ISSN 1232-1931

TYGODNIK POWIATOWY

GAZETA MYSZKOWSKA

cena 4,99zł
(w tym 5% VAT)
4360 egz. + 451 abonament cyfrowy
Nr 13 (1458) rok XXIX 31.03.23- 6.04.2023
ISSN 1232-1931

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

ZAKŁAD POGRZEBOWY „KURAŚ"
- kompleksowe usługi pogrzebowe
- odbiór całodobowy zmarłych
- kompleksowa organizacja pogrzebu
- wypłata zasiłku ZUS/KRUS od ręki
- własna kaplica pożegnalna
503 877 376
CAŁODOBOWO
KAPLICA CMENTARZ KOMUNALNY
UL. JANA PAWŁA II 100 · 42-300 MYSZKÓW

Ostrzelał dom teścia z Kałasznikowa. Sąd złagodził zarzuty: zamiast usiłowania zabójstwa, „zmuszanie do określonego działania".

„16 czerwca 2021 roku około 4 nad ranem 34 letni Sławomir Ż. wrócił do domu w Myszkowie i obudził śpiącą żonę. W trakcie rozmowy kobieta opowiedziała mu, że w dzieciństwie była źle traktowana przez ojca. Wiadomość ta bardzo wzburzyła oskarżonego i postanowił udać się niezwłocznie do teścia, aby przeprosił za swoje postępowanie. Sławomir Ż. zabrał ze sobą przerobiony do oddawania pojedynczych strzałów karabin AK Kałasznikow, który posiadał legalnie do celów myśliwskich. Sławomir Ż. podjechał pod dom teścia w Markowicach w pow. myszkowskim i zaczął krzyczeć, że go zabije" -tak brzmiał komunikat prokuratury na zakończenie śledztwa. Podejrzanemu przedstawiono zarzuty usiłowania zabójstwa. 29 marca 2023 zapadł wyrok w tej sprawie.

więcej na str. 3

WYPRODUKUJĄ CIEPŁO ZE ŚMIECI

W Zawierciu, obok Zakładu Gospodarki Komunalnej powstaje instalacja, właściwie cała fabryka firmy Fortum, która będzie produkowała do 100.000 ton paliwa RDF, które powstanie ze… śmieci. Naszych śmieci, bo do Zawiercia trafiają odpady zmieszane z większości okolicznych gmin, wozi je tam myszkowskie Saniko i inne firmy z branży odpadowej. Produkt końcowy w całości pojedzie do elektrociepłowni Fortum w Zabrzu, która oprócz węgla, może spalać do 50% paliwa RDF. Paliwo powstanie ze śmieci, które trafiają do pojemników na odpady zmieszane, czyli takich, które najtrudniej zagospodarować i za ich składowanie są najwyższe odpłaty środowiskowe odprowadzane do Urzędu Marszałkowskiego. Taki system ma właśnie zmusić gminy i firmy komunalne do inwestowania w przerób odpadów. RDF powstanie z tzw. „frakcji nadsitowej" czyli odpadów komunalnych z których usunięte są części biologiczne, resztki żywności. To rodzaj miksu „wszystkiego": folie, zanieczyszczone opakowania, drewno, papier z opakowań spożywczych.

dok na str. 4

Śmieci z Myszkowa, i całego powiatu trafiają do ZGK Zawiercie. Fortum zrobi z nich paliwo RDF. Budowę fabryki rozpoczęli symbolicznie Prezydent Zawiercia Łukasz Konarski, Prezes ZGK Zawiercie Jarosław Mazur i prezes Fortum Polska Piotr Górnik

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)

BEZPŁATNA OPIEKA
DLA OSÓB PRZEWLEKLE CHORYCH
PALIUM
ZADZWOŃ DO NAS
502 491 513
OPIEKA PALIATYWNA W DOMU PACJENTA
HOSPICUJM@PALIUM-MYSZKÓW.PL
UL.. STRAŻACKA 45 GABINET NR 1 MYSZKÓW

Szukasz PRACY od zaraz?
Zawiercie
Operator wsparcia produkcji
Dużo wolnych miejsc
Zadzwoń lub wyślij sms
o treści „PRACA"
tel. 500 465 152
AAS

eprasa.pl b1b786bf17

Samochody zderzyły się czołowo, zginęli obydwaj kierowcy

Śmierć o poranku

Do tragicznego w skutkach wypadku drogowego doszło w sobotę (25 marca) wczesnym rankiem na przelotowej ul. Górnośląskiej w Porębie (DK nr 78). W czołowym zderzeniu dwóch opli: osobowej vectry oraz dostawczego vivaro zginęli na miejscu obydwaj kierowcy – mieszkańcy powiatu zawierciańskiego. Ofiary były tak zakleszczone w zmiażdżonych pojazdach, iż przybyli strażacy musieli je rozcinać. Mimo natychmiast podjętej reanimacji, akcji serca kierowców nie zdołano przywrócić. Uratowano natomiast 23-letnią pasażerkę vectry, którą z licznymi obrażeniami przetransportowano karetką do szpitala.

-Na razie jest zbyt wcześnie by stwierdzić co się dokładnie wydarzyło w vectrze i czy jego kierowca wracał z jakiejś dalekiej trasy, czy może dopiero niedawno ruszył spod domu. Może z czasem coś więcej się dowiemy od rannej kobiety. Póki co, nie wiem jak poważne odniosła obrażenia i kiedy możliwe będzie przynajmniej jej rozpytanie –powiedziała nam w poniedziałek Marta Wnuk, rzecznik prasowa policji w Zawierciu.

Było około godz. 4.20 nad ranem, gdy 43-letni kierowca samochodu osobowego jadąc w kierunku Siewierza, z nieznanych na razie przyczyn zjechał nagle na przeciwległy pas ruchu uderzając z impetem w prawidłowo jadącego „dostawczaka", prowadzonego przez 73-letniego mężczyznę. Rozległ się huk i odgłos zgniatanej blachy. Inni kierowcy zatrzymywali się i próbowali pomóc, ale nie dało się wydostać ofiar z wraków.

-Na miejsce skierowaliśmy siedem zastępów ratowniczych czyli 28 strażaków. Na czas prowadzenia blisko 3,5-godzinnej akcji, drogę trzeba było zamknąć. Zaraz po wydostaniu kierowców z wraków, podjęliśmy się udzielania pierwszej pomocy, ale reanimacja też nic nie dała. Obecny na miejscu lekarz pogotowia ratunkowego stwierdził zgon obydwu mężczyzn -relacjonuje Grzegorz Nowak, rzecznik prasowy Państwowej Straży Pożarnej w Zawierciu.

Śledztwo w tej sprawie prowadzi Prokuratura Rejonowa w Zawierciu. – Czekamy wciąż na wyniki sekcji zwłok kierowców – powiedziała nam prokurator Joanna Gajos, szefowa śledczych.

Zarówno policja, jak i prokuratura odmawiają doprecyzowania, z jakich konkretnie miejscowości powiatu pochodzą tragicznie zmarli mężczyźni. (pj)

Wyrwał seniorce torebkę i uciekł. Trafił już za kraty

Łapać złodzieja!

W środku dnia w rejonie poczty i na środku ul. Powstańców Śląskich w Zawierciu została obrabowana 73-letnia kobieta. Złodziej podszedł do niej i nagle wyrwał z rąk torebkę z telefonem komórkowym, 400 złotymi w gotówce, kartą bankomatową, dowodem osobistym. Złoczyńca czmychnął, ale wolnością i zdobyczą jednak nie nacieszył się zbyt długo. Po zatrzymaniu go przez miejscową policję, decyzją sądu trafił za kraty aresztu tymczasowego. Okazało się bowiem, że ma on na sumieniu także inne przewinienia złodziejskie.

Do napaści na seniorkę doszło w poprzedni poniedziałek (20 marca) około godz. 14. Na szczęście jej samej nic się nie stało. W sumie straty oszacowano na 1400 złotych. *-Na miejscu natychmiast pojawili się policjanci, którzy rozpoczęli poszukiwania napastnika. Dzięki pracy operacyjnej zawierciańskich kryminalnych, ustalono personalia rabusia. 33-letni mieszkaniec Łaz został zatrzymany trzy dni później* –mówi Marta Wnuk z komendy policji w Zawierciu.

Jak ustalili śledczy, sprawca próbował zapłacić skradzioną kartą bankomatową za swoje zakupy. Nadto dwukrotnie włamał się w marcu do zniczomatu przy łazowskim cmentarzu, kradnąc z niego łącznie około 400 złotych.

33-latek przyznał się do zarzucanych mu przestępstw, a zawierciański sąd

przychylił się do wniosku prokuratury i tymczasowo aresztowała gagatka. Za kradzież szczególnie zuchwałą kodeks karny przewiduje karę do 8 lat pozbawienia wolności, a za kradzież z włamaniem aż 10-letni wyrok. Z racji działania w warunkach tzw. recydywy czyli powrotu do przestępstwa, odsiadka może być o połowę dłuższa.

(pj)

Po uderzeniu uciekł, ale zgubił tablicę rejestracyjną

Zaparkował w bloku…

Kompletnie pijany kierowca wypadł w drogi i osobowym fordem uderzył w ścianę osiedlowego bloku mieszkalnego przy ul. Nowowierzbowej w Zawierciu, po czym wycofał i odjechał z miejsca zdarzenia. Na niewiele mu się to zdało, gdyż na miejscu pozostawił nie tylko fragmenty swego pojazdu, ale przede wszystkim tablicę rejestracyjną. Po szybkim zlokalizowaniu pirata okazało się, że wydmuchał w alkomat blisko 2,5 promila. Stracił więc zarówno prawo jazdy, jak i dowód rejestracyjny samochodu.

Do tego nietypowego, choć na wskroś niebezpiecznego, zdarzenia drogowego doszło niedługo po północy z niedzieli na poniedziałek.

-Uszkodzenia elewacji budynku były duże, a samo zdarzenie poważne. Na szczęście w pobliżu bloku nikogo z przechodniów nie było. Pusty był też balkon na parterze, o który zahaczył samochód –relacjonuje Marta Wnuk, rzecznik prasowa komendy policji w Zawierciu.

Wezwani funkcjonariusze zabezpieczyli na miejscu zderzenia z budynkiem oderwany błotnik samochodu i jego tablicę rejestracyjną. Chwilę później mundurowi znaleźli zaparkowanego

forda z widocznymi uszkodzeniami i tynkiem na masce. W ich ręce wpadł też dobrze znany im 21-latek. *-W związku z lekkimi obrażeniami ciała, udzielono także pomocy medycznej. Za kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości grozi mu teraz kara do 2 lat więzienia* –podsumowuje Wnuk. (pj)

GAZETA MYSZKOWSKA TYGODNIK POWIATOWY

Redakcja:
42-300 Myszków
ul. Sikorskiego 53/3

www.gazetamyszkowska.pl

GAZETA MYSZKOWSKA ukazuje się w piątek od 1993r. **Telefony do redakcji:** (34) 313 71 20 +48 536 334 438
Wydawca: „MyszPress" s.c. **Redaktor Naczelny:** Jarosław Mazanek j.mazanek@gazetamyszkowska.pl **tel. 602 514 030**
Zespół redakcyjny: Edyta Superson esuperson@gazetamyszkowska.pl **SPORT:** Tomasz Urbański turbanski@gazetamyszkowska.pl Antoni Starowicz (ekspert podatkowy), Zdzisława Moskwińska (New York), Damian Liszczyk, Piotr Suszek, Czesław Orliński, Sebastian Michalak sebastian11346@o2.pl Współpraca: Aleksandra Makieła, Kamil Ambroży. Zdjęcia www.freepik.com
REDAKCJA I BIURO OGŁOSZEŃ: 42-300 Myszków ul. Sikorskiego 53/3 (34) 313 71 20 redakcja@gazetamyszkowska.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 51 2490 0005 0000 4530 6719 7466

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 b1b786bf17

zamiast usiłowania zabójstwa, „zmuszanie do określonego działania”

ze strony 1

„Następnie przeskoczył przez płot i oddał 4 strzały z karabinu w drzwi wejściowe i okna domu. W tym czasie teść oskarżonego i jego konkubina oraz dwóch innych domowników ukryło się na piętrze w pomieszczeniu sypialni. Potem Sławomir Ż. oddalił się samochodem, a pod dom podjechał policyjny radiowóz.

