jest wprowadzany na poziomie Warszawy, przez Premiera i Ministrów to w terenie już idzie to słabo. Od chwili powołania Wojewody Śląskiego, posła Marka Wójcika na to stanowisko, wszelkimi sposobami próbujemy zainteresować wojewodę tematem konieczności przywrócenia porządku prawnego w Radzie Powiatu w Zawierciu. Mandaty radnych wygasły z mocy prawa 25.12.2019. Wojewoda Śląski z PiS przez 4 lata blokował sprawę nie wydając i nie drukując ogłoszenia o wygaszeniu mandatów radnych z mocy prawa. Sytuacja identyczna do Powiatu w Końskich, gdzie wybory przedterminowe się odbyły jesienią 2019 roku.

Tylko Wojewoda Śląski ma w rękach proste do użycia narzędzie, do przywrócenia praworządności w Powiecie Zawierciańskim. Gdy w dzienniku województwa wydrukuje zaległe od prawie 5 lat ogłoszenie, a Premier na wniosek Wojewody powoła Komisarza przestają istnieć działający bezprawnie od 4,5 roku Zarząd Powiatu, a radni powiatowi nie dostaną już ani złotówki diety. Wyborów przedterminowych już nie będzie, gdyż do wyborów samorządowych, które Premier ogłosił na 7 kwietnia 2024 jest mniej niż pół roku. Komisarzem w Starostwie Powiatowym w Zawierciu zostaje np. jeden z byłych radnych z Platformy Obywatelskiej.

Wg sodnażu Rzeczpospolitej ponad połowa polaków uważa, że miejsce Wąsika i Kamińskiego jest tam, gdzie są: w więzieniu. Polakom podoba się twardy kurs rządu Donalda Tuska.

Przeprowadziliśmy w Zawierciu na te temat rozmowy z wieloma politykami opozycji demokratycznej. Zwłaszcza ci będący (bezprawnie) radnymi pytają: kiedy wreszcie wojewoda wygasi nasze mandaty? Powołania Komisarza w Starostwie Powiatowym wyczekują też mieszkańcy ulicy Okiennik w Zawierciu, którzy ze starostą Dorsem toczą spór o bezsensowną, niechcianą przez nich inwestycję. Nie chcą przebudowy ulicy w kształcie forsowanym od kilku lat przez Starostę. Pisaliśmy o tym wie razy. Wśród argumentów jakie podnoszą mieszkańcy, w sporze reprezentowani przez adwokata Pawła Matyję, jest również ten, że działanie starostwa jest bezprawne, gdyż decyzje podejmował wadliwie powołany zarząd powiatu. I zapowiadają, że wykorzystają do tego wszelkie możliwości prawne, by zablokować inwestycję. A rozwiązanie jest bardzo proste i od 4,5 roku leży stole: stwierdzenie wygaśnięcia mandatów radnych, decyzja wojewody w tej sprawie. Gabriel Dors do błędu nigdy się nie przyzna, zwłaszcza, że jest też podejrzenie popełnienie przestępstw urzędniczych w starostwie przy decyzjach dotyczących niechcianej budowy. Za coś identycznego siedzą Wąsik i Kamiński.

Jak zapowiada mec. P. Matyja do wojewody wrótce wpłynie pismo mieszkańców, którzy wzywające Wojewodę do przywrócenie ładu prawnego, przez rozwiązanie Rady Powiatu. Mieszkańcy chcą zablokować szkodliwą dla nich inwestycję z Polskiego Ładu, wskazując na bezprawność działania Zarządu Powiatu w Zawierciu, który tworzą osoby nieprawidłowo powołane. Liczą, że powołanie Komisarza da szansę na zablokowanie budowy.

Przez biuro prasowe Wojewody Śląskiego próbujemy się umówić z Markiem Wójcikiem, żeby zadać mu proste pytanie: kiedy wyda wyczekiwane ogłoszenie? Czy ma jakieś wątpliwości prawne? Na razie przez 2 tygodnie prośba o wywiad pozostaje bez odzewu wojewody.

My sprawę opisujemy od 4 lat i pod względem prawnym sprawa jest bardzo prosta i oczywista. Inaczej niż spór o prawidłowość powołania Prokuratora Krajowego, co jak stwierdził Minister Sprawiedliwości Adam Bodnar było zrobione wadliwie, a więc nieskutecznie. Przywrócenie praworządności, albo jak to nazwał Prezydent Andrzej Duda „terroru praworządności" w Polsce jest i będzie trudne, co przyznawał Premier Donald Tusk. W Województwie Śląskim, dokładnie w Starostwie Powiatowym w Zawierciu jest to akurat bardzo szybkie i proste. A brak działania wojewody z PO przez równo miesiąc zupełnie niezrozumiały.

Jarosław Mazanek

pełny serwis i naprawa komputerów i laptopów

kontakt
514 508 808
34 333 74 00

naprawiamy
1000+
urządzeń rocznie

Komputronik
Myszków, Sikorskiego 53/5
(obok ZUS/KRUS)

www.bmyszkow.pl
MIĘDZYPOWIATOWY BANK SPÓŁDZIELCZY W MYSZKOWIE
Twoim Bankiem !

„Kredyt na zimową porę"

0 zł prowizji i korzystne stałe oprocentowanie
Kwota kredytu do 10.000,00 zł
Okres spłaty do 18 miesięcy

Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania (RRSO) wynosi 11,56 %, przy następujących założeniach: całkowita kwota kredytu (bez kredytowanych kosztów) 5.750,00 zł, całkowita kwota do zapłaty: 6.181,56 zł, oprocentowanie stałe 10,99 % w stosunku rocznym, całkowity koszt kredytu: 431,57 zł (w tym: prowizja 0 zł, odsetki 431,57 zł), spłata kredytu nastąpi w 15 miesięcznych ratach równych w wysokości 412,10 zł ostatnia (15 rata) wyrównawcza 412,17 zł. Kalkulacja została dokonana na dzień 18.12.2023 r. na reprezentatywnym przykładzie bez dobrowolnego ubezpieczenia spłaty kredytu na wypadek zdarzeń losowych.

Zapraszamy do naszych placówek

eprasa.pl 455b9528f9

W PARKU IM. T. KOŚCIUSZKI W ZAWIERCIU WYROSŁY KWIATY. CZYJA TO ZASŁUGA, CZYJ WKŁAD W ICH POWSTANIE POMINIĘTO?

Środek zimy, a w Zawierciu… kwiaty, ale nie byle jakie, ponieważ szklane. Mało tego tuż obok nich na drzewa „przyfrunęły" motyle! Cztery niezwykłe instalacje, które po zmroku przeradzają się w świecące arcydzieła, powstały w mieście jako hołd, będący zarazem upamiętnieniem kobiet, pracujących niegdyś w Hucie Szkła oraz znanej i cenionej entomolożki.

Przy realizacji instalacji udział wzięli: Matylda Sałajewska, Grażyna Bieniasz, Joanna Hobora, Ewa Derezińska, Maciek Dereziński, Piotr Długosz, Paweł Grabiński oraz jeszcze jedna osoba, która wydaje się, że została zapomniana, może nawet celowo przez władze Zawiercia. A o jej zaangażowaniu zapominać nie wolno. Mowa tutaj bowiem o byłej dyrektorce Miejskiego Ośrodka Kultury w Zawierciu - **Karolinie Kindler-Skowronek**, bez której dzisiaj w zawierciańskim parku nie byłoby ani jednego kwiatu i ani jednego motyla. To właśnie ta kobieta jest pomysłodawczynią szklanych instalacji, a także osobą odpowiedzialną za projekt, który stworzyła i zgłosiła do programu Sztuki Wizualne. Zyskał on uznanie, a co za tym idzie - dofinansowanie przez Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego.

Z rozmowy z Panią Karoliną dowiadujemy się, że projekt do programu został zgłoszony już w 2022 roku. Pierwotnie zakładał stworzenie czterech rzeźb. Z powodów finansowych plany trzeba było jednak ograniczyć do dwóch.

-*Moim założeniem było stworzenie rzeźb, które miałby na pierwszy rzut oka opowiadać historię danych grup i osób* -mówiła **Karolina Kindler-Skowronek**.

Jedna z rzeźb miała nawiązywać do postaci **Michaliny Isaakowej** - kobiety związanej z entomologią, czyli badaniami owadów (Isaakowan za niespotykanymi motylami podróżowała do Ameryki Południowej). W celu uczczenia jej imienia, zakładano zatem stworzenie przestrzennego motyla, który tworzyłyby aranżację odpowiadającą na pytanie: kim była Isaakowa?

Druga rzeźba miała natomiast upamiętniać kobiety pracujące w Hucie Szkła w Zawierciu.

Ta z kolei planowo przedstawiałaby postać kobiety, która zawierałaby w sobie elementy związane właśnie z hutą np. kielich wypełnionym szkłem. Ponadto przy rzeźbach miały znaleźć się tablice, opowiadające historię tych właśnie osób. Była dyrektorka MOKu, podkreśla, że takie były założenia wstępne, ponieważ każdy artysta ma swoje określone wizje, więc zapewne rzeźby różniłby się nieco od tych planowanych pomysłów.

Ponadto młodzież oraz osoby starsze z Zawiercia planowo byliby autorami elementów, wchodzących w skład szklanych rzeźb. Projekt więc nie zakładał tylko i wyłącznie uczczenie kobiet z Zawiercia, ale miał być również elementem spajającym oraz angażującym społeczeństwo. Rzeźby w ten sposób stanowiłby niejako wizualną opowieść przedstawioną nie tylko okiem artystów, ale także przeciętnych Zawiercian. Karolina Kindler-Skowronek podkreśla zatem, że powstałe kwiaty, które obecnie możemy podziwiać w Parku Kościuszki, nie są odpowiedzią na planowany projekt, gdyż jego wizualne założenie było zgoła inne. Mimo tego artystka nie stroni od pozytywnych uwag na ich temat. Kwiaty jej zdaniem są fantastyczne i robią spore wrażenie. A co z motylami? Według Karoliny Kindler-Skowronek są one bliższe jej pierwotnej wizji, jednak nadal odbiegają od wstępnych planów.

Jak to się się jednak stało, że stworzony przez artystkę projekt nie wygląda tak jak planowała?

Sprawa wygląda następująco: od maja zeszłego roku ówczesna dyrektora była na zwolnieniu lekarskim, dlatego jako koordynatorka projektu nie mogła w tym okresie jego wykonywać. Dalej chyba wszyscy wiemy jak sprawa się potoczyła. Prezydent Zawiercia **Łukasz Konarski** odwołał Karolinę Kindler-Skowronek z funkcji dyrektorki MOKu, o czym pisaliśmy w artykule: ODDAJCIE NAM PREZESA! ZGK MUREM ZA MAZUREM! (kurierzawiercianski.pl).

Wobec tego - kobieta projektu kontynuować nie mogła, a w celu jego finalizacji powołano inną osobę. Ponadto kiedy w MOKu zabrakło dyrektorki, artyści, dotychczas współpracujący z nią przy projekcie, niejako w geście protestu, zrezygnowali z dalszego udziału w projekcie.

Co ciekawe, czego jeszcze dowiedzieliśmy się z rozmowy z zawierciańską artystą, jest to, że to nie jedyna sytuacja, kiedy o jej wkładzie w projekt się milczy. Kobieta jest bowiem pomysłodawczynią projektu **„Moja kryształowa historia. Opowieść zawiercianina"**. Jej idział tym projekcie Miasto Zawiercie również przemilczało.

Ponadto, gdyby nie Karolina Kindler-Skowronek dzisiaj zapewne nie moglibyśmy podziwiać w Galerii Stara Łaźnia w Zawierciu lub w Pałacu Schoena Muzeum w Sosnowcu kolekcji kryształów z HSG Zawiercie, które to pozostałości udało się uratować, dzięki jej działalności.

Pomimo napięć z Prezydentem Zawiercia Łukaszem Konarskim, który w dość niejasnych okolicznościach odwołał Karolinę Kindler-Skowronek ze stanowiska dyrektorki MOK Zawiercie, pani Karolina w dalszym ciągu pracuje nad tym, aby historia miasta nie została zapomniana. Z taką tylko różnicą, że robi to już nie w Zawierciu.

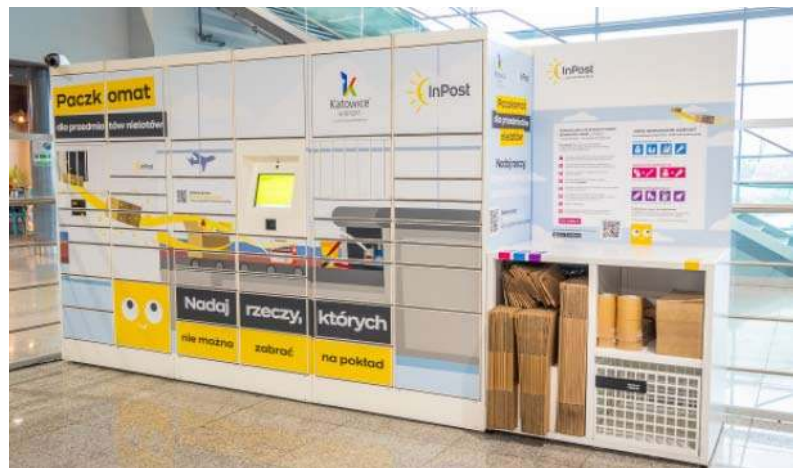
Czy zatem za te uchybienia odpowiedzialny jest Prezydent Miasta? I czy w takim razie celowo umniejsza w zasługach mieszkankę Zawiercia, która przez lata swoją artystyczną duszą działała i w dalszym ciągu działa dla dobra miasta? I czy wstępne projekty rzeźb celowo zostały zmienione, aby ich autorstwa nie przypisywać byłej dyrektorce MOKu? Niech na te pytania każdy sam sobie odpowie.

Na koniec pozostaje nam stwierdzić jednogłośnie, że takie uchybienie, nie ważne przez kogo i w stosunku do kogo popełnione, zawsze jest krzywdzące, a podziękowania za wkład w pracę należą się także Karolinie Kindler-Skowronek.

Michalina Skwara

PACZKOMAT NA LOTNISKU. NIE TRZEBA WYRZUCAĆ NIC Z BAGAŻU MOŻNA ODESŁAĆ DO DOMU

(Pyrzowice) Pasażerowie podróżujący z Katowice Airport do krajów strefy Schengen mogą skorzystać z nowego udogodnienia. Do ich dyspozycji oddano urządzenie Paczkomat firmy InPost.



Paczkomat uruchomiono z myślą o podróżnych, których przedmioty przewożone w bagażu podręcznym zostały zakwestionowane w trakcie kontroli bezpieczeństwa.

Paczkomat zlokalizowany jest na pierwszym piętrze terminalu pasażerskiego B Katowice Airport, przed wejściem do obszaru kontroli bezpieczeństwa. W sytuacji, gdy w bagażu podręcznym znajdzie się przedmiot, który jest zabroniony do przewozu w kabinie samolotu, a który powinien znaleźć się w bagażu rejestrowanym (np. perfumy we flakonach o pojemności powyżej 100 ml) pasażer może wysłać go za pomocą urządzenia Paczkomat. Dotychczas taki przedmiot, zgodnie z obowiązującymi przepisami bezpieczeństwa, musiał zostać wyrzucony.

(red) zd. .katowice-airport.com

eprasa.pl 455b9528f9

Partnerstwo polsko-ukraińskie w Żarkach

(Żarki) Gmina Żarki ma od 12 stycznia 2024r. dwóch samorządowych partnerów z Ukrainy. Przedstawiciele gmin Subottsi w obwodzie Kirowohradzskim i gminy Medwediwka w obwodzie Czerkaskim oraz burmistrz Żarek Klemens Podlejski podpisali umowy o współpracy partnerskiej. Zobowiązano się utrzymywać stałe kontakty na poziomie władz i mieszkańców obu samorządów.

Podpisanie umowy miało miejsce w sali widowiskowej Miejsko-Gminnego Ośrodka Kultury w Żarkach. Gminę Subottsi reprezentował burmistrz Andrii Boridchenko, a gminę Medwediwka zastępca burmistrza Nataliia Lishczenko. Wszyscy obecni, zarówno po polskiej, jaki i kraińskiej stronie podkreślali przekonanie o potrzebie rozwijania stosunków partnerskich, których zamierzeniem jest umocnienie przyjaźni pomiędzy oboma samorządami i ich mieszkańcami.