Po zatrzymaniu przez Policję ustalono, że Sławomir Ż. znajdował się w stanie nietrzeźwości, gdyż w wydychanym powietrzu miał około 1,5 promila alkoholu. W śledztwie prokurator przedstawił Sławomirowi Ż. zarzuty popełnienia przestępstw usiłowania zabójstwa teścia i prowadzenia pojazdu w stanie nietrzeźwości. Przesłuchany w charakterze podejrzanego mężczyzna nie przyznał się do popełnienia zarzuconego mu usiłowania zabójstwa i wyjaśnił, że oddając strzały w budynek chciał jedynie nastraszyć teścia i zmusić go do wyjścia na zewnątrz.” -to główne fragmenty komunikatu Prokuratury, po postawieniu podejrzanemu zarzutów usiłowania zabójstwa.

Początkowo Sąd zastosował wobec podejrzanego poręczenie majątkowe w kwocie 130.000 zł i dozór policji. Ale ostatecznie oskarżony został tymczasowo aresztowany 16 lipca 2021 roku przez Sąd Okręgowy w Częstochowie, na skutek zażalenia złożonego przez prokuratora. W areszcie przebyła do połowy 2022 roku, po czym Sąd zgodził się, aby oskarżony mógł już uczestniczyć w procesie z wolnej stopy.

-Przestępstwo zabójstwa jest zagrożone karą pozbawienia wolności od 8 do 15 lat, karą 25 lat pozbawienia wolności albo karą dożywotniego pozbawienia wolności. Taką samą karą jest zagrożone usiłowanie zabójstwa. Natomiast przestępstwo prowadzenia pojazdu mechanicznego w stanie nietrzeźwości jest zagrożone karą pozbawienia wolności do 2 lat. -pisał Rzecznik Prasowy Prokuratury Okręgowej w Częstochowie **prokurator Tomasz Ozimek.**

Z końcem listopada 2021 Prokuratura Rejonowa w Myszkowie skierowała do Sądu Okręgowego w Częstochowie akt oskarżenia przeciwko Sławomirowi Ż., dotyczący usiłowania zabójstwa teścia, poprzez ostrzelanie jego domu z karabinu AK Kałasznikow.

Sąd zmienia kwalifikację czynu. Nie było usiłowania zabójstwa. Brak dowodów, że jechał pijany

29 marca Sąd Okręgowy w Częstochowie ogłosił wyrok w tej sprawie, skazując Słowomira Ż. na 2, 5 roku pozbawienia wolności, po 5 tys. złotych nawiązki na rzecz teścia i jego partnerki oraz koszty procesu. Sąd uznał go winnym, ale nie usiłowania zabójstwa, tylko przestępstwa z art. 191 pkt. 1 Kodeksu Karnego, czyli zmuszania groźbą do określonego działania. Przewodnicząca składu orzekającego sędzia Marzena Pok w ustnych motywach wyroku wyjaśniła, że zdaniem sądu brak dowodów na usiłowanie zabójstwa. Oskarżony zanim podjechał pod dom teścia w Markowicach, którego adresu nie znał, gdyż nie utrzymywali kontaktów, dzwonił do niego. Miał wzburzony rozmową z żoną nad ranem zwymyślać teścia, po tym, gdy od żony dowiedział się, że w dzieciństwie była molestowana przez ojca. Pod domem teścia, gdy już tam dotarł, wykrzykiwał, aby ten wyszedł i pojechał córkę przeprosić, za to co jej robił. Gdy nie było reakcji, chcąc wymusić wyjście mężczyzny przed dom, lub wpuszczenie do środka faktycznie ostrzelał dom, strzelając w drzwi i okna, oddając przynajmniej trzy strzały z broni myśliwskiej. Sąd dał wiarę dowodom, że na piętrze widać było postać teścia, a więc oskarżony, gdyby faktycznie usiłował dokonać zabójstwa, nie miałby problemu z oddaniem strzałów w stronę okna w którym widział mężczyznę. Sąd zmienił więc kwalifikację czynu z usiłowania zabójstwa, za które oskarżonemu groziło do 15 lat więzienia, na zmuszanie groźbą do określonego działania.

Sąd uniewinnił też Sławomira Ż. od zarzutu jazdy samochodem w stanie nietrzeźwości, wytykając prokuraturze, że na to nie ma dowodów. Żona oskarżonego zeznała, że mąż w domu nad ranem pojawił się trzeźwy i w takim stanie wyjechał do Markowic. Dopiero długo później, gdy Sławomir Ż. został zatrzymany, już po wydarzeniach w Markowicach, stwierdzono u niego stan nietrzeźwości. Nie prowadził wtedy samochodu.

Oskarżony został też przez Sąd uniewinniony od zarzutu, który nie ma związku z zarzutem usiłowania zabójstwa, ale został niejako „doklejony” do aktu oskarżenia. Sąd uniewinnił Sławomira Ż. od zarzutu wyłudzenia od poszkodowanej kobiety znacznej kwoty pieniędzy. Sąd uznał, że brak dowodów, że udzielona przez nią pożyczka została wyłudzona, a odzyskania pieniędzy powinna dochodzić w procesie cywilnym.

Prokuratura Rejonowa w Myszkowie, która w tym procesie pełniła rolę oskarżyciela publicznego w mowie oskarżycielskiej wnosiła o uznanie Sławomira Ż. za winnego usiłowania zabójstwa i wymierzenia mu kary 11 lat pozbawienia wolności. Można się więc spodziewać, apelacji ze strony prokuratury, skoro Sąd tak odmiennie ocenił dowody od myszkowskich śledczych. Nie znamy stanowiska oskarżonego, czy uznaje wyrok za słuszny. Z sądu w towarzystwie brata i żony, w naszej ocenie wychodził z dobrym samopoczuciem.

Jarosław Mazanek

Wojciech Picheta Przewodniczący Rady Powiatu nie zwołuje planowej sesji na marzec bo obawia się głosowania nad jego odwołaniem?

Siódemka radnych: Rafał Kępski, Dorota Kaim-Hagar, Anna Socha-Korendo, Dariusz Lasecki, Sebastian Ruciński, Mariusz Karkocha, Andrzej Jastrzębski) złożyła wniosek o odwołanie Wojciecha Pichety z funkcji Przewodniczącego Rady Powiatu Myszkowskiego.

W uzasadnieniu podają: Zdaniem grupy radnych wnioskodawców, Radny Wojciech Picheta, który pełniąc jednocześnie funkcję Przewodniczącego Rady Powiatu w Myszkowie i pracując na stanowisku Naczelnego Lekarza Szpitala Powiatowego w Myszkowie, nienależycie sprawuje swoją funkcję w Radzie Powiatu. Wiele informacji potwierdza fakt bycia osobą która zarządza szpitalem powiatowym, co jest sprzeczne z pełnieniem jakichkolwiek funkcji radnego, a tym bardziej bycia Przewodniczącym Rady. Dodatkowo w ostatnich dniach z informacji prasowych dowiadujemy się o kolejnej sprawie sądowej Pana radnego Wojciech Pichety, która zakończyła

dok. na str. 5

eprasa.pl b1b786bf17

WYPRODUKUJĄ CIEPŁO ZE ŚMIECI

dok. ze str. 1

Budowa fabryki Fortum rozpoczęła się 13 lutego, a 28 marca odbyła się uroczystość symbolicznego wbicia łopaty. Uczestniczył w tym Piotr Górnik, prezes Fortum w Polsce, Prezydent Zawiercia Łukasz Konarski i prezes ZGK Zawiercie Jarosław Mazur. Wykonawcą budowlanym inwestycji jest firma ADAMIETZ, którą reprezentował Marcin Lepich, członek zarządu spółki. Fortum w budowę i wyposażenie zakład, który będzie produkował paliwo alternatywne zainwestuje 35 mln zł. Fabryka zatrudni około 20 osób, czyli stosunkowo niewiele, gdyż proces produkcji paliwa RDF jest całkowicie zautomatyzowany. Więcej osób pracujących na rzecz fabryki będzie pracowało w firmach współpracujących, np. w transporcie.

Budowa właśnie się rozpoczęła. Jej zakończenie i montaż maszyn ma potrwać do końca 2023 roku. W styczniu 2024 Fortum planuje rozruch zakładu i produkcję pierwszej partii paliwa.

Czym jest RDF? Z czego powstaje i jak może być wykorzystywane?

Z naszych śmieci odzyskujemy coraz więcej odpadów, jak opakowania, metale, szkło, które trafiają do recyklingu. W odpadach zmieszanych, jest jednak ciągle bardzo dużo śmieci, które mają wysoką kaloryczność, więc można je spalić, uzyskując ciepło do ogrzewania domów, produkcji prądu. Oczywiście nie w domowych kopciuchach! Ekologicznie spalać resztki odpadów (bez części organicznych) można tylko w wysokotemperaturowych kotłach. Dlatego RDF, czyli paliwo z kalorycznych resztek odpadów może być spalane w cementowaniach, spalarniach i elektrociepłowniach. W województwie śląskim jest tylko jedna elektrociepłownia w Zabrzu, należąca właśnie do Fortum, która już w swojej konstrukcji jest przystosowana do spalania RDF. Zakład w Zawierciu ma produkować paliwo w całości na potrzeby zabrzańskiej elektrociepłowni, można więc powiedzieć, że będzie miał 100% zapewniony zbyt swojej produkcji. Śmieci przerobione w Zawierciu na RDF nie ogrzeją więc domów Zawiercian, gdyż w naszym mieście nie ma ciepłowni przystosowanej do jego spalania.

Krzysztof Karolczyk jest w Fortum menadżerem projektu fabryki RDF w Zawierciu: -RDF wykorzystują ciepłownie, cementowanie. Na rynku jest sporo tego paliwa, nawet 3 mln ton nadwyżki, ale niewystarczającej jakości. Budując własną instalację będziemy mieli pełną kontrolę nad procesem produkcji, jakością paliwa, które powstanie.

RDF powstaje z odpadów, które mają zbyt wysoką kaloryczność, czyli w pewnym sensie wartość opałową. Dzisiaj są to odpady, które zalegają na składowiskach, ponieważ choć są technologie ich przerobu, to w Polsce niewiele jest ciągle ciepłowni przystosowanych do ich spalania. W naszych odpadach zmieszanych jest mnóstwo resztek folii, drewna, drobinek metali, czy np. zanieczyszczonego papieru i innych opakowań nie nadających się do recyklingu. Nie przyjmie zabrudzonego papieru żadna fabryka przerabiająca makulaturę, które odbierają tylko czysty papier, np. opakowaniowy. Zabrudzone opakowania papierowe po żywności, zatłuszczone wyrzucamy do pojemnika na odpady zmieszane. A te trafiają na składowiska. A można ze sporej części odpadów zmieszanych odzyskać części kaloryczne, palne. Nie nadają się do recyklinku, ale padają na paliwo RDF. Właśnie taki produkt ze śmieci będzie powstawał w Zawierciu. Nawet 100. tys ton rocznie.

Prezes Fortum Polska Piotr Górnik podczas uroczystości rozpoczynającej budowę mówił o korzyściach z powstania fabryki dla Zawiercia, chwalił współpracę z miastem i gminną spółką komunalną ZGK Zawiercie: -Nasza elektrociepłownia w Zabrzu spaliła już pół miliona ton paliwa RDF. Produkcja paliwa w Zawierciu zapewni około 40% zapotrzebowania na to paliwo dla elektrociepłowni w Zabrzu, która została wybudowana właśnie w taki sposób, aby możliwe było w niej współspalanie paliw arternatywnych.