Zaproszenie na uroczystość od burmistrza Żarek Klemensa. Podlejskiego i przewodniczącego Rady Miejskiej Mariusza Pompy przyjęli: wojewoda śląski Rafał Adamczyk, poseł Przemysław Witek, starosta myszkowski Piotr Kołodziejczyk, burmistrz Myszkowa Włodzimierz Żak oraz przedstawiciele żareckiego samorządu, szkół, duchowieństwa, seniorów oraz organizacji samorządowych współpracujących z Gminą Żarki.

Po przedstawieniu informacji o poszczególnych gminach przystąpiono do popisania umowy. Strony zobowiązały się do pielęgnowanie stałych kontaktów służących wymianie doświadczeń w pracy samorządowej. Zadeklarowano nawiązane kontaktów pomiędzy szkołami, wymianę młodzieży, współpracę nauczycieli. W planach jest wspólne uczestnictwo w przedsięwzięciach kulturalnych, sportowych, turystycznych, rekreacyjnych i gospodarczych.

Gminy zamierzają inicjować i wspierać kontakty pomiędzy przedsiębiorcami, organizować spotkania biznesowe i targi gospodarcze. Wspierać się w zakresie działań w ochronie środowiska i zasobów naturalnych, a także wdrażać partnerstwo w pozyskiwaniu środków zewnętrznych.

Delegacja z Ukrainy gości w Gminie Żarki przez cztery dni. W piątek odwiedzili Klub Malucha, przedszkole i szkołę podstawową przy ul. Ofiar Katynia oraz byli w MGOK Żarki. W sobotę pojawią się na miejskim targu, w Muzeum Dawnych Rzemiosł w Starym Młynie w Żarkach oraz w leśniowskim sanktuarium. Odwiedzą również szkołę w Jaworzniku, gdzie przygotowywane są mieszkania socjalne dla uchodźców z Ukrainy. Zaplanowano również spotkanie z paniami z KGW w świetlicy w Zaborzu.

(red) Zd. Jarsoław Mazanek

FIZJOTERAPIA

PRZYSTĘPNE CENY!

Pełny zakres usług
- fizykoterapia (ćwiczenia z fizjoterapeutą z tytułami magistra)
- krioterapia
- pole magnetyczne (magnetoterapia)
- ultradźwięki
- fonoforeza
- diatermia krótkofalowa

Przychodnia Lekarska J. Kleszczewski
Zawiercie ul. Parkowa 12 tel. do rejestracji 32 67 71 496

eprasa.pl 455b9528f9

INFORMACJA O KONTROLACH PALENISK

(Kroczyce) Samorządy gminne mają obowiązek prowadzić kontrole instalacji spalania paliw stałych po ogłoszeniu alarmowym poziomu II oraz poziomu III, jak to miało miejsce w dniu wczorajszym na terenie miejscowości Podlesice.

Jednak kontrole mogą być przeprowadzane w sposób rutynowy oraz po zgłoszeniu nieprawidłowego spalania paliw stałych na danej posesji. W kontekście przeprowadzonych kontroli najważniejszym obowiązkiem w zakresie ochrony powietrza przed zanieczyszczeniami pochodzącymi z niskiej emisji należy obowiązek przestrzegania zapisów uchwały antysmogowej oraz kategoryczny zakaz spalania odpadów.

Podczas kontroli urzędnicy gminny są uprawnieni do wstępu na teren nieruchomości wraz z niezbędnym sprzętem przez całą dobę. Urzędnik ma prawo przeprowadzania badań lub wykonywania innych niezbędnych czynności kontrolnych. Może też żądać pisemnych lub ustnych informacji. W kompetencji urzędnika nie jest wystawianie mandatów karnych. Urzędnik jedynie może poinformować mieszkańca o zaistniałych nieprawidłowościach i o ewentualnej ponownej kontroli.

Naruszenie przepisów uchwały antysmogowej stanowi jednak wykroczenie, o którym mowa w art. 334 POŚ zagrożone karą grzywny, która na terenie gminy Kroczyce może w drodze mandatu karnego wydać funkcjonariusz Policji. (red) zd. UG Kroczyce

Roślinne burgery czy parówki znajdują coraz więcej zwolenników

Roślinne burgery, kotlety czy parówki plant-based są coraz częściej dostępne na sklepowych półkach, a sięgają po nie nie tylko weganie i wegetarianie. Według badania InsightOut Lab blisko połowa polskich konsumentów próbowała już – głównie z ciekawości – produktów tego rodzaju. 65 proc. z nich uważa, że są smaczne, a 43 proc. zaczęło kupować je regularnie. – To jest coś, co jest obecnie gorącym tematem, powiązanym m.in. z troską o dobrostan zwierząt. Stąd rosnące zainteresowanie białkami roślinnymi – mówi Mateusz Kowalewski, prezes zarządu Hortimex.

– Białko roślinne to z pewnością przyszłość żywienia – mówi agencji Newseria Biznes Mateusz Kowalewski. – Mamy w tej chwili duży udział białek zwierzęcych w diecie człowieka. Mięso zawsze było w diecie człowieka, ale nie w takich ilościach. Ten trend utrzymuje się w zasadzie od czasu wynalezienia przemysłowej produkcji zwierzęcej, czyli mniej więcej od końcówki XIX, początku XX wieku. W obecnych czasach – szczególnie w krajach rozwiniętych – spożycie mięsa jest bardzo wysokie. Powinniśmy wrócić do większego udziału roślin, a w konsekwencji też białka roślinnego w naszej diecie.

Według ONZ FAO (Organizacji Narodów Zjednoczonych do spraw Wyżywienia i Rolnictwa) w ciągu kilku ostatnich dekad światowe spożycie mięsa znacznie wzrosło. W 2020 roku wyniosło 33,7 kg na osobę rocznie. Sumaryczna, globalna konsumpcja mięsa sięgnęła 325 mln t. FAO prognozuje, że w ciągu najbliższej dekady wzrost światowego spożycia białek mięsnych sięgnie 14 proc. („Agricultural Outlook 2021–2030"). Główną przyczyną jest szybki wzrost gospodarczy i rosnący dobrobyt w wielu krajach, co masowo zmienia nawyki żywieniowe – statystyki pokazują, że im bogatsze społeczeństwo, tym więcej spożywa mięsa.

Problem stanowi jednak fakt, że przemysłowa hodowla zwierząt i produkcja mięsa – zwłaszcza wołowiny – w ogromnym stopniu przyczynia się do zmian klimatycznych i degradacji środowiska. Według danych przytaczanych przez PwC hodowla zwierząt (głównie krów) to największy emitent gazów cieplarnianych w systemie żywnościowym, który generuje ich mniej więcej tyle samo emisji, co cały sektor transportu. Odpowiada za prawie 15 proc. globalnych emisji, przy czym większość z nich ma postać metanu – gazu znacznie bardziej przyczyniającego się do efektu cieplarnianego niż dwutlenek węgla. Według przytaczanego przez PwC badania „Nature Food" produkcja 1 kg wołowiny generuje aż 99,48 kg CO2e, w przypadku jagnięciny i baraniny – 39,72 kg CO2e, a wieprzowiny i drobiu odpowiednio 12,31 kg oraz 9,87 kg CO2e. Produkcja żywności pochodzenia roślinnego ma znacznie niższy ślad węglowy. Dla porównania wyprodukowanie 1 kg ryżu to zaledwie 4,45 kg CO2e. Dodatkowo produkcja mięsa skutkuje wylesianiem ogromnych powierzchni lasów na rzecz pastwisk, degradacją gleb, energochłonną produkcją nawozów i paszy, pochłania też duże ilości wody i energii.

Kolejną kwestią jest również to, że nadmierne spożycie czerwonego i przetworzonego mięsa skutkuje problemami zdrowotnymi – WHO potwierdziła, że zwiększa to ryzyko zachorowania na nowotwory i choroby serca, udar mózgu, cukrzycę typu II i otyłość. Dlatego też wielu konsumentów – ze względów zdrowotnych i środowiskowych, wraz z rosnącą świadomością dotyczącą zmian klimatycznych – ogranicza bądź całkiem rezygnuje z żywności pochodzenia zwierzęcego. Przyczyniła się do tego również pandemia COVID-19, która napędziła trend zdrowego stylu życia.

– W Polsce mamy od niedawna pewnego rodzaju trend – coraz silniejszy – produkcji alternatyw mięsa czy nabiału. Wynika on z tego, że konsumenci wiedzą, że tego mięsa jest za dużo, czytają, są ciekawi. Nie wszyscy chcieliby rezygnować z mięsa, z jego smaku czy konsystencji, więc są zainteresowani spożyciem alternatyw. A do ich produkcji stosuje się najczęściej białka roślinne – mówi prezes Hortimex, platformy wymiany wiedzy i towarów między światowymi producentami składników żywności a producentami żywności w Polsce. – Jednym z motywatorów jest troska o dobrostan zwierząt. Nie chcemy konsumować mięsa, uważamy, że zamiast przyczyniać się do cierpienia zwierząt, lepiej jest odżywiać się bardziej roślinnie. I stąd rosnące zainteresowanie białkami roślinnymi.

Roślinne zamienniki mięsa i produktów pochodzenia zwierzęcego zyskują więc coraz większą popularność. Według szacunków przytaczanych przez PwC w latach 2022–2030 globalny rynek takich zamienników może osiągnąć wartość 234,7 mld dol. Konsumenci mogą znaleźć na półkach sklepowych coraz więcej alternatyw pochodzenia roślinnego, w dużej mierze dzięki postępowi w technologii żywności, dzięki któremu „mięso" pochodzenia roślinnego ma podobny smak i konsystencję do mięsa zwierzęcego.

Po roślinne zamienniki mięsa i produktów odzwierzęcych coraz częściej sięgają nie tylko weganie i wegetarianie. Jak wynika z badania przygotowanego przez InsightOut Lab i przeprowadzonego w grudniu 2022 roku przez Panel Ariadna, 62 proc. Polaków ma w sklepach dostęp do roślinnych alternatyw, choć w dużej mierze zależy to od wielkości miejscowości zamieszkania – im większe miasto, tym lepszy dostęp. Blisko połowa (46 proc.) próbowała już, głównie z ciekawości, produktów tego rodzaju, a duża część z tych, którzy spróbowali (43 proc.), spożywa je regularnie i uważa, że są smaczne (56 proc.).

W Polsce ten rynek rozwija się dopiero od ok. 2015 roku. Na Zachodzie pojawił się wcześniej i obecnie jego skala jest tam nieporównanie większa. Z raportu InsightOut Lab wynika, że po rekordowym 2020 roku w 2021 roku rozpoczęło się na tym rynku pewne spowolnienie.

– Trzeba pamiętać, że to jest dopiero budujący się trend i dziś mamy sytuację, w której po dynamicznym wzroście obserwujemy pewien regres, pewien spadek spożycia. Myślę, że wynika to z faktu, iż konsumenci po prostu popróbowali tych produktów, być może nie wszystkie im zasmakowały i teraz następuje odreagowanie – nie zawsze wracamy i ponownie wkładamy do koszyka te produkty alternatywne. Niemniej jednak w mojej ocenie, biorąc pod uwagę długofalowe trendy, spożycie białek roślinnych będzie rosło – mówi Mateusz Kowalewski.

Jak wskazuje PwC, konsumenci na razie wciąż są konserwatywni w stosunku do nowej żywności i technologii, które mają zastąpić tradycyjną żywność. Jednak prognozy dla rynku zamienników są optymistyczne: według raportu AT Kearney do 2040 roku większość światowych produktów mięsnych nie będzie pochodzić ze zwierząt. Analitycy wskazują, że jeśli rynkowe prognozy dotyczące popularności roślinnych zamienników i wzrostu tego rynku się sprawdzą, będzie to oznaczać redukcję CO2e na całym świecie o 0,85 gigaton do 2030 roku, co odpowiada dekarbonizacji 95 proc. całego przemysłu lotniczego.

Newseria (red)

eprasa.pl 455b9528f9

Zatrzymany miał 4 promile

(Myszków) W ręce myszkowskich policjantów wpadł nietrzeźwy kierujący. 54-latek prowadził samochód mając w organizmie ponad cztery promile alkoholu.

W 14 stycznia 2024r. w niedzielę o godzinie 16.30 dyżurny myszkowskiej komendy został powiadomiony, że kierowca daewoo przemieszcza się w kierunku miejscowości Niegowa i prawdopodobnie jest pod wpływem alkoholu.

Na wskazaną trasę dyżurny skierował patrol wydziału ruchu drogowego, aby zweryfikować zgłoszenie. Już kilka minut po zgłoszeniu, funkcjonariusze zauważyli i zatrzymali pojazd do kontroli drogowej. Za jego kierownicą siedział 54- letni obywatel Ukrainy. W trakcie rozmowy z kierowcą policjanci wyczuli od niego alkohol. Przypuszczenie, że jest nietrzeźwy, bardzo szybko się potwierdziło. Badanie alkomatem wykazało ponad 4 promile alkoholu w organizmie mężczyzny.

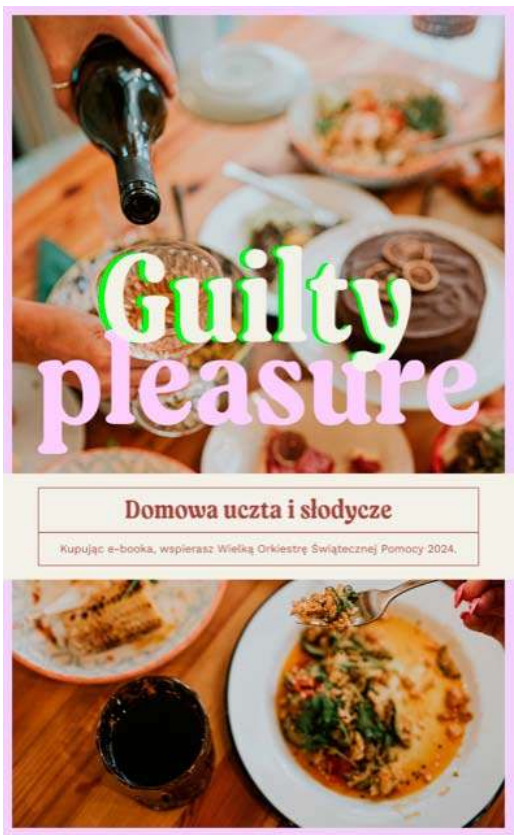
Zgodnie z kodeksem karnym grozi mu kara do 3 lat pozbawienia wolności. Poza tym wysoka grzywna, zakaz prowadzenia pojazdów na przynajmniej 3 lata oraz obligatoryjna finansowa kara na rzecz Funduszu Pomocy Pokrzywdzonym w wysokości nie mniejszej niż 5 tys. zł.

Właściwa reakcja może zapobiec tragedii i ocalić czyjeś życie i zdrowie. Dlatego nie wahajmy się zadzwonić na numer alarmowy, gdy widzimy, że osoba, która kieruje pojazdem mechanicznym, może znajdować się pod wpływem alkoholu lub innych. (red)

Grzeszne przyjemności kulinarne dla WOŚP

Restauracja LAS z Zawiercia wydaje ebook „Gulity Pleasure"

E-book charytatywny Guilty Pleasure to kolekcja 12 niezawodnych przepisów na dania godne restauracji z gwiazdką Michelin, jednak łatwych do przygotowania w domowym zaciszu. Klarownie sformułowane receptury ilustrują wysmakowane estetycznie fotografie. Cały dochód ze sprzedaży wesprze tegoroczną zbiórkę WOŚP.



Właścicielka restauracji Las i cukierni Dolci, Magdalena Skała, uruchomiła projekt charytatywny Guilty Pleasure, specjalnie na 32. Finał WOŚP: „Pomysł na tego e-booka powstał, gdy leżałam z tygodniową Janką w szpitalu. Dzięki WOŚP mogłam wygodnie spać obok niej na rozkładanym fotelu – podczas gdy moja córka korzystała ze sprzętu medycznego z czerwonym sercem. Zawsze wspierałam działania WOŚP lokalnie, ale tym razem postanowiłam podnieść sobie poprzeczkę. Zależało mi na tym, by zrobić coś, co zyska większy rozgłos i tym samym pozwoli mi uzbierać większą sumę. Postanowiłam podzielić się tym, czym zajmuję się z pasją od lat, co płynie prosto z mojego serca, czyli zaprosić wszystkich na ucztę kulinarną" – mówi Magdalena Skała.

E-book Guilty Pleasure powstał dzięki połączonym siłom Restauracji LAS i Studia Dolci, we współpracy z uczestnikiem 7. edycji programu Top Chef Danielem Wanke, fotografką Margo Słowik i graficzką Pauliną Hanzel. Guilty Pleasure zawiera autorskie przepisy, które nie były nigdzie wcześniej publikowane. A wśród nich niebanalne przystawki, dania główne i słodkości.

E-book jest dostępny tylko na rzecz 32. Finału WOŚP. Nie będzie on później dostępny w regularnej sprzedaży. Wpłacając pieniądze do e-skarbonki utworzonej przez restaurację Las, każda osoba otrzyma w zamian e-booka. Każdy sprzedany egzemplarz Guilty Pleasure to kolejna cegiełka w walce z chorobami płuc.

Ograniczona dostępność publikacji sprawia, że staje się ona wyjątkową okazją dla miłośników kulinarnej rozkoszy.

Restauracja Las ul. Miejska 12, Zawiercie

Koncert kolęd w Sanktuarium w Koziegłówkach

(Koziegłowy) W kościele pw. św. Antoniego z Padwy w Koziegłówkach odbył się 14 stycznia Koncert Kolęd. Wystąpili w nim podopieczni Katarzyny Krawczyk, uczniowie Artystycznego Studia Muzycznego przygotowani przez Dawida Torbusa, Schola Parafialna i Chór Parafialny. Koncert poprowadziła Aneta Machura. (red) zd. UGiM Koziegłowy

Uczniowie z Żarek-Letniska pokazali swoje talenty

(Zarki Letnisko) W Szkole Podstawowej im. Pokoju w Żarkach-Letnisku odbył się Szkolny Pokaz Talentów. Uczniowie zaprezentowali przed szkolną społecznością swoje talenty, pasje i umiejętności. *„Każdy z nich był niepowtarzalny i jedyny w swoim rodzaju. Jesteśmy pod wrażeniem"* **– podsumowuje Mariola Karpowicz, dyrektor Szkoły. (red) zd. UG Poraj**

eprasa.pl 455b9528f9

CITROËN C5 X W NOWEJ, LIMITOWANEJ EDYCJI „HYPNOS” – NIEZRÓWNANY KOMFORT I ELEGANCJA W PODRÓŻY

Citroën jesienią ubiegłego roku zaprezentował limitowaną edycję C5 X Hypnos, która jest bogato wyposażoną wersją modelu C5 X. Zaakcentowano w niej wszystko, co najlepsze pod względem designu i komfortu podróżowania. Hypnos to bardzo wymowna nazwa dla wersji oferującej jeszcze więcej relaksu swoim pasażerom, którą stworzono, by podkreślić kontrast między dniem panującym we wnętrzu, a nocą królującą na zewnątrz. C5 X Hypnos jest topową wersją modelu C5 X, opartą na poziomie wyposażenia Max, w której wszystko zostało przemyślane w najdrobniejszych szczegółach pod kątem designu oraz zapewnienia spokoju i pogody ducha podróżującym.

C5 X Hypnos zapoczątkowuje nowy, bardzo elegancki kolor nadwozia – Granatowy Eclipse – podkreślony kilkoma czerwonymi akcentami graficznymi w odcieniu Infrared, podczas gdy wnętrze zyskuje jasny, świetlisty wystrój poprzez zastosowanie unikatowych kolorów i materiałów, zapewniających pasażerom spokojną i kojącą atmosferę w kabinie. To wrażenie komfortu jest wzmocnione elementami wyposażenia, takimi jak: otwierany, szklany dach, system audio Hi-Fi, podgrzewane, masujące i wentylowane przednie siedzenia z elektryczną regulacją podparcia lędźwiowego czy specjalne dla tej wersji dywaniki podłogowe.

C5 X Hypnos to pełen elegancji krążownik szos, który zaprasza do dalekich podróży w warunkach najwyższego komfortu. To idealne ucieleśnienie filozofii Citroëna w tym segmencie: przebojowa koncepcja, wyróżniający się styl i wrażenie dotarcia do celu każdej podróży bardziej wypoczętym niż w momencie ruszania w drogę. C5 X Hypnos, oferowany z napędem hybrydowym plug-in 225 ë-EAT8, stanowi kwintesencję know-how marki pod względem wszechstronności i korzyści płynących z codziennej jazdy samochodem elektrycznym.

(red) Materiał prasowt CITROËN

Tandem grupatandem.pl

Burmistrz Miasta i Gminy Żarki

ogłasza II przetarg nieograniczony ustny

na sprzedaż nieruchomości stanowiącej własność Gminy Żarki wg niżej podanego wykazu:

Na podstawie art. 38 i art. 39 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997r. o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz.U. z 2023r., poz. 344 z późn. zm.) w związku z §3, §6, §13 Rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 14 września 2004r. w sprawie sposobu i trybu przeprowadzania przetargów oraz rokowań na zbycie nieruchomości (Dz. U. 2021 poz. 2213)

Nr ewid. działki	Położenie nieruchomości Nr KW	Pow. w m^2	Przeznaczenie w planie zagospodarowania przestrzennego	Cena wywoławcza nieruchomości	Wysokość wadium	Uwagi
632	Przybynów CZ1M/00057585/0	4442	Zgodnie z miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego miasta i gminy Żarki, dla obszaru sołectw Ostrów i Przybynów, zatwierdzonym uchwałą Rady Miejskiej w Żarkach nr XLI/280/2014 z dnia 19.05.2014 roku (Dz. Urz. Woj. Śl. z dnia 05.06.2014 roku, poz. 3118) zmienionym uchwałą nr XIX/130/2016 Rady Miejskiej w Żarkach z dnia 11.05.2016 roku w sprawie zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego miasta i gminy Żarki, dla obszaru sołectw Ostrów i Przybynów, zatwierdzonego uchwałą nr XLI/280/2014 Rady Miejskiej w Żarkach z dnia 19.05.2014 roku (Dz. Urz. Woj. Śl. z dnia 19.05.2016 roku poz. 2811) działka nr 632 położona w Przybynowie znajduje się częściowo w terenie o symbolu D7MN– teren zabudowy mieszkaniowej jednorodzinnej oraz częściowo w terenie o symbolu D6R – teren rolniczy.	74.850,11 zł w tym: 56.534,40 zł + 23% podatek VAT 13.002,91 zł – cena działki pod zabudowę mieszkaniową jednorodzinną +5.312,80 zł zwolnione z VAT – cena działki rolnej	7.500,00 zł	Teren przedmiotowej działki wyrównany do poziomu ulicy Parkowej na długości kilkunastu metrów. Dalej teren obniża się gwałtownie (skarpa) o ok. 5,0 – 7,0 m.

Przetarg odbędzie się w dniu **27 lutego 2024 r. o godz. 9.00 w Urzędzie Miasta i Gminy w Żarkach ul. Kościuszki 15/17**

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie wadium w wysokości określonej powyżej, które należy wnieść w pieniądzu na konto Gminy Żarki 51 8279 1036 0400 0016 2004 0002 MBS Myszków oddz. Żarki lub w kasie Urzędu w terminie do dnia **22 lutego 2024r.**

Za zachowanie terminu wpłaty wadium uważa się datę wpływu środków pieniężnych na rachunek bankowy. Dowód wniesienia wadium uczestnik zobowiązany jest przedłożyć komisji przetargowej przed otwarciem przetargu.

W przypadku uchylenia się uczestnika, który przetarg wygrał – od zawarcia umowy notarialnej – wadium ulega przepadkowi.

W przypadku nabycia w/w działki przez osobę, która nie spełnia warunków ustawy o kształtowaniu ustroju rolnego z dnia 11 kwietnia 2003 r. (t.j. Dz. U. z 2022 r., poz. 2569) sprzedaż odbędzie się pod warunkiem, że Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa nie skorzysta z prawa pierwokupu.

Ponadto sprzedaż w/w działki odbędzie się pod warunkiem, że Lasy Państwowe reprezentujące Skarb Państwa nie wykonają ustawowego prawa pierwokupu.

Przetarg może być odwołany jedynie z ważnych powodów.

Dodatkowych informacji udziela się w siedzibie Urzędu Miasta i Gminy Żarki ul. Kościuszki 15/17 pokój nr 11 lub telefonicznie pod numerem 34 314 80 36 wew. 42 w godzinach pracy Urzędu.

Niniejsze ogłoszenie zamieszcza się na stronie internetowej BIP Gminy Żarki oraz wywiesza się na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu oraz zamieszcza się w prasie lokalnej.

eprasa.pl 455b9528f9

Zmiany demograficzne wymuszają zajęcie się na poważnie polityką senioralną

Obecnie osób starszych, w wieku 65 i więcej lat, jest w Polsce ponad 7 mln. Według prognoz GUS w 2050 roku, w zależności od scenariusza, może ich być między 9 a prawie 11 mln, przy czym wszystkie one zakładają zdecydowany spadek liczby ludności w Polsce. Starzejące się społeczeństwo to wyzwanie dla całej polityki społeczno-ekonomicznej. Problem w tym, że to bardzo zróżnicowana grupa o różnych potrzebach: począwszy od aktywnych zawodowo seniorów, na osobach niesamodzielnych, wymagających specjalistycznej opieki skończywszy. Wspólna dla całej grupy jest potrzeba bezpieczeństwa ekonomicznego i zdrowotnego.

– Demografia jest nieubłagana. Wynika z niej, że jesteśmy już w tej chwili społeczeństwem starzejącym się, a za parę lat będziemy wręcz społeczeństwem ludzi starych. Ten proces starzenia się przebiega w wielu krajach Europy, bo wiąże się po prostu z dłuższym życiem osób. Natomiast u nas przebiega wyjątkowo dynamicznie i jednocześnie nakłada się na to niska dzietność – mówi agencji Newseria Biznes Elżbieta Ostrowska, przewodnicząca Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów.

Raport GUS „Sytuacja osób starszych w Polsce" wskazuje, że od 2006 roku rośnie udział osób starszych w populacji Polski. W 2005 roku stanowili 17,2 proc., a w 2022 roku – już niemal 26 proc. Spadek liczby ludności ogółem i wzrost liczby ludności w wieku senioralnym skutkuje wzrostem wskaźnika obciążenia demograficznego osobami starszymi (liczby osób w wieku 65+ lat przypadającej na 100 osób w wieku od 15 do 64 lat). Wskaźnik ten ukształtował się w 2022 roku na poziomie 29,9. Dla porównania w latach 2005–2010 wynosił ok. 19. Inny miernik GUS to indeks starości, czyli liczba osób w wieku 65 lat i więcej przypadająca na 100 osób w wieku 0–14 lat. W 2011 roku wynosił on 90, czyli na 100 wnuczków przypadało 90 dziadków, a 10 lat później już 119, czyli mamy już wyraźną przewagę dziadków.

– Będzie już stale pewna luka pokoleniowa, co oznacza większe obciążenie dla osób aktywnych zawodowo, pracujących, bo może być taki moment, że oni będą musieli pracować i na swoje dzieci, i na swoich starych, niesamodzielnych rodziców. To jest wyzwanie, które musi podjąć polityka senioralna – ocenia Elżbieta Ostrowska.

Stopniowo kurczą się zasoby ludności w wieku produkcyjnym. Według wyliczeń ZUS na 1 tys. osób w wieku produkcyjnym w 2023 roku przypadało ok. 390 osób w wieku poprodukcyjnym. W 2061 roku będzie to już 806 osób, a w 2080 roku – 839 osób. Zmiany demograficzne oznaczają potrzebę wprowadzenia rozwiązań systemowych w polityce senioralnej. Dlatego sprawami seniorów zajmuje się nowo powołany resort ds. polityki senioralnej na czele z Marzeną Okłą-Drewnowicz.

– Polityka senioralna to podstawowe wyzwanie, które w tej chwili rysuje się przed nową panią ministrą. Związane jest ze starzeniem się społeczeństwa, co więcej, z podwójnym starzeniem się, czyli ze wzrostem liczby osób późnej starości. To się wiąże z wielochorobowością i utratą sprawności. Tymi ludźmi opiekują się zazwyczaj bliscy, bo rozwiązania systemowe są niewystarczające – przekonuje przewodnicząca Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów.

W starszym wieku nie tylko rośnie ryzyko chorób, ale także utraty sprawności i trudności w codziennym funkcjonowaniu. Nawet 1/3 osób w wieku 65+ ma trudności z wykonywaniem czynności związanych z podstawową samoobsługą (raport GUS „Ludność w wieku 60+. Struktura demograficzna i zdrowie"). W przypadku bardziej złożonych czynności potrzeba pomocy jest znacznie większa.

Choć obecnie osobą starszą najczęściej opiekuje się rodzina – dzieci i wnuki, przy starzejącym się w coraz szybszym tempie społeczeństwie konieczna będzie wyspecjalizowana opieka dla osób starszych. Krokiem w dobrym kierunku jest wprowadzenie odpłatnych usług sąsiedzkich, choć potrzeby są znacznie większe.

– Stworzenie możliwości wsparcia osób starszych, tracących samodzielność, a także ich opiekunów, to jest jedno z pierwszych wyzwań stojących dzisiaj przed polityką senioralną – przekonuje Elżbieta Ostrowska.

Nowy rząd jeszcze w trakcie wyborów zapowiadał nie tylko utrzymanie 13. i 14. emerytury, ale też wprowadzenie nowych świadczeń, m.in. renty wdowiej. Obecnie, gdy senior straci współmałżonka, może skorzystać z renty rodzinnej w kwocie 85 proc. lub zachować swoje świadczenie emerytalne. W nowym rozwiązaniu wdowcy będą mogli wybrać, czy chcą pozostać przy 100 proc. swojego świadczenia i dołożyć do niego 50 proc. renty rodzinnej po zmarłym małżonku, czy też w całości skorzystać z renty rodzinnej i zachować 50 proc. własnego świadczenia. To o tyle istotne, że niemal 4 proc. seniorów żyje w skrajnym ubóstwie.

– Problem polityki senioralnej polega jednak na tym, że musi odpowiadać na bardzo różne potrzeby, a więc zarówno seniorów jeszcze aktywnych, którzy chcieliby kontynuować pracę zawodową i aktywnie uczestniczyć w życiu społecznym, jak również i tych tracących zdrowie, wymagających wsparcia i opieki – zauważa ekspertka. – Sądzę też, że są pewne rzeczy wspólne dla wszystkich grup osób starszych. To się sprowadza do potrzeby zapewnienia bezpieczeństwa ekonomicznego, bezpieczeństwa zdrowotnego, bezpieczeństwa osobistego, ochrony przed różnymi formami przemocy. Jest też ogromna potrzeba wszystkich osób starszych, bez względu na wiek i stan zdrowia – potrzeba godności, szacunku, poczucia, że jesteśmy współobywatelami.

To też powoduje, że seniorzy i organizacje senioralne chcą aktywnie uczestniczyć w tworzeniu polityki społecznej uwzględniającej potrzeby tej grupy.

– Organizacje senioralne mają do odegrania bardzo dużą rolę i to wieloraką. Po pierwsze, powinny być sygnalizatorem potrzeb zgłaszanych przez osoby starsze, przekazującym i formułującym te potrzeby do władz, czy to centralnych, czy lokalnych. Po drugie, pamiętajmy, że organizacje senioralne to jest miejsce, gdzie osoby starsze znajdują możliwość realizacji różnych swoich pasji, zainteresowań, znajdują przyjaciół, relacje międzyludzkie, czyli to, co w starszym wieku jest nam szczególnie potrzebne – mówi Elżbieta Ostrowska. – W tej roli nikt organizacji senioralnych nie może zastąpić.

Przykładem mogą być Uniwersytety Trzeciego Wieku – łączna liczba słuchaczy w roku akademickim 2021/2022 wyniosła 86,6 tys., przy czym najliczniejszą grupę uczestników tworzyli seniorzy w wieku 70–79 lat. W 2022 roku w bibliotekach publicznych odnotowano 888,8 tys. czytelników powyżej 60. roku życia, czyli o 7,6 proc. więcej niż rok wcześniej. Rośnie też liczba seniorów, którzy korzystają z oferty kulturalnej centrów kultury, domów i ośrodków kultury oraz klubów i świetlic.