Śmieci zabraknie? Na pewno! ZGK odbiera obecnie około 50 tys. ton rocznie

Instalacja do produkcji paliwa RDF w Zawierciu będzie miała moc produkcyjną 100 tys. ton paliwa rocznie. Aby byle RDF powstało, potrzeba około 110 tys. ton „wsadu"śmieci rocznie. Tyle dzisiaj nie trafia do ZGK Zawiercie, które przyjmuje około 60 tys. ton rocznie odpadów. To oznacza, o czym mówili przedstawiciele Fortum, że do Zawiercia, do instalacji firmy Fortum, trafi dużo więcej odpadów niż dzisiaj, z okolicznych powiatów. Te dodatkowe 10% to metale i minerały jak żwir, kamień, które oddzielone będą się nadawały do budowy dróg na składowisku odpadów. Odzyskane metale zwiększą wykazywany przez ZGK Zawiercie odzysk surowców.

Łatwo zauważyć, że instalacja firmy Fortum ma docelowo produkować do 100.000 ton paliwa, ze 110 tys. ton śmieci. Obecnie ZKG Zawiercie przyjmuje rocznie wszystkich odpadów około 50 tys. ton. To oznacza, że do Fortum trafi nawet 2x więcej frakcji nadsitowej, odpadów zmieszanych, od których oddzielone są części biologiczne, niż teraz ZGK przyjmuje odpadów rocznie. To odpady nieuciążliwe, które nie śmierdzą, nie fermentują. Przyjadą z innych składowisk podobnych do ZKG Zawiercie.

Prezes Piotr Górnik, Fortum: -W Polsce ciągle mamy dużą nadprodukcję odpadów, której nie przerabiamy. W krajach, które w zagospodarowaniu odpadów są liderami, tylko 1% odpadów trafia na składowiska. To przykładowo Niemcy, Dania. Recyklingowi poddawane jest max 40% odpadów. Reszta w większości jest spalana w cementowniach, czy elektrociepłowniach podobnych do naszej. W Województwie Śląskim mieszka 4,5 mln mieszkańców, którzy produkują 1,8 mln ton odpadów rocznie. Aż 770 tys. ton trafia na składowiska, ponieważ nie ma tych odpadów gdzie przerobić.

Zakład Fortum powstaje w Zawierciu, w bezpośrednim sąsiedztwie ZGK Zawiercie, gdyż te zakłady będą ściśle współpracować. Odpady zmieszane po oddzieleniu części organicznych trafią jako surowiec do instalacji Fortum, oddalonej ledwie o 300 metrów. Produkcja ma nie być uciążliwa dla otoczenia, zarówno pod względem hałasu i czy odoru. Ponieważ jest to produkcja paliw, będzie to zakład o podwyższonym ryzyku wystąpienia pożarów. Dlatego zakład ma nieć zaawansowane instalacje wykrywania i szybkiego gaszenia, w przypadku gdy coś zaiskrzy, zacznie się choćby tlić.

Każdy, kto choć raz jechał drogą na końcu której jest składowisko odpadów ZGK Zawiercie, czy Schronisko dla Zwierząt w Zawierciu, wie jak fatalnej jakości, zniszczona jest ta droga. Powstaje przy niej kilka inwestycji naraz. Ruch śmieciarek, maszyn budowlanych, ciężarówek już dawno doprowadził drogę do ruiny. Ulica od chwili powstania była za wąska, aby minęły się dwa samochody ciężarowe. Cierpią na tym m.in. śmieciarki Saniko. Gmina Zawiercie szacuje koszt modernizacji drogi, przy której powstaje coraz więcej firm, na 13 mln zł.

Fabryka firmy Fortum, która powstanie w Zawierciu, i będzie produkować paliwo RDF dopełni gospodarkę obiegu zamkniętego w Gminie Zawiercie. Zyskają też gminy powiatu myszkowskiego, gdyż również „nasze" śmieci, zamiast zalegać na składowisku, powiększając Zawierciańską Górę Śmieci, trafią do elektrociepłowni w Zabrzu jako paliwo. Już w 2024 roku na składowisko w Zawierciu trafią tylko te odpady, których już w żaden sposób nie da się przerobić lub poddać recyklingowi.

Jarosław Mazanek

CENTRUM MEDYCZNE ALMED

Poradnia Lekarza Rodzinnego
Poradnia endokrynologiczna
Poradnia okulistyczna
Poradnia alergologiczna
Poradnia alergologiczna dla dzieci
Poradnia pulmonologiczna
Poradnia chorób naczyń-
Poradnia diabetologiczna
Poradnia neurologiczna
Poradnia hematologiczna
Poradnia urologiczna
Poradnia ginekologiczno-położnicza

Laserowe usuwanie żylaków kończyn dolnych

ALMED

Nasze przychodnie:
Myszków, ul. Kościuszki 27 C, D, E tel. 34 31 550 20 / 536 039 993
Myszków, ul. Strażacka 48 tel. 34 31 570 10

Zawiercie, ul. Ignacego Paderewskiego 25 tel. 32 67 052 29 / 32 67 030 55 / 530 060 290

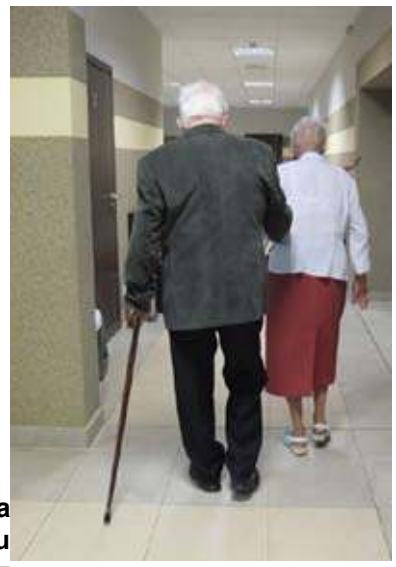
Myszków Stomatologia
ul. Strażacka 48 tel. 793 500 690

Diagnostyka
USG
Medycyna Pracy
Medycyna rodzinna

Stomatologia: Chirurgia stomatologiczna, Pracownia radiologiczna, Stomatologia estetyczna, Implantologia, Protetyka stomatologiczna, Stomatologia dla dzieci, Tomografia zębów, Zdjęcia panoramiczne, Leczenie kanałowe pod mikroskopem

eprasa.pl b1b786bf17

Wojciech Picheta Przewodniczący Rady Powiatu nie zwołuje planowej sesji na marzec bo obawia się głosowania nad jego odwołaniem? PIS ZAMIERZA GO BRONIĆ!



Proces karny Wojciecha P. był dziwny. Pierwsza rozprawa dopiero po 16 miesiącach od aktu oskarżenia. Wiele rozpraw odwoływanych bez wyraźnego powodu. Gdy spytaliśmy o to Sąd, do dzisiaj nie ma odpowiedzi. Na jedną z odwołanych rozpraw wezwano szereg starszych osób, którzy mieli problemy z poruszaniem się. Byli oburzeni, gdy okazało się, że przyszli na próżno

się wyrokiem skazującym w pierwszej instancji. Sprawa ta dotyczy wyłudzeń środków z Narodowego Funduszu Zdrowia. Biorąc wszystkie okoliczności pod uwagę, uważamy że radny Wojciech Picheta nie powinien reprezentować Rady pełniąc funkcję Przewodniczącego Rady Powiatu." -piszą wnioskodawcy.

Zgodnie z procedurą wniosek ten powinien być poddany pod głosowanie na najbliższej planowanej sesji. Zgodnie z planem pracy Rady Powiatu, radni obradują w każdym miesiącu (niepisana zasada od lat jest taka że sesja zwoływana jest w ostatni czwartek miesiąca). Ale w tym miesiącu radni musieli podjąć pilną uchwałę o środkach na remont ulicy Wolności i Krasickiego i w dniu 15 marca spotkali się na sesji nadzwyczajnej. Była ona zwołana w poniedziałek (13 marca) pilnie na środę (15 marca) z jedynym tylko punktem dotyczącym przesunięcia środków. Niestety taka szybka procedura spowodowała że dwóch radnych nie mogło być na obradach (Maciej Piłka, Mariusz Karkocha) Tą sytuację chciał wykorzystać Picheta i podczas obrad zaproponował wprowadzić dodatkowy punkt - wniosek o jego odwołaniu. Na szczęście radni opozycji na to nie pozwolili, wycofując swój wniosek tylko po to żeby po sesji złożyć go jeszcze raz. Gdyby tego nie zrobili zapewne Wojciech Picheta głosami radnych PiS pozostałby na swojej funkcji. W taki oto sposób Picheta chciał utrzymać się na funkcji w powiecie, a teraz przeciąga zwołanie zwyczajnej sesji marcowej. Radni nie otrzymali zawiadomienia na dzień 30 marca (ostatni czwartek marca), chociaż w planie pracy mają punkty, które są zobowiązani realizować. Dlaczego? Pewno dlatego żeby Picheta znalazł kolejny wytrych jak utrzymać się na stanowisku. Natomiast odbyły się planowane komisje (we wtorek i środę) i jak się dowiadujemy sesja dalej nie jest ustalona.

Radni wnioskodawcy postanowili w takiej sytuacji zwołać sesje nadzwyczajną w punkcie - procedowanie odwołania Przewodniczącego. W dniu 29 marca ta sama siódemka radnych złożyła wniosek o sesje nadzwyczajną. Zgodnie z ustawą o samorządzie powiatowym, Picheta musi zwołać taką sesję w ciągu 7 dni, tj. czyli sesja musi odbyć się do 5 kwietnia br. Przewodniczący nie ma wyjścia. Sesja musi być zwołana. Ale zapewne radni PiS (Janusz Romaniuk, Marlena Wiśniewska, Tomasz Ośmiałowski, Zdzisława Polak, Piotr Kołodziejczyk, Mateusz Kolasa, Jolanta Koral) dalej będą bronić za wszelką cenę Wojciecha Pichety, na którym ciążą zarzuty wyłudzenia środków z NFZ, a który zarządza naszym szpitalem (groteska). Kolega z listy Pichety - Jarosław Kumor też raczej nie będzie chciał go odwołać. Zagadką jest co zrobi Mariusz Morawiec (Wicestarosta) który publicznie krytykuje sposób zarządzania szpitalem. Pod wnioskiem o odwołanie nie podpisała się Jadwiga Skalec wybrana z listy PO ale teraz głosująca ramie w ramię z PiSem. Kolejne pytanie co zrobi Maciej Piłka, radny wybrany z listy Przyszłości (za Jakuba Grabowskiego - wiceburmistrza Żarek) Za odwołaniem musi zagłosować 10 radnych przy pełnym składzie Rady (19) a teraz pod wnioskiem podpisanych jest 7 radnych. Zatem czy Wojciech Picheta zostanie odwołany z funkcji Przewodniczącego zależne będzie od przyzwoitości kilku radnych. No chyba że radni PiS zrozumieją, że dalej bronią przegranej sprawy.

Spytaliśmy radnego Kępskiego, jednego z wnioskodawców o ocenę tej sytuacji: -Już w roku 2021 kiedy Przewodniczący W. Picheta został Naczelnym Lekarzem naszego Szpitala, złożyliśmy wniosek o wygaszenie jego mandatu. Były przesłanki do oceny, że Picheta faktycznie zarządza szpitalem, a uprawnienia takie dawał mu regulamin stanowiska Naczelny Lekarz Szpitala. Wtedy radni PiS wraz z całą koalicją rządzącą obronili W. Pichetę. W obecnej sytuacji jako opozycja złożyliśmy wniosek o odwołanie W. Pichety z funkcji Przewodniczącego. Biorąc wszystkie okoliczności pod uwagę, uważamy że W. Picheta nie powinien pełnić tej funkcji.

PiS jest w pułapce. Bronić skazanego (nieprawomocnie) za 64 czyny karalne czy zaryzykować utratę władzy?