Jak wynika z raportu Caritas „Seniorzy obecni?", istotną rolą organizacji senioralnych jest też motywowanie podmiotów życia politycznego nie tylko do przedstawiania propozycji w obszarze wsparcia osób starszych, ale także do ich rozwijania czy nadawania konkretnego kształtu. Dziś polityka senioralna – w wymiarach innych niż emerytalny – jest poza tzw. mainstreamem debaty publicznej, choć coraz częściej w programach praktycznie wszystkich ugrupowań, np. przy okazji wyborów, pojawiają się nowe pomysły dotyczące tej grupy. Wprawdzie na przestrzeni ostatnich dekad w polityce senioralnej widać ciągły rozwój, ale jest on dość powolny. Przykładowo brak tej kwestii w międzypartyjnej rywalizacji powoduje, że jest ona na dalszym planie publicznej agendy, a działania publiczne na rzecz osób starszych są raczej utrzymywane niż rozwijane (widać to na przykład po budżetach programów na rzecz tej grupy).Newseria

(red) zd. Frapik

Kobiety zwykle jeżdżą bezpieczniej niż mężczyźni i rzadziej powodują wypadki

Około 40 proc. kierowców z prawem jazdy kategorii B to kobiety. Powodują one trzykrotnie mniej wypadków niż mężczyźni. O wiele rzadziej są też sprawcami wypadków z ofiarami śmiertelnymi, a na drodze są mniej skłonne do podejmowania nadmiernego ryzyka. Średnio powodują jeden wypadek na 6,7 mln przejechanych kilometrów – wynika z danych Instytutu Transportu Samochodowego. Statystyki przemawiają za tym, że określenie „baba za kółkiem" jest dla nich krzywdzące i stygmatyzujące.

– Statystyki przemawiają za kobietami jako kierowcami. Kobiety to 40 proc. posiadaczy prawa jazdy kategorii B, które powodują trzy razy mniej wypadków niż mężczyźni. Jeżdżą ostrożniej, bezpieczniej, cechują się też mniejszą brawurą na drodze i większym skupieniem na zasadach przepisu ruchu drogowego – mówi agencji Newseria Biznes Agata Matyj, specjalistka do spraw komunikacji w FORVIA Polska.

Z danych Komendy Głównej Policji wynika, że w 2022 roku doszło do ponad 21 tys. wypadków drogowych. Sprawcami wypadków najczęściej byli mężczyźni – kierujący pojazdami, którzy spowodowali niemal 73 proc. wypadków. Kobiety odpowiadały za nieco ponad 23 proc. Z kolei analizy Polskiego Obserwatorium Bezpieczeństwa Ruchu Drogowego ITS wskazują, że kobiety znacznie rzadziej od mężczyzn powodują wypadki, będąc pod wpływem alkoholu (8 proc. takich zdarzeń) czy też prowadząc z nadmierną prędkością (20 proc.). Ogółem kobiety powodują jeden wypadek na 6,7 mln przejechanych kilometrów, a mężczyźni – raz na 4,7 mln km. To jednak nie musi oznaczać, że mężczyźni prowadzą gorzej, tylko szybciej, a to potęguje ryzyko wypadku.

– Stereotypowe określenie „baba za kółkiem" jest krzywdzące dla kobiet. Najważniejsze w prowadzeniu samochodu jest to, żeby jeździć bezpiecznie i zwracać uwagę na innych kierowców, a nie jeździć brawurowo, szybko czy wyprzedzać na trzeciego – podkreśla Agata Matyj.

Eksperci wskazują jednak, że to nie oznacza, że tylko mężczyźni jeżdżą niebezpiecznie. Do przejmowania „męskiego" stylu prowadzenia skłonne są szczególnie młode kobiety.

– Akcje edukacyjne kierowane wyłącznie do kobiet kierowców uważam za niewłaściwe rozwiązanie. Powinny być kierowane zarówno do kobiet, mężczyzn, kierowców z małym stażem, jak i do kierowców, którzy mają prawo jazdy już od 20 lat. Tego typu inicjatywy społeczne są potrzebne zawsze i nie powinny być dobierane ze względu na płeć lub wiek – podkreśla przedstawicielka FORVIA Polska.

W opinii ekspertki podobnie przekazy marketingowe w motoryzacji powinny odchodzić od różnicowania ze względu na płeć. Kobiety są nie tylko pełnoprawnymi uczestnikami ruchu drogowego, ale też interesują się motoryzacją i motorsportem. Dlatego nie powinny być pomijane w kampaniach społecznych i reklamach.

– Rosnąca niezależność i świadomość kobiet odzwierciedlają się również w branży motoryzacyjnej, która nie jest już domeną zarezerwowaną wyłącznie dla mężczyzn. Kobiety wykazują zainteresowanie samochodami nie tylko pod względem wizualnym, ale i technicznym – wskazuje ekspertka.

Kobiety wykazują większe zainteresowanie także pracą w sektorze motoryzacyjnym, choć nie jest on na razie na ich liście najbardziej pożądanych pracodawców. Jak wynika z raportu GI Group Holding „Automotive – Globalne Trendy HR 2024", zajmuje pod tym względem dopiero 12. miejsce. Coraz więcej firm z branży – do tej pory postrzeganej jako typowo męska – chce jednak przyciągnąć kobiety do pracy i wdraża politykę inkluzywności.

(red) Newseria zd. frapik.pl

eprasa.pl 455b9528f9

Siatkówka, Puchar CEV

PUCHAROWE ZWYCIĘSTWO ALURONU NAD ALLIANZ MILANO

Aluron CMC Warta Zawiercie - Allianz Milano 3:0 (25:23, 25:19, 25:19)

(Zawiercie) W środę 10 stycznia siatkarze Aluronu CMC Warty Zawiercie zagrali w 1/4 finału Pucharu CEV z Allianz Milano. W pierwszym meczu rundy play-off Pucharu CEV siatkarze z Zawiercia pokonali Allianz Milano 3:0. W czwartek 18 stycznia w rewanżu Jurajskim Rycerzom do awansu wystarczą dwa sety. Wynik i opis tego spotkania podamy w kolejnym wydaniu.

W środę 10 stycznia siatkarze Aluronu CMC Warty Zawiercie zagrali w 1/4 finału Pucharu CEV z Allianz Milano. W pierwszym meczu rundy play-off Pucharu CEV siatkarze z Zawiercia pokonali Allianz Milano 3:0.

Mecz ten nazywany przedwczesnym finałem Pucharu CEV. Obie drużyny od początku próbowały odrzucić rywala od siatki mocną zagrywką, ale przyjmujący dobrze spisywali się w obronie. Bardzo dobrze w polu serwisowym od początku czuł się Miguel Tavares i po jego asie Aluron odskoczył na trzy punkty. Lecz goście szybko doprowadzili do remisu. Jurajscy Rycerze odbudowali przewagę, a największą zasługę miał w tym Karol Butryn, który najpierw skończył kontrę, a później posłał potężną zagrywkę, po której piłka wróciła na stronę gospodarzy, a akcję zakończył Trévor Clevenot. Allianz szybko zmniejszając dystans, ale inicjatywa była po stronie Aluronu, który kontrolował przebieg seta. Set zakończył się wynikiem 25:23 po serwisie w siatkę zawodnika gości.

Od początku drugiej partii presję rywalom z Włoch narzucili gospodarze co pozwoliło im zbudować przewagę. Po bloku Mateusza Bieńka na Yukim Ishikawie Aluron prowadził już 13:7. Jurajscy Rycerze nie zwalniali tempa, punktując rywali w zasadzie każdym elementem. Przy stanie 19:10 goście złapali wiatr w żagle, poprawili zagrywkę i zaczęli odrabiać straty. Przy wyniku 21:16 Michał Winiarski wziął czas dla swojej drużyny, co pomogło odzyskać rytm gry. Ostatni punkt w tym secie zdobył Tavares, blokując Kazijskiego.

Trzeci set lepiej rozpoczęli goście. Po asie Agustína Losera, któremu pomogła taśma, objęli prowadzenie 6:3. Potężne zagrywki zza linii 9. metra Mateusza Bieńka oraz Tavaresa pozwoliły Aluronowi odrobić straty. A po dwóch serwisach z rzędu Tavaresa zrobiło się już 15:12 dla Jurajskich Rycerzy. W tym momencie gospodarze przejęli kontrolę nad grą, a kontra Clevenota oraz as Bieńka pozwoliły powiększyć przewagę do stanu 20:14. Goście nie byli już w stanie odrobić strat, a seta skutecznym atakiem ze środka zakończył Bieniek.

W czwartek 18 stycznia w rewanżu Jurajskim Rycerzom do awansu wystarczą dwa sety. Wynik i opis tego spotkania podamy w kolejnym wydaniu.

***

Aluron CMC Warta Zawiercie - Allianz Milano 3:0 (25:23, 25:19, 25:19)

Składy:

Aluron CMC Warta Zawiercie: Tavares, Butryn, Kwolek, Clevenot, Zniszczoł, Bieniek, Perry (libero) oraz Kozłowski, Gąsior. Trener: Michał Winiarski.

Allianz Milano: Kazijski, Reggers, Loser, Piano, Ishikawa, Porro, Colombo (libero) oraz Mergarejo, Vitelli, Dirlić. Trener: Roberto Piazza.

MVP: Karol Butryn.

Wyniki par 1/4 pucharu CEV:

Aluron CMC Warta Zawiercie – Milano 3:0

SC Prometey Dnipro – Fenerbahce 3:1

Rio Duero Soria – Arkasspor 1:3

AONS Milon – Nantes 3:2

Zestawy par rundy rewanżowej 1/4 pucharu CEV:

Milano - Aluron CMC Warta Zawiercie

Fenerbahce - SC Prometey Dnipro

Arkasspor - Rio Duero Soria

Nantes - AONS Milon (tu), foto: aluroncmc.pl

Piłka nożna

TRAMPKARZE MKS-U MYSZKÓW NA TURNIEJU W KLESZCZOWIE

(Kleszczów, Myszków) W połowie grudnia zespół Trampkarza C2 MKS-u Myszków brał udział w 3-dniowym turnieju w Kleszczowie. W turnieju brało udział 14 zespołów z całej Polski, a podopieczni trenera Dariusza Wróbel zajęli w nim dopiero 11 miejsce.

W połowie grudnia zespół Trampkarza C2 MKS-u Myszków brał udział w 3-dniowym turnieju w Kleszczowie. W turnieju brało udział 14 zespołów z całej Polski, a podopieczni trenera Dariusza Wróbel zajęli w nim dopiero 11 miejsce. Turniej rozgrywany był w systemie 11x11, co było nowym doświadczeniem dla młodego zespołu MKS-u. W fazie grupowej MKS Myszków zremisował bezbramkowo z późniejszym zwycięzcą turnieju, zespołem MZKS Bug Wyszków co można uznać na plus.

- Po dość dobrym sezonie (wygrana w lidze okręgowej i awans do wojewódzkiej) mogliśmy sprawdzić się na tle zespołów z całej Polski i muszę powiedzieć, że chłopcy pokazali się z całkiem dobrej strony. Warto zaznaczyć, iż byliśmy najmłodszym zespołem (10 zawodników rocznik 2011) spośród wszystkich drużyn startujących w turnieju. **- skomentował trener Wróbel. (tu), foto:** profil na FB MKS-u Myszków

eprasa.pl 455b9528f9

Kickboxing

Z JAWORZNA WRÓCILI Z WORKIEM MEDALI

(Jaworzno, Zawiercie) W sobotę 18 listopada w szkole podstawowej w Jaworznie po raz kolejny młodzi zawodnicy kickboxingu zjechali na Challenge Pointfighting Jaworzno. Do zawodów przystąpiło 70 młodych sportowców, w tym również liczna grupa z klubu Kickboxing Małpka Zawierci. Organizatorem sportowego wydarzenia był Fighting Jaworzno, współorganizatorem Ministerstwo Sportu i Turystyki. Patronat nad zawodami objął Polski Związek Kickboxingu.

W sobotę 18 listopada w szkole podstawowej w Jaworznie po raz kolejny młodzi zawodnicy kickboxingu zjechali na Challenge Pointfighting Jaworzno. Do zawodów przystąpiło 70 młodych sportowców, w tym również liczna grupa z klubu Kickboxing Małpka Zawierci. Organizatorem sportowego wydarzenia był Fighting Jaworzno, współorganizatorem Ministerstwo Sportu i Turystyki. Patronat nad zawodami objął Polski Związek Kickboxingu. Zawodnicy Kickboxing Małpka Zawiercie zdobyli podczas zawodów 23 medale w tym 9 złotych, 9 srebrnych oraz 5 brązowych medali.

Medale dla Kickboxing Małpka Zawiercie zdobyli:
Vladyslav Bondar – 1 miejsce pałki, 1 miejsce Pointfighting,
Artem Bondar – 1 miejsce Pointfighting, 1 miejsce pałki,
Jan Słodowy – 1 miejsce pałki,
Marcel Nowak – 1 miejsce Pointfighting,
Artem Tolstopiat – 1 miejsce Pointfighting, 2 miejsce pałki,
Wojciech Oruba – 1 miejsce pałki, 2 miejsce Pointfighting,
Lena Korczyńska – 1 miejsce Pointfighting, 3 miejsce pałki,
Mateusz Drzymała – 2 miejsce Pointfighting, 2 miejsce pałki, 2 miejsce pałki,
Dorian Łapaj – 2 miejsce pałki, 3 miejsce Pointfighting,
Lily Hak – 2 miejsce Pointfighting,
Aleksander Płachta – 2 miejsce pałki,
Matylda Szczepańska – 2 miejsce Pointfighting, 3 miejsce pałki,
Franciszek Grzanka - 3 miejsce pałki,
Mikołaj Dąbrowski - 3 miejsce pałki,
(**tu**), **foto:** profil na FB Kickboxing Małpka Zawiercie

eprasa.pl 455b9528f9

Bieganie zimą a smog – czy jogging w miesiącach zimowych to dobry pomysł?

Wpływ smogu na zdrowie biegacza

Odpowiadając od razu na zadane pytanie: tak, bieganie zimą podczas wysokiego poziomu smogu jest szkodliwe dla zdrowia i lekarze zdecydowanie odradzają decydowanie się na aktywności zewnętrzne podczas przekroczonych norm zanieczyszczenia. Bieganie w smogu będzie miało o wiele gorsze skutki, niż zwykłe wyjście z domu. Podczas biegania oddech staje się przyspieszony, rośnie również potrzeba organizmu na dostarczanie tlenu. Efektem tego jest nawet kilkukrotnie większa ilość wdychanego powietrza, a co za tym idzie, także szkodliwych substancji w nim zawieszonych.

Jakie mogą być negatywne skutki dla naszego zdrowia? Bieganie w smogu będzie miało negatywny wpływ na układ nerwowy, koncentrację, a przede wszystkim na układ oddechowy, który jako pierwszy ma styczność ze szkodliwymi substancjami. Dlatego zwłaszcza astmatycy powinni uważać na smog, jednak zalecenie dotyczące rezygnacji z biegania w takich warunkach dotyczy każdego.

Monitoruj jakość powietrza

Sama mroźna pogoda nie jest przeciwwskazaniem do biegania na zewnątrz. To smog jest tutaj problemem, jeśli więc go nie będzie, z powodzeniem możesz iść biegać. Przed każdym treningiem korzystaj z mapy jakości powietrza, np. w aplikacji mobilnej Airly, aby monitorować zanieczyszczenie w czasie rzeczywistym. Jeśli zobaczysz, że normy są przekroczone – zrezygnuj z treningu, a w ramach alternatywy wybierz się na basen lub na siłownię. Jeśli natomiast jakość powietrza będzie w normie, nic nie stoi na przeszkodzie, abyś mógł wyjść pobiegać. Materiał airly.org

eprasa.pl 455b9528f9

Siatkówka, PlusLiga

PIĘCIOSETOWE BÓJ Z AKADEMIKAMI Z OLSZTYNA

Aluron CMC Warta Zawiercie - AZS Olsztyn 3:2 (25:17, 21:25, 23:25, 26:24, 15:13)

(Zawiercie) Aż pięć setów oglądali zgromadzeni kibice w hali w Zawierciu w meczu szesnastej kolejce spotkań PlusLigi pomiędzy Aluronem CMC Wartą Zawiercie, a AZS-em Olsztyn. Sobotnie spotkanie zakończyło się zwycięstwem Jurajskich Rycerzy, którzy w tie-breaku wygrali 15:13.

Aż pięć setów oglądali zgromadzeni kibice w hali w Zawierciu w meczu szesnastej kolejce spotkań PlusLigi pomiędzy Aluronem CMC Wartą Zawiercie, a AZS-em Olsztyn. Sobotnie spotkanie zakończyło się zwycięstwem Jurajskich Rycerzy, którzy w tie-breaku wygrali 15:13.

Dobre ataki ze skrzydeł i mocne zagrywki Karola Butryna pozwoliły gospodarzom na przejęcie inicjatywy na początku spotkania. Olszyńska defensywa nie radziła sobie z tym naporem, co pozwoliło miejscowym odjechać na sześć punktów. Trener Javier Weber próbował zmienić skład, jednak zmiennicy nie wnosili kompletnie żadnych korzyści do gry. Przyjezdni nie radzili sobie również w ataku. Gospodarze szybko i bardzo pewnie wygrali premierowego seta 25:17.

Na drugiego seta goście wyszli odmienieni. Olsztynianie poprawili przyjęcie, a Moritz Karlitzek zaczął punkowa w ataku. Przyjezdni konsekwentnie budowali przewagę i w połowie seta było 13:16. Gospodarze bezskutecznie próbowali doprowadzić do wyrównania. Po trafieniu Trevor Clevenot udało się zmniejszyć dystans do dwóch punktów (19:21), jednak w kluczowych momentach zabrakło skutecznych ataków i w drugim secie triumfowali goście 21:25.

Trzeci set również należał do przyjezdnych. Olsztynianie od początku dobrze grali blokiem, nie pozwalając Jurajskim Rycerzom na budowanie przewagi. Olbrzymie problemy z kończeniem ataków miał na środku siatki Mateusz Bieniek. Zawodnicy z Olsztyna kilkakrotnie odskakiwali od gospodarzy na trzy oczka. Aluron starał się odpowiadać, jednak w końcówce zabrakło skutecznych ataków. As serwisowy Manuela Armoa dał punkt na 20:24, a partię zakończył skuteczny atak Szerszenia.

Początek czwartej partii był bardzo wyrównany, jednak z biegiem czasu do głosu doszli zawiercianie. Po asie serwisowym Mateusza Bieńka było 11:8, a chwilę później punkt zza 9 metra zdobył Patryk Łaba i było już 17:10. Po przerwie na żądanie Akademicy ruszyli do odrabiania strat, niespodziewanie doprowadzając do remisu i gry na przewagi. Dobra postawa Karola Butryna w końcówce sprawiła, że set zakończył się wygraną Aluronu 26:24.

W tie-breaku gra toczyła się punkt za punkt. Po błędach w ataku Butryna i Kwolka goście odskoczyli na 5:7. Po chwili ponownie zawiercianie doprowadzili do remisu 7:7 po punkowym ataku Bieńka. Ten stan utrzymywał się niemal do końca meczu. Po kolejnym skutecznym ataku Mateusza Bieńka gospodarze mieli piłkę meczową przy stanie 14:13, a Daniel Gąsior asem serwisowym zakończył mecz wynikiem 3:2.

W niedziele 21 stycznia o godzinie 17:30 siatkarze Aluronu CMC Warty Zawiercie rozegrają wyjazdowy mecz z Norwidem Częstochowa.

***

Aluron CMC Warta Zawiercie - AZS Olsztyn 3:2 (25:17, 21:25, 23:25, 26:24, 15:13)

Składy:

Aluron CMC Warta Zawiercie: Kwolek, Zniszczoł, Tavares, Clevenot, Bieniek, Butryn, Perry (libero) oraz Łaba, Gąsior. Trener: Michał Winiarski.

Indykpol AZS Olsztyn**:** Souza, Karlitzek, Jakubiszak, Sapiński, Szerszeń, Tuaniga, Hawryluk (libero) oraz Szymendera, Armoa, Jankiewicz. **Trener:** Javier Weber.

MVP: Karol Butryn.

Wyniki par szesnastej kolejki PlusLigi:

Ślepsk Suwałki - Norwid Częstochowa 3:0

Czarni Radom - LUK Lublin 0:3

Projekt Warszawa - Resovia Rzeszów 1:3

Aluron CMC Warta Zawiercie - AZS Olsztyn 3:2

Barkom Lwów - Cuprum Lubin

Skra Bełchatów - ZAKSA Kędzierzyn-Koźle 3:0

Jastrzębski Węgiel - Stal Nysa 3:1

Trefl Gdańsk - GKS Katowice 2:3

Aktualna tabela PlusLigi:

1. Jastrzębski Węgiel	16	42	44:12
2. Aluron CMC Warta Zawiercie	16	38	42:16
3. Projekt Warszawa	16	38	41:16
4. Asseco Resovia Rzeszów	16	35	42:21
5. BOGDANKA LUK Lublin	16	29	37:28
6. Trefl Gdańsk	16	29	33:24
7. PSG Stal Nysa	16	25	31:31
8. Indykpol AZS Olsztyn	16	23	30:31
9. PGE GiEK Skra Bełchatów	16	21	30:33
10. Grupa Azoty ZAKSA Kędzierzyn-Koźle	16	21	28:31
11. Ślepsk Malow Suwałki	16	18	19:33
12. Exact Systems Hemarpol Częstochowa	16	17	24:38
13. Barkom-Każany Lwów	15	14	22:37
14. GKS Katowice	16	14	20:38
15. KGHM Cuprum Lubin	15	11	16:36
16. Enea Czarni Radom	16	6	11:45

Zestawy par siedemnastej kolejki PlusLigi:

Cuprum Lubin - Skra Bełchatów

Barkom Lwów - LUK Lublin

Trefl Gdańsk - Czarni Radom

GKS Katowice - Projekt Warszawa

Resovia Rzeszów - Ślepsk Suwałki

Norwid Częstochowa - Aluron CMC Warta Zawiercie (21 stycznia, godzina 17:30)

AZS Olsztyn - Jastrzębski Węgiel

Stal Nysa - ZAKSA Kędzierzyn-Koźle (tu), foto: aluroncmc.pl

eprasa.pl 455b9528f9

OGŁOSZENIA DROBNE

USŁUGI

PRANIE, CZYSZCZENIE
Karcherem dywanów, tapicerek. 500-200-337

Transport, przeprowadzki. 724/782-830

Udrożnianie, czyszczenie rur kanalizacyjnych (WUKO). 513/309-345

Mycie, czyszczenie kostki. 724/782-830

Koszenie, karczowanie, przycinanie tui. 513/309-345

Inspekcja rur kamerą, usuwanie zatorów, WUKO. 724/782-830

OPRÓŻNIANIE MIESZKAŃ 724/782-830

ZŁOTA RĄCZKA -NAPRAWY AWARIE 513/309-345

Rębak, rozdrabnianie gałęzi 724-782-830

INSTALACJE- ANTENY, DOMOFONY, KAMERY, ALARMY, NAPĘDY DO BRAM 513-960-318

Montaż klimatyzacji grzejąco- chłodzących w budynkach. 506-655-874

Naprawa: kuchnie gazowo- elektryczne, lodówki, zmywarki, witryny, lady, pralki automatyczne wirnikowe, wirówki, instalacje elektryczne tel. 506-655-874

Naprawa komputerów i laptopów. Dojazd do klienta. Tel. 601-623-740

Radca Prawny Jadwiga Kwiecień Kancelaria Prawna Sp.k Myszków ul Kwiatkowskiego 5 tel. 791-732-142, e-mail : radca@jadwigakwiecien.pl, www.jadwigakwiecien.pl porady prawne i procesy w sprawach: cywilnych (zasiedzenie, uwłaszczenie, spadki, zachowek, podział majątku, odwołanie darowizny), rodzinnych (rozwód, alimenty, władza rodzicielska), rent i emerytur, karnych

Instalacje woda- gaz-CO montaż piecy gazowych 601-740-919

Przyznanie i przeliczenie emerytury, kapitału początkowego z ZUS, KRUS tel. 693-145-999

PROJEKTOWANIE WNĘTRZ - ZAPRASZAMY. TELEFON: 791-952-005 MAIL: ARANZACJA.ADRIAN@GMAIL.COM

USŁUGI BUDOWLANE

Profesjonalne wykańczanie wnętrz, adaptacja poddaszy, łazienki, tarasy, balkony. Tanio i solidnie. Zapraszam. 788-474-118

AZBEST demontaż i utylizacja 791-973-030

Usługi remontowe, gładzie gipsowe, malowanie, kafelkowanie, płyty kartongips. 796-792-214

Więźby, pokrycia dachowe, podbitki. 502-023-510 603-968-668

Wylewki maszynowe. Duże doświadczenie tel. 506-052-057

Montaż dachów Tanio! tel. 511-134-378

DOCIEPLENIA BUDYNKÓW- WOLNE TERMINY, solidnie, fachowo i terminowo, kosztorys gratis. Tel. 502-702-175 www.agra-docieplenia.pl

Gładzie, malowanie tel. 600-165-989

DOCIEPLENIA. 508-504-492

USŁUGI W ZAKRESIE KIEROWANIA BUDOWĄ, INSPEKTOR NADZORU INWESTORSKIEGO, PROJEKTOWANIE OBIEKTÓW. TEL. 570-939-650

ARTYKUŁY BUDOWLANE

Gładzie, gipsowanie, malowanie, tapetowanie. Solidnie i tanio 508-043-678

SPRZEDAM- DZIAŁ BUDOWLANY

Bramy garażowe 2 szt., uchylne, ocieplane Hormann. 605-590-600

DOM i OGRÓD

Sprzedam drewno łupane liściaste i iglaste cena od 200 zł 661-050-665

Sprzedam drewno opałowe różne, zrzyny tartaczne tel. 508-170-477

Drewno kominkowe, opałowe, liściaste. 727-415-935

NAUKA

Matematyka 535-784-369

MATEMATYKA. Angielski. Dojazd. 737-925-902

Tanie korki z angielskiego bez stresu ucznia. Tel. 783-619-120

DAM PRACĘ

PPHU POLBUT zatrudni osoby do produkcji obuwia na stanowiska; Szyjąca, Stołowa, Wszywanie Texonu, Monter obuwia, Obszywanie gotowego obuwia, Pakowanie obuwia. Kontakt telefoniczny pod numerem; 607-913-231 w godzinach 08.00 - 14.00 lub e-mail polbut@polbut.pl

Przyjmę kierowcę kat C+ E dziennie lub co drugi dzień w domu, na kraj tel. 601-530-819

Kierowcę, kat B, chętnie emeryta, rencistę. Wyjazdy 2x w tygodniu zatrudnię. Ubezpieczenie, ZUS. 662-723-177

Szwwalnia w Żarkach zatrudni do szycia cholewek tel. 508-316-681

Zatrudnię kierowcę kat. C+E, KRAJ, plandeka. tel. 695-987-353, 691-389-809

Dorywczo pracownika do montażu kół, zmiany opon zatrudnię. 604-409-779 34/3131357

Pomocnika mechanika zatrudnię. Dorywczo. 604-409-779 34/3131357

Zatrudnię do prac porządkowych w firmie. Mycie samochodów itp. 604-409-779 34/3131357

Sprawdź czy należy Ci się dotacja

135 000 zł

na wymianę pieca, fotowoltaikę, docieplenie domu

Tel. 608-373-340

PILNIE PRZYJMĘ LAKIERNIKÓW
DO
LAKIERNI PROSZKOWEJ
I OBSŁUGI LAKIERNI
tel. 502-072-190

IMPERIA DYLAND
SYSTEMY OSŁON SŁONECZNYCH
Myszków Słowackiego 88
/Baza Jurajskiej/
czynne pn – pt 8:00-16:00

NAJTAŃSZE!
NAJSZYBSZE!
NAJLEPSZE!
- MARKIZY, PERGOLE
- ROLETY WEWNĘTRZNE
- ŻALUZJE POZIOME I PIONOWE
- SYSTEMY SZYN ALUMINIOWYCH
- KARNISZE
- POMIAR, MONTAŻ, WYCENA
tel kom. 517 369 743
34 313 42 96

JUREX
"JUREX" ul. Wojsławicka 29 42-350 Koziegłowy
tel. 034/314 12 63
OPAŁ: WĘGIEL ORZECH
EKO GROSZEK WORKI
EKO GROSZEK LUZ
RATY

Posiadamy transport!
MIAŁ WĘGLOWY

DAREX PHU
kierowców zatrudnimy
trasy:
Polska-Norwegia
tel. 34 313 13 57
604-409-779

PUER Centrum Terapii
dla dzieci i młodzieży
Zawiercie ul.Ogrodowa 10
tel. 730 308 592
oferta:
Diagnoza i terapia psychologiczna
Diagnoza i terapia integracji sensorycznej
Diagnoza i terapia fizjoterapeutyczna
Diagnoza i terapia pedagogiczna
Diagnoza i terapia logopedyczna neurologopedyczna
Diagnoza ADOS-2
Mediacje w sprawach rodzinnych
Terapia uzależnień
Terapia neurorozwojowa
Surdopedagogika, Tyflopedagogika,
OLIGOFRENOPEDAGOGIKA
BIOFEEDBACK www.puer-zawiercie.pl
SZKOLENIA DLA NAUCZYCIELI I RODZICÓW

OGŁOSZENIA DROBNE PRZYJMOWANE SĄ DO ŚRODY KAŻDEGO TYGODNIA DO GODZ. 15.00

eprasa.pl 455b9528f9

Zatrudnię pracowników do prac fizycznych tj. układanie rur osłonowych, kabli, odtwarzaniu kostki, porządkowaniu terenu, wymagania posiadanie prawo jazdy kat. B Zatrudnimy również elektromontera, pomocnika elektromontera, operatora minikoparki. kontakt: 536-989-893

Zatrudnię stylistę paznokci na umowę o pracę tel. 516-685-813

SZUKAM PRACY

Doświadczony ekonomista, grupa inwalidzka, dofinansowanie z PEFRON (do 60%) podejmie pracę biurową tel.697-686-441

Mężczyzna 40+ podejmie dodatkową pracę w godzinach popołudniowych. Również praca fizyczna, wykończenia. 698-836-627

SPRZEDAM

Pralki automatyczne, lodówki oraz naprawa. Tel. 506-655-874

Sprzedam drewno suche-pocięte. Oraz siano i słomę w kostkach. Proszę o kontakt telefoniczny: 534-536-778

MASZYNY I URZĄDZENIA SPRZEDAM

Maszyny cholewkarskie Łucznik, Minerwa, szarfówka. 600-395-907

KUPIĘ

STARE WAZONY SZKŁO SERWISY, RZECZY PRL 513/309-345

Stare zabawki, gry, komputery, Unitra Tonsil, Commodore, Atari, Amiga, wazony PRL, lampy 724-782-830

NIERUCHOMOŚĆ- DO WYNAJĘCIA

Mieszkanie 59n2 w Myszkowie tel. 519-623-821

NIERUCHOMOŚĆ- SPRZEDAM

Działka budowlana-Myszków ulica Cicha, pow. 5848 m2, szerokość 25m, długość 234m 475tys. zł, tel. 518-240-204

Kawalerka w Myszkowie, ul. Kościuszki 29,35 mkw. I piętro. 140 tys zł. 693-464-278

Działka budowlana- Żarki Letnisko, ul, Modrzewiowa. 2500 mkw, 357.000zł. 662-568-607

MOTORYZACJA

Złomowanie Pojazdów- zaświadczenie i gotówka od ręki, dojazd do klienta 794-560-010

AUTO- SPRZEDAM

Passat 2002r, 130kM. 882-249-322

Ford C-MAX 2011, 2 TDI 5L/100km 163 KM bezwypadkowy I właściciel pełne wyposażenie 2 komplety opon, sam parkuje tel. 602-666-855

MOTO- KUPIĘ

Kupię malucha, 125p, WSK Komarek, każdy stan, niekompletny, bez papierów, dobrze zapłacę, odbiór lawetą tel. 531-755-637

AUTO- KUPIĘ

Auto skup od właściciela. Pilnie kupię! Gotówka i umowa od ręki. Tel.535-988-450

Kupię każde sprawne, uszkodzone, zepsute. 508-331-536

SPRZEDAM MASZYNY ROLNICZE

Siewnik „Poznaniak", rozsiewasz „Kos". 882-249-322.

ROLNICTWO

Zboże 791-963-505.

ZDROWIE

Przychodnia Lekarska J. Kleszczewski. Zawiercie Parkowa 12. Pełny zakres usług FIZJOTERAPEUTYCZNYCH: fizykoterapia, krioterapia, kaseroterapia, pole magnetyczne (magnetoterapia), ultradźwięki, fonoforeza, diatermia krótkofalowa. Przystępne ceny. Zamawianie zabiegów: 32-67-71-496.

USŁUGI FINANSOWE

Poszukiwanie dokumentów do emerytury, kapitału początkowego tel. 693-145-999.

SZYBKA POŻYCZKA Z KOMORNIKIEM 32-260-00-33, 516-516-611, POŚREDNIK CDF S.C. FIRMY MATPOL FINANSE SP. Z O.O.

RÓŻNE

Odstąpię grób na Sikorskiego Kwatera NJ1, Rząd IV, Grób 83 tel. 797-194-188.

ZWIERZĘTA- ODDAM

Super sprytne szczeniaki, odrobaczone, zaszczepione oddam za koszt utrzymania tel. 503-546-261.

Oddam psy Owczarek Podhalański, odrobaczone, zaszczepione tel. 607-817-826.

ZWIERZĘTA- SPRZEDAM

Sprzedam kozę tel. 797-041-972.