Przewodniczący Rady Powiatu Myszkowskiego jest nieprawomocnie skazany za 64 czyny karalne. Nie tylko wyłudzenie środków z NFZ, te pieniądze przychodnia Adama Jakubca już dawno oddała do NFZ, ale za fałszowanie dokumentacji medycznej. Sąd, oprócz kar pieniężnych, wyznaczył mu karę 10 miesięcy ograniczenia wolności. Gdy na sesji nadzwyczajnej 15 marca Piecheta próbował wprowadzić wniosek o jego odwołanie, wyraźnie chcąc wykorzystać nieobecność dwójki wnioskodawców, co zwiększało jego szansę, że stanowisko utrzyma, sam przypominał, odnoszą się do wyroku który zapadł, że „jest niewinny do czasu prawomocnego skazania". To prawda. Jest też prawdą, że to już jego trzeci proces karny w ostatnich latach. Za nielegalny handel rogiem białego nosorożca, gatunku z listy zwierząt najbardziej zagrożonych wyginięciem, a wcześniej był oskarżony o podanie nieprawny w kilku kolejnych oświadczeniach majątkowych. W obu procesach sąd uznał, że doszło do przestępstwa, ale umorzył postępowanie karne dając szansę oskarżonemu. Niewinny jest każdy, do czasu udowodnienia winy, ale to nie znaczy, że musi piastować ważne funkcje społeczne. Np. radnego, a tym bardziej Przewodniczącego Rady Powiatu Myszkowskiego. Ale Picheta jest potrzebny pisowi, który wychodzi na partię, która chyba wyznaje zasadę, że im bardziej ktoś pogrążony, tym bardziej potrzebny. Bo wierny i dyspozycyjny.

Jarosław Mazanek

NEKROLOGI

Serdeczne podziękowania za udział w pogrzebie mojej

MAMY

Ś.P. Marianny Pacyna

wszystkim uczstnikom pogrzebu

składa
ksiądz Marek

reklama

Przychodnia Lekarska J.Kleszczewski
Zawiercie ul. Parkowa 12
pełny zakres usług
FIZJOTERAPEUTYCZNYCH
-fizykoterapia
(ćwiczenia w fizjoterapeutą)
-krioterapia
-laseroterapia
-pole magnetyczne
(magnetoterapia)
-ultradźwięki
-fonoforeza
-diatermia krótkofalowa
Zabiegi wykonywane przez zespół fizjoterapeutów z tytułami magistra
Przystępne ceny!
Zamawianie zabiegów:
tel. 32 67 71 496

eprasa.pl b1b786bf17

Za wypalanie traw kara nawet do 20 tys zł

Niebezpiecznie wzrasta zagrożenie pożarowe związane z wypalaniem traw. Państwowa Straż Pożarna podała, że w czasie ostatniego weekendu odnotowano ponad 1,2 tys. takich pożarów. Proceder ten jest niezgodny z prawem. Grożą za niego surowe sankcje karne oraz cofnięcie dopłat wypłacanych przez Agencję Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa (ARiMR).

Wypalanie traw ma tylko skutki niszczące

Pożar jest tragiczny w skutkach dla całego ekosystemu – zniszczona zostaje nie tylko warstwa życiodajnej próchnicy, giną również zwierzęta. Podpalanie traw bywa często przyczyną pożarów lasów i zabudowań gospodarczych, w których życie tracą także ludzie.

Wbrew obiegowej opinii wypalanie nie powoduje bujniejszego odrostu traw. Nie poprawia też jakości gleby. Co więcej, w znacznym stopniu obniża wartość plonów. Po przejściu pożaru gleba staje się jałowa i potrzebuje nawet kilku lat, aby powrócić do stanu sprzed katastrofy.

Surowe kary – grzywna a nawet więzienie

Zakaz wypalania traw określony został w Ustawie o ochronie przyrody oraz w Ustawie o lasach, a Kodeks wykroczeń przewiduje za to karę nagany, aresztu lub grzywny, której wysokość może wynieść od 5 tys. do 20 tys. zł. Co więcej, jeśli w wyniku podpalenia trawy dojdzie do pożaru, który sprowadzi zagrożenie utraty zdrowia lub życia wielu osób albo zniszczenia mienia wielkich rozmiarów, wtedy sprawca – zgodnie z zapisami Kodeksu karnego – podlega karze pozbawienia wolności nawet do 10 lat.

Wypalanie traw to utrata dopłat

Oprócz wspomnianych sankcji wypalającemu grożą również dotkliwe kary, które nakładać może Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa. Zakaz wypalania gruntów rolnych jest jednym z warunków, których rolnicy zobligowani są przestrzegać, aby móc ubiegać się o płatności bezpośrednie oraz płatności obszarowe w ramach PROW 2014-2020. W przypadku jego złamania ARiMR może nałożyć na rolnika karę finansową zmniejszającą wszystkie otrzymywane przez niego płatności o 3 proc. W zależności od stopnia winy, może zostać ona obniżona do 1 proc. bądź zwiększona do 5 proc. Jeszcze wyższe sankcje przewidziane są dla tych, którzy świadomie wypalają grunty rolne – muszą oni liczyć się z obniżeniem płatności nawet o 25 proc. Agencja może również pozbawić rolnika całej kwoty płatności bezpośrednich za dany rok, jeśli stwierdzone zostanie uporczywe wypalanie przez niego traw.

(red)

ZUS przestrzega przed oszustami w internecie

Zakład Ubezpieczeń Społecznych ostrzega przed fałszywymi wiadomościami rozsyłanymi przez oszustów w celu wyłudzenia danych. Nie należy klikać w podejrzane linki, ani pobierać załączników niewiadomego pochodzenia.

Na problem zwraca uwagę również serwis Niebezpiecznik.pl, który na swoim koncie na Twitterze napisał m.in. „Uważajcie na e-maile „o błędnym logowaniu do PUE / ZUS"!. W załączniku oszuści zachęcają do otworzenia pliku .xll (zupełnie jak w przypadku niedawnych ataków „na NFZ")".

- Wiadomości o zmianie kanału odzyskiwania dostępu do profilu na PUE ZUS, zawierające w załączniku plik logowania, nie są wysyłane przez ZUS. Zakład nie wysyła do nikogo załączników z plikiem logowania, nie prosi też o podawanie danych wrażliwych niezabezpieczonymi kanałami komunikacji – przestrzega Beata Kopczyńska, regionalna rzeczniczka prasowa ZUS województwa śląskiego.

Fałszywe maile wyglądają wiarygodnie – mogą wyświetlać się w domenie zus.pl, a także zawierać informację o loginie PUE (są to jednak przypadkowe liczby). – Bardzo prosimy o uważne czytanie treści otrzymywanych emaili i weryfikowanie wszelkich zawartych w nich informacji – dodaje rzeczniczka.

ZUS zaleca zachowanie szczególnej ostrożności w przypadku otrzymania wiadomości o podejrzanej treści, zwłaszcza informacji o rzekomych zmianach dokonanych na PUE ZUS przez klienta, który nie podejmował jakichkolwiek działań.

W sytuacji, w której ktokolwiek z klientów ma wątpliwości co do nadawcy otrzymanej korespondencji, prosimy o kontakt z najbliższą placówką Zakładu lub Centrum Obsługi Telefonicznej pod numerem: 22 560 16 00 lub adresem mailowym cot@zus.pl. (red)

eprasa.pl b1b786bf17

„Osobliwość Roku” w Szkole Postawowej Poraj

(Poraj)W Pierwszy Dzień Wiosny w Szkole Podstawowej im. kpt.L.Teligi w Poraju po raz pierwszy odbyła się gala wręczenia nagród „Osobliwość Roku”, którą w całości zorganizował Samorząd Uczniowski.

Opiekę nad samorządem sprawują nauczycielki Anna Cichoń i Monika Organa. Galę poprowadzili Karolina i Mikołaj. Członkowie SU przygotowali kategorie, do których każda klasa nominowała swojego przedstawiciela. Następnie grono pedagogiczne, w ankiecie on-line, wyłoniło zwycięzców. „Osobliwości Roku 2023” zostały przyznane w następujących kategoriach:
Śpioch – osoba która często się spóźnia, przysypia na lekcjach;
Osiłek – osoba kochająca zajęcia sportowe, aktywna fizycznie;
Zgrywus – osoba która wszystkich rozśmiesza, ma duże poczucie humoru;
Ważniak – osoba z ogromną wiedzą, dużo czyta;
Laluś/Smerfetka – osoba dbająca o swój wygląd zewnętrzny;
Papa Smerf – osoba bardzo odpowiedzialna, dbająca o bezpieczeństwo, rozważna;
Harmoniusz – osoba romantyczna;
Łasuch – osoba która wiecznie jest głodna, podjada na zajęciach;
Pracuś – osoba która udziela się społecznie;
Kucharz – osoba która kocha gotować;
Gargamel i Klakier – nierozłączna para przyjaciół.

Nagrody wręczali przedstawiciele SU, nauczyciele ale również zaproszeni specjalni goście: p.Agata, p.Danusia i p.

Jacek. Laureaci otrzymali medale oraz słodkie upominki. Uczniowie również oddali swoje głosy na nauczycieli, przyznając „Złote Stery” w siedmiu kategoriach: Złoty Anioł – najbardziej cierpliwy nauczyciel - Danuta Mędrek Złota Kamerka – nagroda dla nauczyciela, najlepiej radzącego sobie ze sprzętem technicznym - Justyna Białas Złoty Uśmiech – najbardziej zabawny nauczyciel, z dużym poczuciem humoru - Michał Drzewiecki Złota Kosa – nagroda dla najbardziej wymagającego i surowego nauczyciela - Anna Szczęsna Złota Piłka – najbardziej wysportowany nauczyciel, pokonujący bez zadyszki korytarze szkolne - Paweł Churas Złote Oko – temu nauczycielowi nie umknie żadna ściąga- Monika Organa Złote Serce – największy przyjaciel uczniów- Michał Drzewiecki Nagrody specjalne, Złote Stery, otrzymały osoby, które są „sterami” dla naszego szkolnego okrętu, bez których zapewne ugrzęźlibyśmy na edukacyjnych mieliznach, a trafiły one do Beaty Cichoń – dyrektor szkoły i do Diany Sawickiej - wicedyrektor szkoły.

Czas między ogłaszaniem wyników w poszczególnych kategoriach umiliły występy artystyczne Mileny oraz Hani i Zuzi oraz scenki ze szkolnych przerw w wykonaniu Yulii i Krzyśka. Statuetki ZŁOTE STERY zostały wydrukowane na drukarkach 3D zakupionych w ramach projektu „Laboratoria Przyszłości”.(red) ZD. UG Poraj

E-papierosy na receptę to nie mit

Czy e-papierosy powinny być przepisywane na receptę? Z takiego założenia wychodzą Brytyjczycy, którzy traktują wspominane urządzenia, jako jedno z narzędzi pomocy osobom uzależnionym od papierosów. Czy to właściwa droga?

Obecnie Wyspiarze mogą poszczycić się dość niskim odsetkiem osób palących papierosy: udało im się zejść poniżej 15 proc. Dla porównania w Polsce statystyka ta utknęła na poziomie 21 proc. i od jakiegoś czasu stoi w miejscu.

W jaki sposób Brytyjczycy dotarli do tego punktu? Odpowiedź jest złożona: z jednej strony postawili na politykę redukcji szkód, z drugiej - zaangażowali naprawdę spore nakłady w rozwój sieci poradni dla palaczy.

E-papierosy na receptę i zaawansowane poradnictwo

W Wielkiej Brytanii przeszkolenie w kwestii prewencji palenia posiadają zarówno lekarze pierwszego kontaktu, jak i farmaceuci czy pielęgniarki.

Palacze mogą więc zgłosić się do dowolnego punktu opieki zdrowotnej i mogą liczyć na to, że otrzymają wsparcie w postaci porady medycznej oraz środków, które pomogą im rzucić palenie - od leków, przez gumy - po e-papierosy.

W UK działają programy, w ramach których realizowana jest polityka redukcji szkód właśnie z udziałem tego typu urządzeń. Co więcej, już niedługo można spodziewać się, że e-papierosy będą przepisywane na receptę - rejestracja e-papierosów jako produktów medycznych to jeden z kroków podejmowanych w celu wdrożenia planu prowadzącego do “bezdymnej przyszłości”. Wielka Brytania chce skończyć z dymem papierosowym do 2030 roku.