Noclegi w Myszkowie, apartamenty tel. 602398386

Hotel Ostaniec* w miejscowości Podlesice zatrudni osoby na stanowiska :**

KUCHARZ/ POMOC KUCHNI/ POKOJOWA

Oferujemy:
- przyjazną atmosferę pracy w dynamicznym zespole
- stabilne zatrudnienie w wybranej przez siebie formie
- możliwość rozwoju zawodowego
- szkolenia
- system premii
- pakiet świadczeń socjalnych

Nasze wymagania :
- Doświadczenie w pracy jako kucharz
- Mile widziane doświadczenie w pracy na stanowisku pomoc kuchni/ pokojowa
- Zdolność do pracy w dynamicznym środowisku, zarówno samodzielnie, jak i w zespole
- Umiejętność zarządzania czasem i skrupulatność w wykonywaniu obowiązków
- Umiejętność utrzymania czystości i porządku
- Komunikatywność i umiejętność współpracy z innymi członkami zespołu
- Gotowość do elastycznego grafiku pracy, w tym także w weekendy

Osoby zainteresowane prosimy o kontakt e-mail : biuro@ostaniec.com.pl lub telefoniczny 343155001

Gabinet Weterynaryjny "MATWET"
Lek. wet. Mateusz Piecuch
Żarki Letnisko, ul. Jasna 4
tel. 608/062-916

DAREX PHU

TRANSPORT MIĘDZYNARODOWY

SKŁAD OPAŁU

tel. 34/313 13 57
fax 34 313 07 07

SKŁAD OPAŁU

Myszków, ul. Kopernika 5

WĘGIEL

JUŻ W SPRZEDAŻY

ORZECH, GROSZEK

POLSKA
KAZACHSTAN

W obrębie 20 km od 2 ton transport- GRATIS!

SPRZEDAŻ RATALNA NA MIEJSCU BEZ ŻYRANTÓW

eprasa.pl 455b9528f9

Pomysł na miłe rozpoczęcie dnia

O tym, jak ważnym posiłkiem jest śniadanie, nie trzeba nikogo przekonywać. To, jak rozpoczynamy dzień, decyduje o jakości kolejnych godzin. Jeżeli dostarczymy ciału zdrowe paliwo, odwdzięczy nam się większą energią, lepszym samopoczuciem i większą odpornością na stres. Czym jednak charakteryzuje się idealne śniadanie? Odpowiedź postaramy się znaleźć, analizując talerze przedstawicieli wszystkich europejskich krajów. Jakie powinno być idealne śniadanie?

Aby mieć odpowiednio dużo energii na cały aktywny dzień, musimy zadbać, by rano dostarczyć ciału odpowiedniego paliwa. Ważne, by spożywać śniadanie codziennie o zbliżonej porze. Każde śniadanie powinno zostać wzbogacone w warzywa i owoce bogate w witaminy i mikroelementy. Śniadanie powinno być różnorodne, by móc dostarczać organizmowi wszelkiego rodzaju składników.

Bardzo dobrym źródłem zdrowych tłuszczów i wszelkich niezbędnych mikroelementów jest awokado, który idealnie współgra z tuńczykiem i serem żółtym. Proponujemy spróbować przygotować je w wersji pieczonej, nabierze wtedy zupełnie nowej konsystencji i smaku. Jeżeli podamy je z dodatkową porcją sałatki z pomidorów, cebuli i warzyw liściastych, stworzymy niezwykle pożywną kombinację, która zapewni nam mnóstwo zdrowej energii. Równie pysznie smakują z pastami serowi.

Żytnie bułeczki z serem żółtym

Składniki:
– 400 g mąki żytniej
– szklanka ciepłej wody
– 2 łyżki oleju
– ok. 50 g drożdży
– 1 płaska łyżeczka soli
– 1 łyżeczka cukru
– 100 g sera Gouda MSM Mońki

Wykonanie:

Mąkę, drożdże, sól, cukier i olej połącz w misce. Następnie wlej wodę i zagnieć ciasto do uzyskania jednolitej masy. Przykryj ściereczką i odstaw w ciepłe miejsce do podrośnięcia na ok. 1 godzinę. Masę podziel na małe, równej wielkości kulki. Na blachę wyłóż papier do pieczenia i ułóż na niej bułeczki. Odstaw w ciepłe miejsce na 15 minut, żeby podrosły. Piecz ok. 30 min. w temperaturze 200°C. Po wyciągnięciu lekko posmaruj zimną wodą, zawiń w kuchenną ściereczkę i odstaw do wystygnięcia. Chłodne bułeczki lekko natrzyj od góry masłem. Zetrzyj ser na tarce o grubych oczkach i posyp nim chłodne pieczywo. Zapiecz w piekarniku, żeby ser się rozpuścił.

Awokado zapiekane z tuńczykiem i Aldamerem

Składniki:
– 2 awokado
– 150 g filetu z tuńczyka
– 300 g sera Aldamer MSM Mońki
– ½ pęczka natki pietruszki
– 1 jajko
– 100 ml słodkiej śmietany 18%
– 1 łyżka mąki pszennej
– 3 ząbki czosnku
– sól i czarny pieprz grubo mielony do smaku

Wykonanie:

Awokado przekrój na pół i wyciągnij pestki. Łyżeczką częściowo wydrąż miąższ i przełóż do miski. Dodaj tuńczyka pokrojonego w kostkę, ¾ sera startego na tarce, pokrojoną natkę, posiekany czosnek, mąkę, sól i pieprz do smaku. Całość wymieszaj. Osobno w misce roztrzep jajko ze śmietanką i wlej do miski z tuńczykiem i wszystkimi składnikami. Wymieszaj i tak przygotowanym farszem wypełnij miseczki po wydrążonym awokado. Posyp pozostałym startym serem i zapiecz w piekarniku w rozgrzanym do 200°C przez około 25 minut.

Pasty serowe

Składniki na bazę pasty serowej
– 250 g sera Gouda MSM Mońki
– 4 jajka ugotowane na twardo
– 4-5 łyżek majonezu
– 1 ząbek czosnku
– sól

Przygotowanie bazy

Ser i jajka zetrzeć na tarce o drobnych oczkach.

Wycisnąć czosnek, dodać majonez i dobrze wymieszać. Solić ostrożnie, gdyż majonez i ser są słone. Przykryć i odstawić na godzinę do lodówki.

Pasta z sezamem

Do bazy podstawowej dodajemy pastę tahini oraz uprażony lekko sezam.

Nie dodajemy czosnku.

Pasta z makrelą

Do bazy podstawowej dodajemy 150 g wędzonej makreli.

Wszystko razem blendujemy. Dodajemy uprażone pestki słonecznika.

Pasta z ziołami

Do bazy podstawowej dodajmy posiekane zioła: natka pietruszki, szczypior, koperek i wszystko razem blendujemy.

Mały ZUS plus - niższa składa. Termin zgłoszenia tylko do 31 stycznia

Przedsiębiorcy, którzy chcą w tym roku zacząć korzystać z „Małego ZUS plus" i płacić niższe składki na ubezpieczenia społeczne, powinni zgłosić się do ulgi maksymalnie do 31 stycznia. Ci, którzy korzystali z tej ulgi w 2023 roku i nadal spełniają warunki, nie muszą zgłaszać się ponownie.

Osoby prowadzące działalność gospodarczą, które w ubiegłym roku nie korzystały z małego ZUS plus, a chcą w tym roku zacząć korzystać i spełniają warunki, powinny najpóźniej do 31 stycznia zgłosić się do ulgi. – Nie wystarczy opłacać niższe składki, aby skorzystać z tej formy wsparcia, przedsiębiorcy najpierw muszą wyrejestrować się z ubezpieczeń z dotychczasowym kodem tytułu ubezpieczenia, a następnie zgłosić się z kodem właściwym dla małego ZUS plus, tj. rozpoczynającym się od 05 90 albo od 05 92. Natomiast firmy, które korzystały z tej ulgi w poprzednim roku i spełniają warunki w 2024 roku, nie muszą robić ponownego zgłoszenia – wyjaśnia Beata Kopczyńska, regionalna rzeczniczka prasowa ZUS województwa śląskiego.

Każdy korzystający w styczniu z małego ZUS-u plus musi przekazać w deklaracji rozliczeniowej bądź w imiennym raporcie miesięcznym (ZUS DRA cz. II bądź ZUS RCA cz. II) informacje o rocznym przychodzie, rocznym dochodzie oraz formach opodatkowania z tytułu prowadzenia działalności gospodarczej oraz podstawie wymiaru składek. Ma na to czas do 20 lutego.

Nie zawsze zgłoszenie w styczniu

Są sytuacje, kiedy zgłoszenia do Małego ZUS plus można dokonać w innym miesiącu styczeń. Dzieje się tak, gdy przedsiębiorca wcześniej z „preferencyjnych składek" przez 24 miesiące, a ten preferencyjny okres kończy się w innym terminie niż styczeń, wówczas taki płatnik składek może zgłosić się do Małego ZUS w ciągu 7 dni od zaistnienia zmiany. Jeśli np. termin opłacania preferencyjnych składek kończy się ostatniego maja, to przedsiębiorca może zgłosić się do Małego ZUS plus do 7 czerwca.

Dla kogo mały ZUS plus

Z małego ZUS plus mogą skorzystać przedsiębiorcy, których przychód z pozarolniczej działalności gospodarczej w poprzednim roku kalendarzowym nie przekroczył 120 tys. zł. Jeśli działalność gospodarcza była prowadzona krócej, limit przychodu wylicza się proporcjonalnie do liczby dni prowadzenia firmy. Warunkiem skorzystania z ulgi jest też prowadzenie działalności w poprzednim roku przez co najmniej 60 dni. To oznacza, że mały ZUS plus nie przysługuje osobom dopiero rozpoczynającym prowadzenie firmy. Z małego ZUS plus można skorzystać dopiero po zakończeniu opłacania preferencyjnych składek liczonych od o kwoty co najmniej 30% minimalnego wynagrodzenia.

Ile wynosi mały ZUS plus

Mały ZUS plus to niższe składki na ubezpieczenia społeczne liczone od dochodu z działalności za ubiegły rok kalendarzowy. Podstawa wymiaru tych składek nie może być niższa niż 30% kwoty minimalnego wynagrodzenia i nie wyższa niż 60% prognozowanego przeciętnego wynagrodzenia miesięcznego, czyli od stycznia do czerwca 2024 roku będzie musiała się ona mieścić między 1272,60 zł a 4 694,40 zł, a od lipca do grudnia między 1290 zł a 4 694,40 zł. Ulga nie obejmuje składki zdrowotnej, którą przedsiębiorca opłaca w pełnej wysokości.

Mały ZUS plus to niższe składki na ubezpieczenia społeczne

Przedsiębiorcy, którzy prowadzą działalność na mniejszą skalę już od 2019 roku mogą korzystać

z małego ZUS, a od 2020 roku z małego ZUS plus. Obniżone składki na ubezpieczenia społeczne mogą opłacać maksymalnie przez 36 miesięcy w ciągu ostatnich 60 miesięcy prowadzenia firmy.

Nie dotyczy to przedsiębiorców, którzy przynajmniej w jednym miesiącu 2023 r. korzystali z małego ZUS-u plus. Oni od sierpnia 2023 roku mogą kontynuować ulgę przez dodatkowe 12 miesięcy, o ile nadal spełniają pozostałe warunki ustawowe.

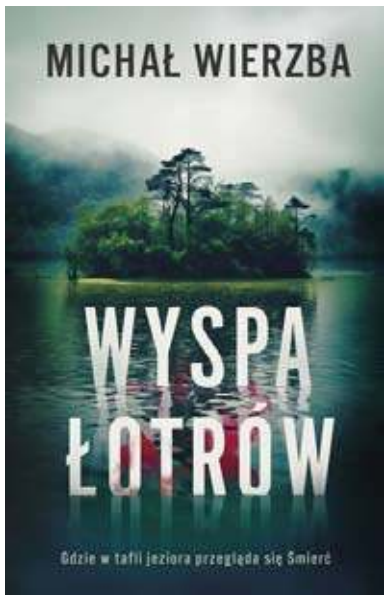
Nie każdy skorzysta z ulgi w 2024 roku

Płatnicy składek, którzy korzystali z możliwości opłacania niższych składek od stycznia 2019 r. do grudnia 2021 r. czyli przez 36 miesięcy, a w latach 2022 i 2023 opłacali składki bez ulg, czyli wyliczone od podstawy nie niższej niż 60% prognozowanego przeciętnego wynagrodzenia miesięcznego, z małego ZUS plus będą mogli dopiero skorzystać w 2025 roku. Dlaczego nie w 2024 ? W styczniu 2024 r. należy zweryfikować okresy wykorzystanych 36 miesięcy prawa do tzw. małej działalności gospodarczej. Okres 60 miesięcy kalendarzowych trwał od stycznia 2019 r. do grudnia 2023 r., jeśli przysługujących 36 miesięcy zawiera się w tych ramach, oznacza to, że w styczniu 2024 r. przedsiębiorca nie może korzystać z małej działalności gospodarczej. W takiej sytuacji nie ma prawa do ulgi w całym 2024 r. Dopiero po opłaceniu pełnych składek za 2024 r. będzie mógł skorzystać z małego ZUS-u plus w 2025 roku po spełnieniu wszystkich pozostałych warunków.

Uwaga! Z małego ZUS plus wykluczeni są przedsiębiorcy, którzy rozliczają się na podstawie karty podatkowej z jednoczesnym zwolnieniem sprzedaży od podatku VAT oraz ci, którzy prowadzą także inną pozarolniczą działalność (np. jako wspólnik spółki jawnej). Z ulgi nie skorzysta także osoba, która wykonuje działalność dla byłego lub obecnego pracodawcy w ramach tego, co robiła dla niego jako pracownik w bieżącym lub poprzednim roku kalendarzowym. (red)

eprasa.pl 455b9528f9

KSIĄŻKI

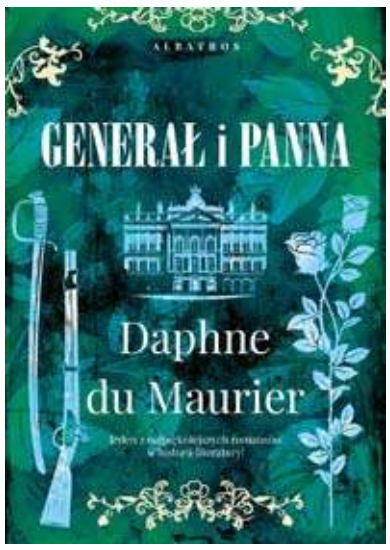


Wyspa łotrów
Michał Wierzba
Wydawnictwo MUZA

Nigdy nie jest za późno, żeby odmienić swój los. Z takiego założenia wychodzi nie tylko Horst Miler, emerytowany policjant, który dobiegając siedemdziesiątki, poznaje miłość swojego życia, lecz także młody konwojent postanawiający zniknąć z przewożonymi pieniędzmi. Z pomocą bezwzględnego gangstera zabija kolegę z pracy i przywłaszcza sobie całą gotówkę.

Tymczasem dzień po zaręczynach narzeczona Horsta znika w niejasnych okolicznościach. Mail z żądaniem okupu, wysłany z konta poznańskiej komendy, uświadamia Milerowi, że na pomoc policji nie może liczyć. Dramatyzmu całej sytuacji nadaje kolejna przesyłka - w paczce znajduje odcięty palec porwanej dziewczyny. Horst, ryzykując życie swoje i ukochanej, rozpoczyna prywatne śledztwo, podczas którego dokona wielu zaskakujących odkryć. Zrozumie także, że największą przeszkodą w dotarciu do prawdy jest on sam.

Wkrótce policja wpada na trop konwojenta i jego wspólnika. Gangsterzy są coraz bardziej zdesperowani. Ratunkiem wydaje im się pewna bezludna wyspa, wprost idealne miejsce, żeby ukryć tam łup. Tyle że na podobny pomysł wpadają tropieni przez Horsta porywacze…



GENERAŁ I PANNA
Daphne du Maurier
Wydawnictwo Albatros

Nowość w Serii Butikowej.

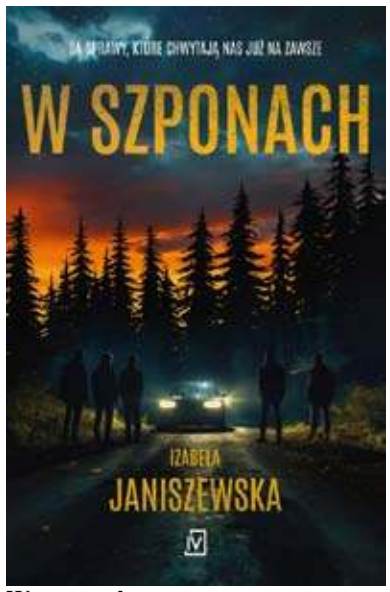
Jeden z najpiękniejszych romansów w historii literatury!

Połączenie powieści historycznej, obyczajowej i gotyckiego thrillera.

Pierwsza powieść napisana przez Daphne du Maurier w całości w Menabilly, posiadłości w Kornwalii (będącej pierwowzorem Manderley z „Rebeki"), zainspirowana makabrycznym odkryciem, jakiego w niej dokonano.

Rozgrywająca się w XVII wieku opowieść o kraju i rodzinie targanych wojną domową, w której pojawia się jedna z najbardziej oryginalnych bohaterek du Maurier. Historia młodej dziewczyny, która na skutek pewnego tragicznego wydarzenia musi odnaleźć w sobie siłę i nauczyć się żyć na nowo.

W dniu osiemnastych urodzin w życie Honor Harris, najmłodszej córki dziedzica Lanrest, wkracza sir Richard Grenville, generał wojsk królewskich, śmiały żołnierz, zdobywca kobiecych serc, któremu nie sposób odmówić atrakcyjności i osobistego uroku. Ich namiętny romans, pomimo sprzeciwów rodziny Harrisów, ma zostać ukoronowany małżeństwem. Los jednak decyduje inaczej i rozdziela parę kochanków na lata. Tragiczny rozwój wydarzeń sprawia, że Honor poznaje złowrogą tajemnicę dworu w Menabilly i staje się świadkiem mrożących krew w żyłach wypadków.



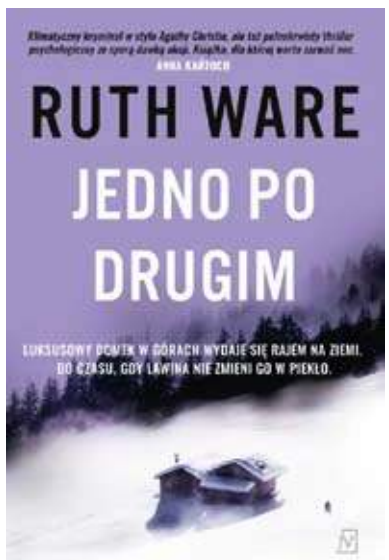
W szponach
Izabela Janiszewska
Wydawnictwo Czwarta Strona Kriminału

Po stracie ojca sześcioletni Beniamin razem z matką przeprowadzają się do domu na przedmieściach. Wkrótce chłopiec nawiązuje niepokojącą relację z nowym przyjacielem.

Wydaje się, że tajemniczy kompan istnieje tylko w wyobraźni dziecka, ale gdy niewinne zabawy zamieniają się w serię przerażających zdarzeń, rodzi się pytanie: czy zagadkowy przyjaciel nie jest jednak człowiekiem z krwi i kości?

Co tak naprawdę dzieje się wokół Julii i jej syna? I czy wszystko nie zaczęło się wiele lat wcześniej, gdy ojciec nastoletniej Heli postanowił wymierzyć sprawiedliwość tym, którzy skrzywdzili jego córkę?

PEŁEN NAPIĘCIA I POCZUCIA ZAGROŻENIA THRILLER O TYM, DO CZEGO ZDOLNI SĄ LUDZIE, KTÓRZY ZNAJDĄ SIĘ W SZPONACH GNIEWU.



Jedno po drugim
Ruth Ware
Wydawnictwo Czwarta Strona Kriminału

Pobyt w luksusowym, rustykalnym domku narciarskim we francuskich Alpach wydaje się przyjemnością. Chyba że bierzesz właśnie udział w wyjeździe służbowym, a każdy z ośmiu współpracowników ma coś do zyskania, coś do stracenia i coś do ukrycia.

Kiedy współzałożyciel modnego londyńskiego startupu technologicznego organizuje wyjazd dla zespołu w góry, wszystko wydaje się dobrze zaplanowane. Schody zaczynają się, kiedy na stole pojawia się pewna oferta. Stawka jest wysoka – w grę wchodzą miliardy. Zdania w zespole są podzielone, a napięcie sięga zenitu. Burza szalejąca wewnątrz chaty nie może się jednak równać z tą na zewnątrz. Niszczycielska lawina odcina domek od świata zewnętrznego. Co gorsza, jedna z osób nie zdążyła wrócić ze zbocza, gdy uderzyła lawina…

MOK ZAWIERCIE

KINO mok.pl
(MSK) – Mała Sala Kinowa [nr 203, I piętro]
(SW) – Sala Widowiskowa [główna, parter]

19 stycznia
16:45 – AKADEMIA PANA KLEKSA (MSK)
19:15 – POWSTANIEC 1863 (MSK)

20 stycznia
16:45 – AKADEMIA PANA KLEKSA (MSK)
18:00 – PIEP*ZYĆ MICKIEWICZA (SW)
19:15 – POWSTANIEC 1863 (MSK)
20:00 – FUKS 2 (SW)

21 stycznia
16:45 – AKADEMIA PANA KLEKSA (MSK)
18:00 – PIEP*ZYĆ MICKIEWICZA (SW)
19:15 – POWSTANIEC 1863 (MSK)
20:00 – FUKS 2 (SW)

22 stycznia
16:45 – AKADEMIA PANA KLEKSA (MSK)
18:00 – PIEP*ZYĆ MICKIEWICZA (SW)
19:15 – POWSTANIEC 1863 (MSK)
20:00 – FUKS 2 (SW)

23 stycznia
17:00 – AKADEMIA PANA KLEKSA (MSK)
19:30 – POWSTANIEC 1863 (MSK)
19:30 – FUKS 2 (SW)

24 stycznia
16:45 – AKADEMIA PANA KLEKSA (MSK)
18:00 – PIEP*ZYĆ MICKIEWICZA (SW)
19:15 – POWSTANIEC 1863 (MSK)
20:00 – FUKS 2 (SW)

25 stycznia
16:45 – AKADEMIA PANA KLEKSA (MSK)
18:15 – PIEP*ZYĆ MICKIEWICZA (SW)
19:15 – POWSTANIEC 1863 (MSK)
20:15 – FUKS 2 (SW)

26 stycznia
16:00 – EKIPA Z DŻUNGLI. MISJA RATUNKOWA (SW)
18:00 – KOS (SW)
18:00 – BABY BOOM, CZYLI KOGEL MOGEL 5 (MSK)
20:15 – BABY BOOM, CZYLI KOGEL MOGEL 5 (SW)
20:15 – KOS (MSK)
27 stycznia
18:00 – BABY BOOM, CZYLI KOGEL MOGEL 5 (MSK)
20:15 – KOS (MSK)

CENNIK BILETÓW NA SEANSE FILMOWE:
piątek-niedziela 18 zł i 20 zł
poniedziałek-środa 17 zł i 19 zł
TANIE CZWARTKI 15 zł
Karta Dużej Rodziny: bilet 15 zł (po okazaniu karty + dowodu tożsamości)

Biedne istoty

OBSADA: Emma Stone, Mark Ruffalo, Willem Dafoe
REŻYSER: Yórgos Lánthimos
PRODUKCJA: USA, Irlandia, Wielka Brytania 2023
Młoda kobieta zostaje przywrócona do życia przez ekscentrycznego naukowca. film cinemacity.pl

Teatr Śląski

Rynek 10,Katowice

Jodłowa dolina spektakl

Na podstawie powieści „Rozhovor s členkou kultu" Márii Modrovich

Gdzieś w środku gęstego lasu znajduje się Jodłowa Dolina – stary ośrodek wczasowy, który lata świetności ma już dawno za sobą. Socjalistyczne, wyłożone boazerią domki ponoć wykupiła znana na całym świecie piosenkarka o pseudonimie N., która kilka lat temu porzuciła karierę i wycofała się z życia publicznego.

Mieszkańcy okolicznych wsi co jakiś czas donoszą portalom plotkarskim, że ekscentryczna N. nielegalnie poluje na miejscową zwierzynę, a przez okrągły rok mieszka w nieogrzewanych domkach letniskowych wraz z grupą kobiet, z którymi odprawia nago czarne msze przy każdej pełni księżyca. Jednego lata ambitny dziennikarz przybywa do Jodłowej Doliny, aby stworzyć serię materiałów wideo, w których odpowie na pytania nurtujące opinię publiczną: Dlaczego N. zamieszkała w środku lasu? Kim są kobiety, którymi się otacza? Czy łączy je jakaś ideologia? Czyżby rzeczywiście N. stała się duchową przywódczynią i założyła sektę? I jeśli tak, czy jest niebezpieczna?

Niespodziewany przyjazd nastoletniej dziewczynki, opuszczonej przez jedną z mieszkanek Jodłowej Doliny, jeszcze bardziej zagęszcza atmosferę tego kipiącego od tajemnic miejsca.

20.01.2024r. godz. 19.00
21.01.2024r. godz. 19.00

ZEMSTA

Zemsta w reżyserii Joanny Drozdy - najbliższe spektakle 19, 20 i 21 stycznia o 19.00

Aleksander Fredro, adaptacja, piosenki, scenografia: Joanna Drozda i Michał Głaszczka, muzyka i aranże – Daniel Pigoński, kostiumy – Jola Łobacz, choreografia – Alicja Róża, Bartek Dopytalski, światło – Michał Głaszczka, przygotowanie wokalne – Magdalena Syposz, asystentka reżyserki-Agata Ochota-Hutyra, inspicjent - Andrzej Rospondek

Joanna Drozda, aktorka, reżyserka, autorka scenariuszy i adaptacji scenicznych. Przez wiele lat związana z Narodowym Starym Teatrem w Krakowie, Dramatycznym im. Gustawa Holoubka w Warszawie, Polskim im. Hieronima Konieczki w Bydgoszczy.

Grała u czołowych polskich reżyserów, jak przyznaje: Z reguły były to role o bardzo dużym ładunku emocjonalnym. - Musiałam odpocząć od tego rodzaju teatru, bo zaczęło mnie to obciążać – Aktor grający w tzw. teatrze zaangażowanym, wszystkie role niesie na sobie, jak ciężki plecak. Pomyślałam, że chciałabym do widowni dotrzeć w nieco inny sposób. Poprzez śmiech, humor, lekkość, przemieszanie konwencji. Tak narodził się pomysł na reżyserię.

Joanna Drozda zrealizowała kilkanaście spektakli, od debiutanckiego „Brzeg-Opole" (wraz z Martą Ojrzyńską), przez odważną, burleskową „Extravaganzę"* w Teatrze Polskim w Poznaniu, po musical oparty na kanwie serialu „Czterdziestolatek"**, którego premiera odbyła się zaledwie trzy miesiące temu w warszawskim Teatrze Rampa.

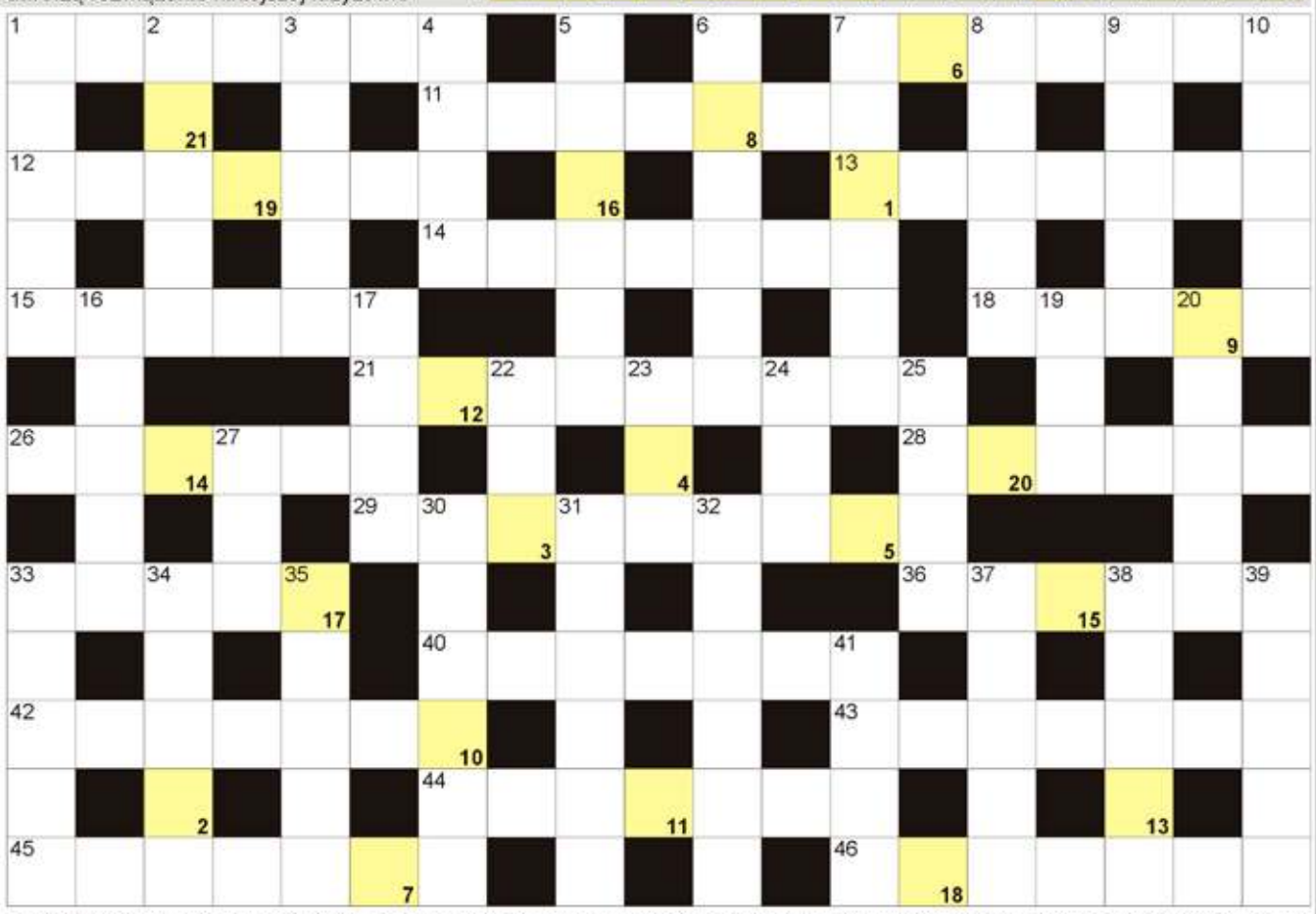
„Zemsta" w reżyserii Joanny Drozdy to przełamanie klasyki nowoczesnością. Reżyserka do współpracy zaprosiła m.in. poetę i slamera - Michała Głaszczkę, z którym stworzyła adaptację, dopisując do klasycznego dramatu współczesne teksty i piosenki. Głaszczka i Drozda bawią się konwencją, w swojej adaptacji nawiązują także do popkultury. Będzie zatem… Madonna, hip-hop, Dorota Masłowska i slamerski pojedynek na słowa: Fredry, Mickiewicza i Słowackiego. (red)

eprasa.pl 455b9528f9

KRZYŻÓWKA z HASŁEM Nr 3 (2024)

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 21 utworzą rozwiązanie niniejszej krzyżówki

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21



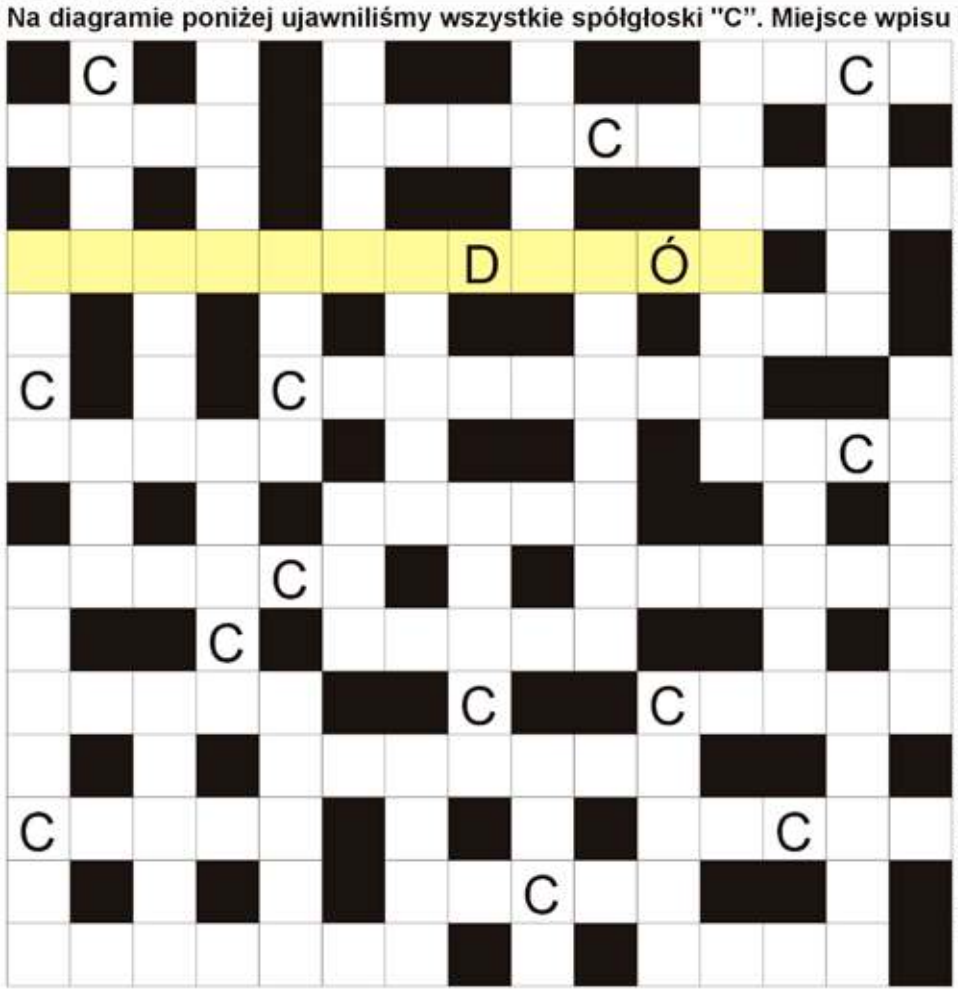
POZIOMO: 1) niejeden w Sejmie; 7) inaczej deklinacja; 11) Staff, polski poeta; 12) stolica Sycylii; 13) gospodarstwo z ulami; 14) skrzyniowa to furgonetka; 15) kłująca roślina; 18) płynie przez Weronę; 21) uczy geometrii; 26) mąż Desdemony u Szekspira; 28) inna nazwa araukarii; 29) talbotypia inaczej; 33) Gordon, były Premier Anglii; 36) dla botanika spiraea; 40) inaczej rotang, roślina; 42) czołowe z ledami; 43) hatteria, gad; 44) była waluta Grecji; 45) Rio de ..., miasto karnawału; 46) okno wystawowe w sklepie.