Redukcja szkód

Polska ma podobne cele, jednak decyzja o podjęciu leczenia czy zastosowania produktów bezdymnych w celu redukcji szkód wywołanych paleniem jest pozostawiana do indywidualnej rozwagi. Na naszym rynku dostępne są różne kategorie alternatywnych produktów nikotynowych. Mamy e-papierosy działające w systemach otwartych (do samodzielnego napełniania pojemnika z liquidem) lub zamkniętych, z gotowymi, wymiennymi kartridżami, jak np. Vuse ePod, są podgrzewacze tytoniu oraz najkrócej dostępne na naszym runku saszetki nikotynowe. Każda z tych alternatyw jest o ok. 95-99% mniej szkodliwa od tradycyjnego papierosa. Warto o tym pamiętać i pomyśleć o zdrowiu i kondycji na wiosnę!

Podpatrzone po sąsiedzku:

Zawiercie lepiej oglądać w internecie!

O Zawierciu, można by opowiedzieć ten sam dowcip, który dotyczy Mińska: Stoi na głównym placu Mińska, przed parlamentem, mężczyzna z transparentem: „Wpuście mnie do Białorusi”. Podchodzi KGB (tam bezpieka zachowała komunistyczną nazwę) i pyta o co chodzi z tym transparentem: „jest pan przecież w Białorusi, w Mińsku, stolicy państwa na głównym placu”. Mężczyzna odpowiada: „ale ja chcę do tej Białorusi z telewizji”. Dowcip pasuje do każdej kraju, gdzie demokracja jest zagrożona, a propaganda wygrywa z informacją. Zawiercie wygląda dużo piękniej, pod warunkiem, że nie wychylimy się poza FB Prezydenta Miasta i profil Starostwa Powiatowego. Bo na co dzień, tak „poza internetem” widać to:

Przy ulicy Wojska Polskiego od tygodni jeżeli nie miesięcy wjeżdżających wita sterta starych mebli przy ogródkach działkowych. Nie wiadomo, czy ktoś się wprowadza, wyprowadza. Fakt jest taki, że śmieci leżą od wielu tygodni, i nie wygląda, aby wzbudziły zainteresowanie choćby Straży Miejskiej. Droga wojewódzka. Śmieci leżą w pasie drogowym, lub poza nim. Miejskie służby na pewno powinny jeżeli nie posprzątać, to ustalić właściciela terenu gdzie składowane są odpady. I zmusić do posprzątania.

Dużo bardziej oczywista jest sprawa z materacem na obwodnicy. Leży na wysepce środkowej co najmniej od tygodnia. Specjalnie dokumentowaliśmy to legowisko kilka razy, żeby mieć pewność, że nie skrzywdzimy służb porządkowych odpowiedzialnych za czystość i bezpieczeństwo. Mija to miejsce na pewno Policja, Straż Miejska, służby powiatu podległe staroście Garbielowi Dorsowi. I co? I nic. Materac leży. Ktoś urządził sobie nocleg? Byłby to przejaw ogromnej desperacji, niemal próba samobójstwa. Ale nie zauważyliśmy, aby wieczorem ktoś przychodził tu ze śpiworem. (JotM)

eprasa.pl b1b786bf17

I Jurajski Festiwal Żeglarski

(Poraj)Już w ostatnią sobotę kwietnia (29 .04) pierwszy festiwal piosenki żeglarskiej na Marinie Poraj. Organizatorem Festiwalu jest Wójt Gminy Poraja Katarzyna Kaźmierczak, Stowarzyszenie Marina Poraj i Gminny Ośrodek Kultury im.J.Gniatkowskiego w Poraju.

Najlepsza muzyka żeglarska, niespotykany klimat, żeglarska atmosfera, występy młodych artystów i koncert gwiazdy sceny szanty. Imprezie towarzyszyć będzie podniesienie bandery i rozpoczęcie nowego sezonu żeglarskiego. Na zgłoszenia do Festiwalu organizatorzy czekają do 22 kwietnia br. (red)

Województwo śląskie antysmogowym liderem w 2022 roku

Ranking aktywności gmin w programie Czyste Powietrze za rok 2022 opublikowany dziś przez Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej (NFOŚiGW), Polski Alarm Smogowy oraz Bank Światowy wskazuje, że niekwestionowanymi liderami pod względem liczby złożonych wniosków w programie Czyste Powietrze są gminy województwa śląskiego. W pierwszej setce najaktywniejszych gmin aż 25 pochodzi z województwa śląskiego. Na pierwszym miejscu rankingu znajduje się śląska gmina Goczałkowice-Zdrój.

To kolejny już ranking pokazujący aktywność gmin w programie Czyste Powietrze. Wśród najaktywniejszych samorządów znajdują się przede wszystkim gminy województwa śląskiego (25 gmin w pierwszej setce). Na drugim miejscu uplasowało się województwo kujawsko-pomorskie (18 gmin w pierwszej setce najaktywniejszych).

-Ranking ma na celu zachęcać samorządy do jeszcze większego zaangażowania się w program Czyste Powietrze, promocję termomodernizacji domów i wymianę starych źródeł ciepła wśród mieszkańców. Najaktywniejsze gminy na koniec 2023 r. będą mogły zakwalifikować się do dodatkowego finansowania. 25 mln zł na ten cel NFOŚiGW rozdysponuje na początku 2024 roku. Szczegóły tego mechanizmu ogłosimy niebawem – mówi Paweł Mirowski, wiceprezes NFOŚiGW oraz pełnomocnik premiera ds. programu Czyste Powietrze i efektywności energetycznej budynków.

-Program Czyste Powietrze jest impulsem dla rozwiązania problemu smogu, dając jednocześnie gospodarstwom domowym możliwość znaczącego obniżenia rachunków za ogrzewanie. Efektywne wdrożenie Programu wpłynie również korzystnie na bezpieczeństwo energetyczne Polski, gdyż zmniejszenie zużycia energii ograniczy konieczność importu paliw kopalnych – mówi Andrzej Guła, lider Polskiego Alarmu Smogowego. - Aktywny udział samorządów w Programie ma kluczowe znaczenie. Tam, gdzie władze lokalne działają sprawnie, tam widać efekty w postaci liczby wymienionych kopciuchów i ocieplonych domów – dodaje Guła.

- Cieszymy się, że program Czyste Powietrze dociera do coraz większej liczby gmin w całej Polsce. Z rankingu widać, że najwięcej wniosków do programu pochodzi z województwa śląskiego, gdzie władze samorządowe z determinacją wdrażają zapisy uchwał antysmogowych. Kontynuowanie działań na rzecz popularyzowania Czystego Powietrza, a także obowiązywanie i przestrzeganie uchwał antysmogowych znacząco przyczyni się do rozwiązania problemu zimowego smogu w Polsce – powiedział Marcus Heinz, przedstawiciel Banku Światowego na Polskę i kraje bałtyckie.

Na pierwszym miejscu w rankingu znalazła się gmina uzdrowiskowa Goczałkowice-Zdrój,

w której do programu w 2022 r. złożono 143 wnioski, co w przeliczeniu na liczbę budynków jednorodzinnych daje jej pierwsze miejsce w Polsce. – Bardzo nas cieszy, że to gmina Goczałkowice-Zdrój została liderem programu Czyste Powietrze – mówi Emil Nagalewski, koordynator Polskiego Alarmu Smogowego w województwie śląskim. – Jest to szczególnie ważne, gdyż jest to gmina uzdrowiskowa, która od dawna boryka się z poważnym problemem smogu. W ostatnim rankingu najbardziej zanieczyszczonych miejscowości w Polsce, opublikowanym przez Polski Alarm Smogowy na podstawie danych Państwowego Monitoringu Środowiska, Goczałkowice Zdrój znalazły się w na wysokiej - piątej - pozycji pod kątem zanieczyszczenia pyłem zawieszonym PM10 [1].

Ranking aktywności gmin w programie Czyste Powietrze oparty jest o liczbę złożonych wniosków w porównaniu do liczby budynków jednorodzinnych znajdujących się na terenie gminy. Aktualnie prezentowane zestawienie obejmuje aktywność gmin w roku 2022 i powstało przy współpracy NFOŚiGW, Polskiego Alarmu Smogowego i Banku Światowego. Wszystkie przygotowane zestawienia, począwszy od I kwartału 2021 roku, można sprawdzić w wyszukiwarce dostępnej na stronie: www.polskialarmsmogowy.pl/ranking.

NFOŚiGW przypomina jednocześnie, że dla najaktywniejszych gmin możliwe będzie uzyskanie dodatkowego finansowania na realizację programu Czyste Powietrze. Komunikat w tej sprawie zostanie opublikowany na stronie www.czystepowietrze.gov.pl w tym tygodniu. (red)

reklama

EKO GWAJM Sp. z o.o.

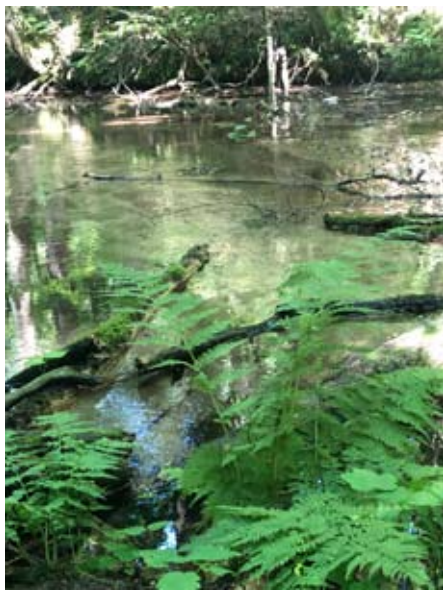
TWOJE ODPADY TO NASZ PROBLEM

Firma EKO-GWAJM Sp. z o.o. z siedzibą w Ogrodzieńcu działa na polskim rynku od 2001 roku.

W ramach prowadzonej działalności firma specjalizuje się w świadczeniu specjalistycznych usług na rynku zagospodarowania odpadów przemysłowych.

Specjalizujemy się w kompleksowej obsłudze podmiotów gospodarczych i administracji samorządowej w zakresie ustawowych obowiązków dotyczących ochrony środowiska związanych z gospodarką odpadami, w tym działalności polegającej na profesjonalnej likwidacji nielegalnych składowisk odpadów oraz zagospodarowaniu odpadów niebezpiecznych i innych niż niebezpieczne, w tym zbieraniem, transportem a następnie i przekazywaniem do instalacji ostatecznego zagospodarowania.

Spółka posiada ponad 20 letnie doświadczenie i wyspecjalizowany personel w pracach polegających na demontażu pokryć dachowych zawierających azbest oraz czyszczeniu instalacji przemysłowych jak również specjalistyczny, niezbędny sprzęt oraz własny transport samochodowy.



Demontujemy, zbieramy oraz transportujemy odpady niebezpieczne zawierające azbest świadcząc usługi zarówno dla osób fizycznych, spółdzielni mieszkaniowych oraz podmiotów gospodarczych.

Prowadzone procesy odbioru i zagospodarowania oraz pakowania i transportu odpadów przemysłowych, niebezpiecznych i innych niż niebezpieczne z miejsca wytwarzania do instalacji ostatecznego odzysku i przetwarzania wyróżnia wieloletnie doświadczenie w branży, wysoki standard postępowania z odpadami, realizacja usług zgodnie z obowiązującymi procedurami i przepisami w tym zakresie a przede wszystkim postępowanie z odpadami w sposób bezpieczny dla środowiska naturalnego z podstawowym założeniem przekazania odpadów do procesów ostatecznego odzysku i wytwarzania surowców z odpadów możliwych do ponownego wykorzystania.

Spółka oferuje również pełnoetatowe, stałe zatrudnienie oraz atrakcyjne warunki finansowe dla pracowników.

Zapraszamy do współpracy gwarantując profesjonalną obsługę w zakresie zagospodarowania odpadów przemysłowych oraz likwidacji szkód w środowisku.

EKO GWAJM Sp. z o.o. Ogrodzieniec ul. Kościuszki 212 tel. 32 67 32 150, 32 6734 133

e-mail: biuro@eko-gwajm.pl www.eko-gwajm.pl

eprasa.pl b1b786bf17

SZALONA PIĄTKA PLUS W ZNANYCH PRZEBOJACH

(Poraj) W sobotę (18 marca) w sali widowiskowo – kinowej „Bajka" odbył się niezwykły koncert. Bohaterem tego wieczoru był zespół wokalny „Szalona Piątka Plus", który zaprezentował publiczności zróżnicowany repertuar, na który złożyły się polskie i światowe przeboje, a także dobrze znane piosenki filmowe.

„Szalona Piątka Plus" powstała we wrześniu 2011 roku, a od roku 2012 działa przy Gminnym Ośrodku Kultury im. Janusza Gniatkowskiego w Poraju. Jego założycielką i instruktorem muzycznym jest Elżbieta Jatulewicz. Zespół odnosi ogromne sukcesy, promuje naszą gminę, wspiera bardzo wiele inicjatyw i aktywnie uczestniczy w różnych przedsięwzięciach. Repertuar zespołu jest bardzo szeroki, ale starannie wyselekcjonowany.

Sobotni koncert zainaugurowała piękna piosenka Zbigniewa Wodeckiego pt. „Zacznij od Bacha". Panie zachwyciły podczas półtoragodzinnego występu zarówno interpretacją utworów, jak również niesamowitą charyzmą na scenie. Udowodniły, że lata ciężkiej pracy i prób, zaowocowały wieloma zwycięstwami w licznych festiwalach i przeglądach. Śpiew to dla każdej z pań wielka pasja, która towarzyszy im niemalże od dzieciństwa, a która właśnie teraz ma szansę być realizowana, dając przy tym wielką radość publiczności.

[- 18 marca 2023 to dla nas bardzo ważna data – pierwszy biletowany koncert Szalonej Piątki Plus naszego kochanego zespołu. Istniejemy dopiero od ponad dziesięć lat, ale na koncie mamy sporo sukcesów o randze międzynarodowej, ogólnopolskiej, wojewódzkiej. Śpiewamy wszędzie gdzie jesteśmy zapraszane. Bez względu na miejsce i rangę imprezy staramy się jednakowo. Zaangażowanie, poważne traktowanie odbiorcy, ciekawy repertuar to nasze motto. Sobotni koncert był dla nas ogromnym wyzwaniem. Bo oto pierwszy raz miałyśmy stanąć na scenie przed widzami, którzy „kupili na nas bilety". Targały nami obawy, wątpliwości, niepewność. Czy aby nie staniemy przed prawie pustą widownią, czy ludzie przyjdą aby nas posłuchać. Jakaż była nasza radość kiedy okazało się, że śpiewamy dla pełnej sali. Ogromna trema, odpowiedzialność pomieszane z wielkim szczęściem towarzyszyły nam od początku do końca ponad godzinnego koncertu. Ucieszyło nas ogromnie wołanie o bis. Czy nasz koncert się podobał? Na to pytanie nie odpowiem, niech ocenią nas inni. Mogę tylko dodać, że dałyśmy z siebie wszystko. I jeszcze najważniejsze – serdecznie dziękujemy pani dyrektor GOK Magdalenie Ryziuk-Wilk i całej cudownej ekipie, która nam pomagała czyli wszystkim pracownikom GOK i oczywiście akustykowi. Dziękujemy kochani.] - powiedziała Elżbieta Jatulewicz - leader Zespołu.

Na zakończenie koncertu Panie otrzymały gratulacje oraz drobne upominki z rąk wójt Gminy Poraj – Katarzyny Kaźmierczak oraz radnego powiatowego – Mariusza Karkochy, którzy na sobotni koncert przybyli wprost z zebrania strażackiego. Natomiast dyrektor GOK – Magdalena Ryziuk – Wilk w podziękowaniu za wspaniały koncert wręczyła piękną, symboliczną różę dla każdej Pani z zespołu. Wśród publiczności nie mogło zabraknąć jednego z największych fanów zespołu - sołtysa Choronia Edwarda Mizery. Pojawiły się także kwiaty od widowni, gratulacje oraz brawa na stojąco.

Szalona Piątka Plus" odwdzięczyła się gościom wspaniałymi ciastami serwowanymi w formie poczęstunku po koncercie, a do niektórych Szczęśliwców powędrowały ekologiczne torby na zakupy z nazwą i logotypem zespołu.

Mamy nadzieję, że miłośnicy zespołu jeszcze niejednokrotnie będą mieli możliwość wysłuchania naszej „Szalonej Piątki Plus".(red)

Dzienny Dom Seniora w Moczydle

(Niegowa) Gmina Niegowa otrzymała środki finansowe w ramach programu Senior+ w kwocie 332 tysięcy złotych, dzięki którym zostanie utworzony dzienny dom dla naszych mieszkańców.

Otrzymane środki przeznaczone zostaną na przystosowanie i wyposażenie budynku po Szkole Podstawowej w Moczydle, w urządzenia niezbędne do realizacji zajęć. Bieżący rok to prace remontowe gdzie przewidziana jest m.in. wymiana źródła ogrzewania oraz wymiana okien i remont sanitariatów, a od przyszłego roku budynek zostanie udostępniony naszym seniorom.

W ramach zajęć dzienny dom oferował będzie usługi socjalne, edukacyjne, kulturalno-oświatowe, sportowo-rekreacyjne, kulinarne, aktywności ruchowej lub kinezyterapii (leczenie ruchem), aktywizujące społecznie (m.in. poprzez wolontariat międzypokoleniowy) i terapii zajęciowej. (red) Zd. UG Niegowa

eprasa.pl b1b786bf17

Siatkówka, PlusLiga

ALURON ODEBRAŁ SZANSE MKS-OWI NA PLAY-OFFY

MKS Ślepsk Malow Suwałki – Aluron CMC Warta Zawiercie 1:3 (20:25, 25:23, 17:25, 17:25)

(Zawiercie) W przedostatniej kolejce rundy zasadniczej siatkarze Aluronu CMC Warty Zawiercie rozgrali wyjazdowy mecz z Ślepsk Malow Suwałki. Było to spotkanie 29. kolejki PlusLigi, które zakończyło się zwycięstwem Aluronu 1:3.

W przedostatniej kolejce rundy zasadniczej siatkarze Aluronu CMC Warty Zawiercie rozgrali wyjazdowy mecz z Ślepsk Malow Suwałki. Było to spotkanie 29. kolejki PlusLigi, które zakończyło się zwycięstwem Aluronu 1:3.

W pierwszym secie zagrywka Aluronu była kluczem do wygranej. Już w pierwszej akcji Tavares zaskoczył przyjmujących gospodarzy skrótem, który wpadł w boisko bez reakcji ze strony rywali. Zawierci zbudowało przewagę po najpierw 6:8, a po chwili 8:13 po asach Miguela Tavaresa i Michała Szalachy. Przewaga ta utrzymali do końca seta, którego punkowym atakiem zakończył Dawid Konarski.

W drugi set lepiej weszli gospodarze, którzy na początku partii zbudowali przewagę i prowadzili 7:1. Przewagę wypracowaną na początku utrzymywali na przestrzeni seta, choć w połowie tej partii, przy stanie 17:13, boisko z powodu urazu musiał opuścić Paweł Halaba. Gospodarze dobrze przyjmowali, co przekładało się na skuteczność w ataku. W końcówce było nerwowo, ale atak Bartosza Filipiaka zakończył seta wynikiem 25:23.

W trzeciej secie przewagę mieli Jurajscy Rycerze. Po wyrównanym początku po którym był remis 9:9. Przy zagrywce Konarskiego Aluron uciekł z wynikiem i prowadził 9:15. Gospodarze mieli problemy w tej partii ze skończeniem ataków. Ta seria w zasadzie przesądziła o losach trzeciej partii. W ostatniej akcji zza linii 9 metra w aut uderzył Filipiak, dając zwycięstwo zawiercianom 17:25.

Czwarta partia to udany początek gości, którzy prowadzili 1:4. Dwa kolejne break pointy po atakach Kwolka i Kovačevicia oraz blok Tavaresa na Dominiku Depowskim sprawiły, że Dominik Kwapisiewicz poprosił o przerwę, gdy przegrywali już 7:3. Z czasem przewaga gości rosła i ostatecznie wygrali oni, podobnie jak w poprzedniej partii 25:17.

W piątek 31 marca o godzinie 17:30 w meczu ostatniej kolejki rundy zasadniczej Aluron CMC Warta Zawiercie podejmie we własnej hali Cuprum Lubin.

***

MKS Ślepsk Malow Suwałki – Aluron CMC Warta Zawiercie 1:3 (20:25, 25:23, 17:25, 17:25)

Składy:

Ślepsk Malow Suwałki: Andreas Takvam, Matias Sanchez, Miran Kujundzić, Cezary Sapiński, Bartosz Filipiak, Paweł Halaba – Mateusz Czunkiewicz (libero) oraz Arkadiusz Żakieta, Mariusz Magnuszewski, Adrian Buchowski, Dominik Depowski. **Trener:** Dominik Kwapisiewicz.

Aluron CMC Warta Zawiercie: Miguel Tavares Rodrigues, Bartosz Kwolek, Michał Szalacha, Dawid Konarski, Uros Kovacevic, Krzysztof Rejno – Santago Danani (libero) oraz Patryk Łaba, Marcin Waliński. **Trener**: Michał Winiarski.

MVP: Miguel Tavares.

Wynik dwudziestej dziewiątej kolejki PlusLigi:

Barkom-Każany Lwów - BBTS Bielsko-Biała 3:1

Ślepsk Malow Suwałki - Aluron CMC Warta Zawiercie 1:3

Cerrad Enea Czarni Radom - Jastrzębski Węgiel 0:3

Cuprum Lubin - LUK Lublin 1:3

Asseco Resovia Rzeszów - Trefl Gdańsk 3:1

Grupa Azoty ZAKSA Kędzierzyn-Koźle - GKS Katowice 3:0

Projekt Warszawa - Stal Nysa 3:2

PGE Skra Bełchatów - Indykpol AZS Olsztyn 0:3

Aktualna tabela PlusLigi:

1. Asseco Resovia Rzeszów	29 – 69 – 75:30
2. Jastrzębski Węgiel	29 – 67 – 76:31
3. Aluron CMC Warta Zawiercie	29 – 66 – 74:35
4. Grupa Azoty ZAKSA Kędzierzyn-Koźle	29 – 61 – 70:40
5. Projekt Warszawa	29 -59 – 68:39
6. Trefl Gdańsk	29 – 59 – 68:39
7. Indykpol AZS Olsztyn	29 – 51 – 62:42
8. Stal Nysa	30 – 44 – 54:54
9. LUK Lublin	29 – 40 – 53:62
10. PGE Skra Bełchatów	29 – 39 – 55:64
11. Ślepsk Malow Suwałki	29 – 38 – 51:59
12. GKS Katowice	29 – 32 – 41:63
13. Barkom-Każany Lwów	30 – 30 – 42:72
14. Cuprum Lubin	29 – 26 – 40:72
15. Cerrad Enea Czarni Radom	29 – 14 – 26:80
16. BBTS Bielsko-Biała	29 -8 – 22:84

Zestawy par trzydziestej (ostatniej) kolejki PlusLigi:

Aluron CMC Warta Zawiercie - Cuprum Lubin (31 marca, godzina 17:30)

GKS Katowice - Asseco Resovia Rzeszów

Grupa Azoty ZAKSA Kędzierzyn-Koźle - Jastrzębski Węgiel

Trefl Gdańsk - Projekt Warszawa

Indykpol AZS Olsztyn - Cerrad Enea Czarni Radom

BBTS Bielsko-Biała - Ślepsk Malow Suwałki

LUK Lublin - PGE Skra Bełchatów

(**tu**), **foto:** aluroncmc.pl

eprasa.pl b1b786bf17

Piłka ręczna, I liga

CZWARTE ZWYCIĘSTWO Z RZĘDU VIRETU

ASPR Zawadzkie - Viret CMC Zawiercie 32:34 (18:17)

(Zawiercie) W sobotę 25 marca Viret CMC Zawiercie rozegrał wyjazdowy mecz z ostatnią w tabeli drużyną ASPR Zawadzkie. Było to spotkanie w ramach szesnastej kolejki I ligi Piłkarzy Ręcznych gr. D, które zakończyło się zwycięstwem Viretu 34:32.

W sobotę 25 marca Viret CMC Zawiercie rozegrał wyjazdowy mecz z ostatnią w tabeli drużyną ASPR Zawadzkie. Było to spotkanie w ramach szesnastej kolejki I ligi Piłkarzy Ręcznych gr. D, które zakończyło się zwycięstwem Viretu 34:32.