PIONOWO: 1) blizna na brzuchu; 2) szalej czarny inaczej; 3) drugie największe miasto Estonii; 4) drzewo kojarzące się z Kanadą; 5) przyjeżdżają na wesele; 6) "Janko Muzykant" Sienkiewicza; 7) biodegradowalne w śmietniku; 8) je z niej pies; 9) stolica Grecji; 10) pozycja w jodze; 16) król od Okrągłego Stołu; 17) pokonał go święty Jerzy; 19) antonim góry; 20) z Pawłem w bajce Fredry; 22) pierwiastek Tm; 23) kończy partię szachów; 24) Telewizja Polska w skrócie; 25) waluta Mjanmy; 27) groźny znak zodiaku; 30) japońska sztuka walki; 31) miasto Joanny D'Arc; 32) japoński motocykl; 33) okrągłe okno na statku; 34) I Wittelsbach, były król Grecji; 35) narządy filtrujące krew; 37) przystojny aktor; 38) dokuczają latem; 39) roślina na sizal; 41) biodrowy lub skokowy.

JOLKA z HASŁEM Nr 3 (2024)

Hasło z kolorowych pól, czytane poziomo, utworzy rozwiązanie:

Na diagramie poniżej ujawniliśmy wszystkie spółgłoski "C". Miejsce wpisu haseł - do odgadnięcia.



stolica Łotwy; słodycze, słodkości; Brosnan, grał Jamesa Bonda; krzyż egipski krótko; Quinn i Hopkins, aktorzy; żmija piaskowa; rybie kości; jabłecznik, napój alkoholowy; zmysł powonienia; dorosły samiec kota; Jan Sebastian, kompozytor; heksadekan inaczej; upał, spiekota, żar; pas do kimona; w parze z wydechem; buziak; antonim bessy; półwysep nad kanałem La Manche; wyrabia i sprzedaje okulary; inaczej witułka, roślina zielna; pierwiastek Pb; ze stolicą w Thimphu; przepływa przez Lyon; jakobinka krócej; inaczej o mężczyźnie; główna strona monety; jej stolicą Addis Abeba; i gouda, i ementaler; Wisła lub Wołga; waluta Republiki Południowej Afryki; obok Portosa i Aramisa w powieści Dumasa; niemiecki samochód sportowy; epoka kamienia gładzonego; graficzny znak liczby; waluta Bangladeszu; mityczny władca Olimpu; zapinane w samochodzie; uderza o ścianki dzwonu; podtorze kolejowe, wał; duża w ręku kelnera; pojemnik na śmieci; oddział chorób wewnętrznych krócej; atak lotniczy; ważne na polu golfowym.

Sprawdź się w Naszym SUDOKU:

Wypełnij poniższe diagram 9×9 w taki sposób, aby w każdym wierszu, w każdej kolumnie oraz w każdym z dziewięciu pogrubionych kwadratów 3×3 znalazło się po jednej cyfrze od 1 do 9:

3	4			2	6		8	
		1		7				
7	2		8			4	3	9
4		9	6			3		2
				1	9		7	
1					4	9		
			5	6	8			7
					2			5
2	5	4		9	7	8	6	3

6				4			1	
9		3					2	
	5				7			
	3		2	1	9			4
1	6	2					9	
	7			8		1		2
	4					8		
7	2	6			1	3		
				7				6

WYKREŚLANKA: znajdź 20 wyrazów związanych z muzyką. Wykreślisz je wszystkie od góry do dołu, od lewej do prawej oraz na ukos. Znajdź wyrazy: nuty, gitara, koncert, śpiew, radio, struny, batuta, werbel, chór, gamy, tenor, takt, tempo, sopran, pianino, refren, głos, kwartet, brawa, pieśń.

K	O	D	Y	R	Y	G	E	N	T
P	R	Ó	G	S	O	P	R	A	N
P	I	A	N	I	N	O	K	O	S
Ś	C	U	D	A	T	T	O	T	A
O	G	H	Ł	I	Ń	A	R	K	I
S	T	A	Ó	B	O	U	R	N	A
T	R	E	M	R	N	I	U	A	S
R	K	A	N	Y	N	T	D	A	T
A	W	C	H	O	Y	W	O	Ń	E
B	A	R	E	F	R	E	N	O	Ś
O	R	G	Ł	O	S	R	O	P	A
Ś	T	A	M	A	T	B	I	S	Y
N	E	R	W	P	I	E	Ś	Ń	I
I	T	Y	M	A	W	L	M	O	Ń
A	U	B	A	T	U	T	A	P	Y
A	Ś	K	O	N	C	E	R	T	O

eprasa.pl 455b9528f9

200 lat Dostojnym Solenizantom!

W ciągu niespełna miesiąca, aż troje mieszkańców Myszkowa obchodziło swoje 101. i 102. urodziny. Wśród solenizantów znaleźli się: Panie Marta Skabek i Anna Mucha oraz Pan Stefan Musialik.

Pani Marta Skabek, 13 grudnia skończyła 102 lata. W imieniu solenizantki życzenia, kwiaty, upominek od Burmistrza Miasta Myszkowa Włodzimierza Żaka odebrały córka Pani Janina wraz z wnuczką. 4 stycznia, 102 lata skończył również Pan Stefan Musialik, który wraz z rodziną odebrał gratulacje z rąk burmistrza.

Z kolei 20 grudnia, 101 lat skończyła Pani Anna Mucha, w imieniu której wnuczka Małgorzata odebrała najlepsze życzenia od gospodarza miasta oraz kierownika Urzędu Stanu Cywilnego Jolanty Antosik.

(red) zd. UGiM Myszków

Ferie z KARATE KYOKUSHIN. MGOK Żarki

MGOK w Żarkach wraz z Myszkowskim Klubem Kyokushin Karate organizuje Ferie z KARATE KYOKUSHIN. Zapraszamy wszystkie dzieci ze szkół podstawowych z terenu Gminy Żarki już 29 stycznia 2023 na zajęcia z wykwalifikowaną kadrą trenerską i instruktorską:

Sensei Zbyszek - 4 DAN
Sensei Agata - 3 DAN
Sensei Piotr - 1 DAN

Karate Kyokushin u dzieci wyzwala samodyscyplinę, wyciszenie, a jednocześnie pozwala rozładować nagromadzoną energię oraz uczy szacunku do drugiej osoby. Ćwicząc karate dzieci poprawiają koordynację ruchową i ogólną sprawność fizyczną, uczą się również opanowania, a także samoobrony.

Zajęcia będą się odbywać się w MGOK w Żarkach bezpłatnie przez całe ferie od poniedziałku do piątku o godz. 17:00.

Po feriach zajęcia staną się cykliczne 2 razy w tygodniu w zależności od liczby uczestników. Szczegółowych informacji udziela Sensei Agata pod nr tel. 509-722-382 (red)

PODZIĘKOWANIA

W imieniu wszystkich Pracowników
ZOL „Złota Jesień”
pragniemy złożyć

Państwu Agnieszcze i Sebastianowi Pękalskim

najserdeczniejsze życzenia z okazji imienin,
zdrowia, radości, pomyślności i spełnienia marzeń,
wielu sukcesów zarówno zawodowych jak i w sferze
prywatnej, a także samych słonecznych dni
i dużo pozytywnej enrgii

Orszak Trzech Króli w Choroniu

(Choroń) W sobotę (6 stycznia) w Choroniu, przy wspólnym kolędowaniu, przeszedł Orszak Trzech Króli. Mieszkańcy Gminy Poraj po raz kolejny wspólnie świętowali uroczystość Objawienia Pańskiego. W tym roku święto przebiegało pod hasłem „W Jasełkach leży”. Organizatorem wydarzenia było Stowarzyszenie Wspólnota Gaude Mater, Parafia pw. Św. Jana Chrzciciela i Gminny Ośrodek Kultury im. J.Gniatkowskiego w Poraju.

W tym roku orszak odbył się pod hasłem „W jasełkach leży!” nawiązuje do tekstu tradycyjnej polskiej kolędy. Ale nie tylko. Jest również związane z jubileuszem 800-lecia powstania pierwszej bożonarodzeniowej szopki, którą 24 grudnia 1223 roku zorganizował w Greccio św. Franciszek z Asyżu.

To zarazem największe uliczne jasełka na świecie odbywające się w osiemset lat po pierwszym przedstawieniu jasełkowym zaaranżowanym przez św. Franciszka w Greccio we Włoszech. Dzieciątko Jezus leżące w jasełkach, czyli w żłóbku (słowem „jasło” określano dawniej żłób, paśnik dla zwierząt), skupia uwagę na prostocie i ubóstwie swojego narodzenia, jednocześnie pobudza do pochylenia się nad ubogimi i potrzebującymi.

Oprawę muzyczną mszy świętej i Orszaku zapewniła Orkiestra Dęta Choronia, a nad całością czuwali Roman i Grażyna Krystowie. (red) zd. UG Poraj

eprasa.pl 455b9528f9

Piłka nożna, III śląska liga futsalu

NOWY ROK ROZPOCZĘTY OD DWÓCH ZWYCIĘSTW

MKS Myszków - TSMT Rybnik Futsal Club 5:0 (walkower) MKS Myszków - TS Tarnowiczanka 13:5 (9:1)

(Myszków) W pierwszym tegorocznym spotkaniu w III lidze śląskiej futsalu zawodnicy MKS-u Myszków mieli podjąć we własnej hali drużynę TSMT Rybnik Futsal Club. Jednak goście zrezygnowali z przyjazdu, co dało pierwszą wygraną MKS-u poprzez walkower. A w niedzielę 14 stycznia piłkarze MKS-u Myszków podjęli we własnej hali TS Tarnowiczanka w meczu ósmej kolejki III ligi futsalu, spotkanie to zakończyło się wygrana Myszkowa 13:5.

W pierwszym tegorocznym spotkaniu w III lidze śląskiej futsalu zawodnicy MKS-u Myszków mieli podjąć we własnej hali drużynę TSMT Rybnik Futsal Club. Jednak goście zrezygnowali z przyjazdu, co dało pierwszą wygraną MKS-u poprzez walkower. Bał to pierwsza historyczna wygrana w III lidze naszej drużyny. Mecz miał się odbyć w grudniu, lecz goście najpierw poprosili o zmianę terminu meczu, a w drugim terminie nie pojawili się w Myszkowie informując o tym gospodarzy i sędziów.

A w niedzielę 14 stycznia piłkarze MKS-u Myszków podjęli we własnej hali TS Tarnowiczanka w meczu ósmej kolejki III ligi futsalu, spotkanie to zakończyło się wygrana Myszkowa 13:5. Aż pięc bramek dla Myszkowa zdobył Piotr Nowakowski, który trafiał do bramki rywali w 3, 9, 11, 12 oraz 38 minucie. Cztery bramki dla MKS-u zdobył Michał Jawura, strzelając w 1, 29, 30 oraz 32 minucie. Trzy trafienia zaliczył Dominik Jankowski, a jedno Dariusz Wróbel w 15 minucie. Dla gości po dwie bramki zdobyli Paweł Oko oraz Marcin Piontek, a jednego gola zdobył Łukasz Podgórski.

W niedzielę 21 stycznia o godzinie 19:00 piłkarze MKS Myszków rozegrają wyjazdowe spotkanie z liderem rozgrywek, drużyną SRS-u Gwiazdy II Rudy Śląskiej.

***

MKS Myszków - TSMT Rybnik Futsal Club 5:0 (walkower)

***

MKS Myszków - TS Tarnowiczanka 13:5 (9:1)

Bramki: Piotr Nowakowski (3', 9', 11', 12', 38'), Dominik Jankowski (10', 11', 14'), Michał Jawura (11', 29', 30', 32'), Dariusz Wróbel (15') - Paweł Oko (14', 37'), Marcin Piontek (22', 35'), Łukasz Podgórski (28').

Żółta kartka: Kamil Kiełbik (z MKS-u Myszków).

Składy:

MKS Myszków: Bartosz Ptak - Dariusz Wróbel,Dominik Jankowski, Michał Jawura, Piotr Nowakowsk. **Skład rezerwowy:** Kamil Kiełbik, Kacper Niedzielski, Rafał Nowak, Daniel Sroślak, Dominik Sytniewski. **Trener:** Przemysław Malczewski.

TS Tarnowiczanka: Bartłomiej Kulik - Filip Michalak, Marcin Piontek, Piotr Choczaj, Mateusz Frania. **Skład rezerwowy:** Vitalii Cherviak, Paweł Kulik, Tomasz Masternak, Paweł Oko, Łukasz Podgórski. **Trener:** Paweł Jasiok.

Wyniki par siódmej kolejki III śląska liga futsalu:

SRS Gwiazda II Ruda Śląska - Promar IT Carbo Gliwice 0:6

MKS Myszków - TSMT Rybnik Futsal Club 5:0

SP Clearex - Sport II Chorzów - KS Sośnica II Gliwice 5:5

Wyniki par ósmej kolejki III śląska liga futsalu:

SP Clearex - Sport II Chorzów - TSMT Rybnik Futsal Club 14:2

Promar IT Carbo Gliwice - KS Sośnica II Gliwice 6:4

MKS Myszków - TS Tarnowiczanka 13:5

Aktualna tabela III śląskiej ligi futsalu:

1. SRS Gwiazda II Ruda Śląska 7 - 18 - 102:18
2. Promar IT Carbo Gliwice 7 - 16 - 36:22
3. SP Clearex - Sport II Chorzów 7 - 12 - 49:28
4. AZS II Uniwersytetu Śląskiego 6 - 8 - 22:24
5. MKS Myszków 7 - 8 - 37:37
6. KS Sośnica II Gliwice 7 - 8 - 34:27
7. TS Tarnowiczanka 2 - 0 - 5:57
8. TSMT Rybnik Futsal Club 7 - 0 - 12:84

Zestawy par dziewiątej kolejki III śląska liga futsalu:

TSMT Rybnik Futsal Club - KS Sośnica II Gliwice

TS Tarnowiczanka - SP Clearex - Sport II Chorzów

AZS II Uniwersytetu Śląskiego - Promar IT Carbo Gliwice

SRS Gwiazda II Ruda Śląska - MKS Myszków (21 stycznia, godzina 19:00) (**tu**), **foto:** profil na FB MKS-u Myszków

reklama

eprasa.pl 455b9528f9