Źle rozpoczęli spotkanie zawodnicy z Zawiercia, którzy po pierwszych czterech minutach przegrywali 3:0 po trzech bramkach Michała Krygowskiego. Jednak podopieczni Mariusza Szczygła szybko doprowadzili do remisu 4:4, bo już w 7 minucie. Kolejne minuty o wyrównana gra z obu stron, aż do 21 minuty w której był remis 13:13. Jednak pierwsza połowa zakończyła się prowadzeniem gości 18:17.

Druga część spotkania podobnie jak pierwsza była dość wyrównana i żadnej ze stron nie udało się zbudować bezpiecznej przewagi. W środkowej części drugiej połowy gospodarze zdołali odskoczyć na trzy bramki. Jednak ostatnie pięć minut meczu należały do Viretu, który zdołał rzucić pięć bramek nie tracąc przy tym żadnej. Co dało im wygraną w meczu 34:32.

- *Mecz był dla naszego zespołu bardzo trudny, ze względu na dodatkową motywację gospodarzy aby utrzymać się w I lidze. Nasza drużyna wykazała się ogromną determinacją i wolą walki zdobywając trzy punkty pomimo przeciwności losu. Na pochwałę zasługuje cały zespół, który w kluczowych momentach wykazał się większą dojrzałością i boiskowym charakterem. Tym bardziej cieszy kolejna wygrana i kolejne punkty na naszym koncie* - **podsumowuje trener Mariusz Szczygieł.**

W sobotę 1 kwietnia zawodnicy Viret CMC Zawiercie podejmą we własnej hali drużynę KSZO Ostrowiec Świętokrzyski. Spotkanie rozpocznie się o godzinie 17:00.

***

ASPR Zawadzkie - Viret CMC Zawiercie 32:34 (18:17)

Składy:

ASPR Zawadzkie: Mańko – Czaja, Rawecki, Damas, Zagórowicz, Damas, Padus, Wacławczyk, Widera, Wacławczyk, Witkowski, Krygowski, Przygowski, Lilien, Pacut. **Trener:** Łukasz Morzyk.

KS Viret CMC Zawiercie: Jarosz – Zagała, Wasilewski, Całujek, Matysek, Bugaj, Żarnowski, Bugajski, Dovbysh, Mrozek, Daniel, Sitkiewicz, Makaruk, Cegowski, Medwid. **Trener:** Mariusz Szczygieł.

Kary: 8:12 min.

Sędziowali: Paweł Sołtysik, Tomasz Ziablicki.

Wynik szesnastej kolejki I ligi Piłkarzy Ręcznych gr. D:

SMS ZPRP II Kielce - SPR Wisła Sandomierz 32:30

Unimetal Recycling MTS Chrzanów - SMS ZPRP I Kielce 33:29

KSZO Ostrowiec Świętokrzyski - AZS AGH Kraków 37:34

ASPR Zawadzkie - Viret CMC Zawiercie 32:34

Luxiona AZS UMCS Lublin - SPR Orzeł Przeworsk 31:33

KSSPR Końskie (pauza)

Aktualna tabela I ligi Piłkarzy Ręcznych gr. D:

1. AZS AGH Kraków	15	32	474:417
2. Unimetal Recycling MTS Chrzanów	15	32	482:426
3. KSZO Ostrowiec Świętokrzyski	15	32	504:478
4. SMS ZPRP II Kielce	14	28	464:432
5. SMS ZPRP I Kielce	14	26	494:460
6. KSSPR Końskie	13	26	439:409
7. SPR Orzeł Przeworsk	14	25	386:371
8. KS Viret CMC Zawiercie	15	17	427:444
9. SPR Wisła Sandomierz	16	12	441:497
10. Luxiona AZS UMCS Lublin	16	7	470:551
11. ASPR Zawadzkie	16	6	459:555

Zestawy par siedemnastej kolejki:

SPR Orzeł Przeworsk - ASPR Zawadzkie

KS Viret CMC Zawiercie - KSZO Ostrowiec Świętokrzyski (1 kwietnia, godzina 17:00)

AZS AGH Kraków - Unimetal Recycling MTS Chrzanów

SMS ZPRP I Kielce - SMS ZPRP II Kielce

SPR Wisła Sandomierz - KSSPR Końskie

(**tu**), **foto:** profil na FB KS-u Viret CMC Zawiercie

Piłka nożna, IV liga

KOLEJNE PUNKTY NA KONCIE MKS-U MYSZKÓW

MKS Myszków - TS Szombierki Bytom 2:1 (1:0)

(Myszków) W sobotę 25 marca MKS Myszków podejmował na własnym boisku drużynę TS-u Szombierek Bytom. Było to spotkanie w ramach osiemnastej kolejki spotkań IV ligi śląskiej, które zakończyło się zwycięstwem MKS-u 2:1.

W sobotę 25 marca MKS Myszków podejmował na własnym boisku drużynę TS-u Szombierek Bytom. Było to spotkanie w ramach osiemnastej kolejki spotkań IV ligi śląskiej, które zakończyło się zwycięstwem MKS-u 2:1. Pierwszą bramkę już w 8 minucie dla MKS-u zdobył Szymon Cuber wykorzystując zamieszanie w polu karnym. Na początku drugiej połowy spotkania do wyrównania doprowadzili piłkarze Szombierek, za sprawą Łukasza Niemca, który niepilnowany na jedenastym metrze technicznym strzałem pokonał bramkarza MKS-u. A bramkę dającą trzy punkty naszej drużynie strzelił z rzutu karnego w 87 minucie Mateusz Skibiński.

W sobotę 1 kwietnia o godzinie 17:00 MKS Myszków podejmie na własnym boisku JSP Szczakowiankę w meczu dziewiętnastej kolejki IV ligi śląskiej.

***

MKS Myszków - TS Szombierki Bytom 2:1 (1:0)

Bramki: Szymon Cuber (8'), Mateusz Skibiński (87') - Łukasz Niemiec (54').

Żółte kartki: Wiśniewski, Ściuk (z TS-u Szombierki Bytom).

Składy:

MKS Myszków: Bartosz Kucharski – Podolski, Sychowicz, Wnuk, Skrzypiński, Cuber, Skibiński, Marchewka, Marek, Terbalyan, Małolepszy. **Trener:** Robert Majchrzak.

TS Szombierki Bytom: A. Wiśniewski (75` Dorosławski), Śliwa, Kałużny, Szczepanik (65` Tsuleiskiri), Stachoń (46` Ściuk), Niemiec (80` Rusz), Kamiński, Gancarczyk, Wąsik (80` Kołodziejczyk), M. Wiśniewski, Orzeszyna. **Trener:** K. Zieleźnik.

Wyniki par osiemnastej kolejki spotkań IV ligi śląskiej:

MKS Śląsk Demarko Świętochłowice - LKS Przemsza Siewierz 1:1

KP Warta Zawiercie - GKS Piast II Gliwice 0:7

LKS Drama Zbrosławice - KS Rozwój Katowice 2:2

LKS Unia Kosztowy - Zagłębie II Sosnowiec 3:3

JSP Szczakowianka - KOS Victoria 1922 Częstochowa 2:1

LGKS 38 Podlesianka Katowice - KS Ruch Radzionków 1:1

KS Unia Dąbrowa Górnicza - GKS Unia Rędziny 1:1

MKS Myszków - TS Szombierki Bytom 2:1

Aktualna tabela IV ligi śląskiej na sezon 2022/2023:

1. LGKS 38 Podlesianka Katowice	17	35	50:24
2. KS Rozwój Katowice	18	35	44:17
3. GKS Piast II Gliwice	18	35	48:31
4. JSP Szczakowianka	17	34	36:19
5. LKS Drama Zbrosławice	18	31	41:36
6. MKS Myszków	18	30	38:28
7. KS Unia Dąbrowa Górnicza	18	29	32:27
8. KS Ruch Radzionków	18	27	49:35
9. Zagłębie II Sosnowiec	17	27	35:24
10. TS Szombierki Bytom	17	21	29:32
11. GKS Unia Rędziny	17	20	26:41
12. KOS Victoria 1922 Częstochowa	17	17	25:38
13. MKS Śląsk Demarko Świętochłowice	17	17	25:37
14. LKS Przemsza Siewierz	17	15	23:41
15. LKS Unia Kosztowy	17	8	18:41
16. KP Warta Zawiercie	17	5	19:67

Zestawy par dziewiętnastej kolejki spotkań IV ligi śląskiej:

Zagłębie II Sosnowiec - KS Rozwój Katowice

LKS Drama Zbrosławice - KS Unia Dąbrowa Górnicza

GKS Unia Rędziny - LGKS 38 Podlesianka Katowice

GKS Piast II Gliwice - MKS Śląsk Demarko Świętochłowice

MKS Myszków - JSP Szczakowianka (1 kwietnia, godzina 17:00)

KS Ruch Radzionków - KP Warta Zawiercie (1 kwietnia, godzina 17:00)

LKS Przemsza Siewierz- KOS Victoria 1922 Częstochowa (1 kwietnia, godzina 17:00)

TS Szombierki Bytom - LKS Unia Kosztowy

(**tu**), **foto:** profil na FB MKS-u Myszków

eprasa.pl b1b786bf17

Piłka nożna, A-klasa Częstochowa

PIERWSZE WIOSENNE DERBY DLA JURY NIEGOWA

(Powiat myszkowski) W ostatni weekend marca ruszyły rozgrywki w częstochowskiej A-klasie. W sobotę 25 marca LKS Skalniak Kroczyce pokonał u siebie LKS Zielonych II Żarki 2:1, a GKS Koziegłowy wygrał na wyjeździe z LKS-em Płomień Częstochowa 3:2. Natomiast w niedzielę 26 marca w derbach powiatu GKS Jura Niegowa pokonał u siebie MKS II Myszków 3:1.

W ostatni weekend marca ruszyły rozgrywki w częstochowskiej A-klasie. W sobotę 25 marca LKS Skalniak Kroczyce pokonał u siebie LKS Zielonych II Żarki 2:1. Do przerwy utrzymywał się bezbramkowy remis. Na pierwszą bramkę kibice musieli czekać do 63 minuty. Wtedy do wynik dla gości otworzył Kamil Kozik. Po kwadransie do remisu dla Kroczyc doprowadził Mateusz Kucharski. A bramkę dająca trzy punkty gospodarzom zdobył w doliczonym czasie gry Sebastian Radosz. A GKS Koziegłowy wygrał na wyjeździe z LKS-em Płomień Częstochowa 3:2. W pierwszej połowie bramki dla GKS-u strzelili Dominik Grzyb w 19 minucie i Daniel Przewieźlik w 41 minucie. A dla gospodarzy Kamil Korzeniec w 43 minucie. W drugiej połowie do remisu doprowadził w 60 minucie Kacper Pawlak. A bramkę na wagę zwycięstwa zdobył dla Koziegłów w 70 minucie Szymon Kapuściak.

Natomiast w niedzielę 26 marca w derbach powiatu GKS Jura Niegowa pokonał u siebie MKS II Myszków 3:1. Wynik spotkania w 22 minucie otworzył dla Jury Damian Kusaj. W 33 minucie na 2:0 podwyższył Michał Jawura. W doliczonym czasie gry bramkę kontaktową dla MKS-u zdobył Piotr Nowakowski. A wynik spotkania w 80 minucie ustalił strzelając na 3:1 Rafał Bacior.

W pierwszy weekend kwietnia drużyny z powiatu myszkowskiego grające w częstochowskiej A-klasie rozegrają spotkania piętnastej kolejki. W sobotę 1 kwietnia o godzinie 11:00 LKS Zieloni II Żarki podejmie u siebie KS Stradom Częstochowa, a o godzinie 16:30 GKS Koziegłowy zagra u siebie z LKS-em Skalniakiem Kroczyce, a Jura Niegowa na wyjeździe zagra z KS-em Piastem Przyrów. Natomiast w niedzielę 2 kwietnia o godzinie 15:30 MKS II Myszków u siebie podejmie LKS Płomień Częstochowa.

***

LKS Skalniak Kroczyce - LKS Zieloni II Żarki 2:1 (0:0)

Bramki: Mateusz Kucharski (78'), Sebastian Radosz (90'+2) - Kamil Kozik (63').

Żółte kartki: Mateusz Kucharski (z LKS-u Skalniaka Kroczyce).

Składy:

LKS Skalniak Kroczyce: Kamil Jastrząbek - Santiago Alvis Cortes, Mariusz Dobrowolski (64' Szymon Kiszel), Radosław Dudek, Michał Sołtysik, Paweł Spyra, Michał Kurek (46' Yevhenii Oliinyk), Oskar Dario Mena Quejada (46' Daniel Rygalik), Dawid Mroziński, Sebastian Radosz (90'+3 Wiktor Knapik), Mateusz Kucharski. **Trener:** Dawid Gajecki.

LKS Zieloni II Żarki: Franciszek Suchecki - Piotr Wichrowski, Krzysztof Czerwik, Igor Garbacz, Wiktor Gordel, Wiktor Gwardyś (90' Łukasz Bednarski), Dominik Konieczniak, Piotr Kot (80' Bartłomiej Knera), Kamil Kozik, Kacper Krawczyk, Karol Pedoła. Trener: Sebastian Szczepankiewicz.

***

LKS Płomień Częstochowa - GKS Koziegłowy 2:3 (1:2)

Bramki: Kamil Korzeniec (43'), Kacper Pawlak (60') - Dominik Grzyb (19'), Daniel Przewieźlik (41'), Szymon Kapuściak (70').

Żółte kartki: Jakub Jędrzejczak, Taras Kogut - Damian Chłąd, Samuel Noszczyk, Dominik Grzyb, Oskar Dul, Kacper Cieślar.

Składy:

LKS Płomień Częstochowa: Leonid Balitskyi - Mariusz Błaszczyk , Marek Dziadczyk, Jakub Jędrzejczak, Adrian Klepczyński, Taras Kogut, Kamil Korzeniec, Dominik Musiał (83' Robert Janus), Piotr Nowicki, Kacper Pawlak, David Tinuoye. **Trener:** Adrian Klepczyński.

GKS Koziegłowy: Dawid Pietrusiński - Daniel Przewieźlik, Michał Suliga, Tomasz Wacowski, Dawid Lampa (50' Damian Kupicha), Mikołaj Morawski, Samuel Noszczyk (50' Dawid Szatan), Szymon Kapuściak, Szymon Kluczny (50' Oskar Dul), Damian Chłąd, Dominik Grzyb (89' Kacper Cieślar). **Trener:** Daniel Przewieźlik.

***

GKS Jura - MKS II Myszków 3:1 (2:1)

Bramki: Damian Kusaj (22'), Michał Jawura (33'), Rafał Bacior (80') - Piotr Nowakowski (45'+1).

Żółte kartki: Mateusz Pilis, Damian Kusaj (obaj z Jury Niegowa).

Składy:

GKS Jura: Bartłomiej Gęsikowski - Hubert Kot (77' Mateusz Idziak), Albert Włodarski, Sebastian Lamch, Daniel Lipiński, Szymon Milczarek (68' Damian Dratwa), Kacper Pilis, Mateusz Pilis (52' Rafał Bacior), Norbert Pilis, Michał Jawura, Damian Kusaj (82' Konrad Pikuła). **Trener:** Przemysław Lamch.

MKS II Myszków: Bartosz Ptak - Jakub Świeboda, Igor Szczepaniak, Zahladko Vladyslav, Tymoteusz Podlejski, Kacper Dąbrowski, Bartosz Duda (46' Bartłomiej Duda), Dominik Jankowski, Kamil Kiełbik (74' Jakub Wosik), Bartosz Marędowski, Piotr Nowakowski. **Trener:** Piotr Nowakowski.

Wyniki par czternastej kolejki częstochowskiej A-klasie:

MLKS Pilica Koniecpol - GLKS Sokół Olsztyn 4:0

KS Stradom Częstochowa - KS Olimpia Huta Stara 2:2

LKS Skalniak Kroczyce - LKS Zieloni II Żarki 2:1

LKS Płomień Częstochowa - GKS Koziegłowy 2:3

KS Metal Rzeki Wielkie - KS Piast Przyrów 3:2

KS Złoty Potok - LKS Kamienica Polska 0:8

GKS Jura - MKS II Myszków 3:1

Aktualna tabela częstochowskiej A-klasie:

1. LKS Kamienica Polska	14 - 34 - 59:14
2. KS Stradom Częstochowa	14 - 33 - 47:13
3. LKS Skalniak Kroczyce	14 - 31 - 34:21
4. GKS Jura	14 - 27 - 30:17
5. KS Olimpia Huta Stara	14 - 25 - 41:26
6. GLKS Sokół Olsztyn	14 - 21 - 17:39
7. GKS Koziegłowy	14 - 20 - 24:23
8. MLKS Pilica Koniecpol	14 - 18 - 16:19
9. LKS Zieloni II Żarki	14 - 15 - 31:36
10. LKS Płomień Częstochowa	14 - 14 - 27:33
11. KS Metal Rzeki Wielkie	14 - 13 - 20:42
12. KS Piast Przyrów	14 - 12 - 24:35
13. KS Złoty Potok	14 - 10 - 17:46
14. MKS II Myszków	14 - 10 - 9:32

Zestaw par piętnastej kolejki częstochowskiej A-klasie:

LKS Zieloni II Żarki - KS Stradom Częstochowa (1 kwietnia, godzina 11:00)

KS Metal Rzeki Wielkie - KS Złoty Potok

KS Olimpia Huta Stara - MLKS Pilica Koniecpol

KS Piast Przyrów - GKS Jura (1 kwietnia, godzina 16:30)

GKS Koziegłowy - LKS Skalniak Kroczyce (1 kwietnia, godzina 16:30)

GLKS Sokół Olsztyn - LKS Kamienica Polska

MKS II Myszków - LKS Płomień Częstochowa (2 kwietnia, godzina 15:30) (**tu**), **foto:** profil na FB LKS Płomień Częstochowa

eprasa.pl b1b786bf17

Piłka nożna, liga okręgowa

BEZ PUNKTÓW NA INAUGURACJĘ

LKS Zieloni Żarki - MGLKS Liswarta Krzepice 0:4 (0:2)

(Żarki) W sobotę 25 marca w pierwszym meczu rundy rewanżowej Zieloni Żarki zagrali na własnym boisku z MGLKS-em Liswartą Krzepice. Po hat-tricku Przemysława Mońki i jednej bramce Grzegorza Nogi Zieloni przegrali 0:4.

W sobotę 25 marca w pierwszym meczu rundy rewanżowej Zieloni Żarki zagrali na własnym boisku z MGLKS-em Liswartą Krzepice. Po hat-tricku Przemysława Mońki i jednej bramce Grzegorza Nogi Zieloni przegrali 0:4. Do przerwy Żarki przegrywały 0:2 po dwóch bramkach Przemysława Mońki w 24 i 38 minucie. W drugiej połowie Mońka skompletował hat-tricka strzelając w 72 minucie, a wynik meczu w 81 ustalił Grzegorz Noga.

W pierwszą niedzielę kwietnia piłkarze Zielonych Żarki rozegrają wyjazdowy mecz ze Spartą Szczekociny. Początek spotkania zaplanowany jest na godzinę 17:00.

***

LKS Zieloni Żarki - MGLKS Liswarta Krzepice 0:4 (0:2)

Bramki: Przemysław Mońka (24', 38', 72'), Grzegorz Noga (81').

Żółte kartki: Kamil Trójczak, Mateusz Niedbała (obaj z Zielonych Żarki).

Składy:

LKS Zieloni Żarki: Wiktor Pikuła - Jarogniew Tabaka (56' Kamil Trójczak), Damian Garcarz, Norbert Gradzik, Jakub Juzoń, Mateusz Kopecki, Mateusz Kot, Kamil Kurpios, Bartłomiej Mazanek, Mateusz Niedbała, Dawid Olczyk. **Trener:** Mateusz Gawroński.

MGLKS Liswarta Krzepice: Wiktor Krzemiński - Mariusz Pawelec, Wojciech Popczyk (85' Kacper Skalik), Kamil Sajecki (89' Mateusz Spaczyński), Jakub Troczka, Gabriel Banasik, Kamil Ciapa, Rafał Kasprzak (75' Tobiasz Pokora), Łukasz Kilan, Grzegorz Noga (87' Mateusz Pawelec), Przemysław Mońka. **Trener:** Tomasz Juszczyk.

Wyniki par siedemnastej kolejki częstochowskiej ligi okręgowej „ZINA Częstochowa-Lubliniec" Grupa 2:

MLKS Znicz Kłobuck - MLKS Sparta Szczekociny 6:0

KS Skra II Częstochowa S.A. - GLKS Lot Konopiska 0:2

LKS Jedność Boronów - KS Panki 5:4

LKS Lotnik Kościelec - LKS Warta Kamieńskie Młyny 2:0

LKS Sparta Lubliniec - KS Orzeł Kiedrzyn 0:1

MLKS Woźniki - GKS Czarni Starcza 4:2

LKS Zieloni Żarki - MGLKS Liswarta Krzepice 0:4

LKS Warta Mstów - LKS Amator Golce 1:3

Aktualna tabela częstochowskiej ligi okręgowej „ZINA Częstochowa-Lubliniec" Grupa 2:

1. MLKS Znicz Kłobuck	17 - 45 - 60:11
2. LKS Lotnik Kościelec	17 - 32 - 28:15
3. LKS Zieloni Żarki	16 - 32 - 24:17
4. MLKS Woźniki	17 - 29 - 38:30
5. MGLKS Liswarta Krzepice	17 - 28 - 33:25
6. KS Panki	17 - 27 - 30:29
7. GLKS Lot Konopiska	17 - 27 - 29:30
8. LKS Jedność Boronów	17 - 26 - 26:25
9. KS Skra II Częstochowa S.A.	17 - 25 - 35:22
10. MLKS Sparta Szczekociny	17 - 25 - 31:35
11. LKS Amator Golce	17 - 22 - 36:51
12. KS Orzeł Kiedrzyn	17 - 20 - 32:35
13. LKS Warta Kamieńskie Młyny	17 - 19 - 26:28
14. LKS Warta Mstów	17 - 13 - 21:41
15. GKS Czarni Starcza	16 - 10 - 26:44
16. LKS Sparta Lubliniec	17 - 8 - 24:61

Zestawy par osiemnastej kolejki częstochowskiej ligi okręgowej „ZINA Częstochowa-Lubliniec" Grupa 2:

LKS Warta Mstów - MLKS Znicz Kłobuck

MGLKS Liswarta Krzepice - MLKS Woźniki

GKS Czarni Starcza - KS Skra II Częstochowa S.A.

GLKS Lot Konopiska - KS Orzeł Kiedrzyn

LKS Sparta Lubliniec - LKS Lotnik Kościelec

LKS Warta Kamieńskie Młyny - LKS Jedność Boronów

KS Panki - LKS Amator Golce

MLKS Sparta Szczekociny - LKS Zieloni Żarki (2 kwietnia, godzina 17:00) (**tu**), **foto:** profil na FB Zielonych Żarki

Piłka nożna, III liga kobiet

WYSOKA PORAŻKA Z REZERWAMI CZARNYCH SOSNOWIEC

KKS Czarni II Sosnowiec - MKS Myszków 10:0 (5:0)

(Myszków) W niedzielę 26 marca wznowiły rozgrywki drużyny grające w trzeciej lidze kobiet grupy 3. Nasz powiat w tej klasie reprezentuje MKS Myszków, który w pierwszym meczu zmierzyły się z niepokonaną do tej pory drużna KKS-u Czarni II Sosnowiec. Niestety dla naszej drużyny mecz zakończył się zwycięstwem gospodyń aż 10:0.

W niedzielę 26 marca wznowiły rozgrywki drużyny grające w trzeciej lidze kobiet grupy 3. Nasz powiat w tej klasie reprezentuje MKS Myszków, który w pierwszym meczu zmierzyły się z niepokonaną do tej pory drużna KKS-u Czarni II Sosnowiec. Niestety dla naszej drużyny mecz zakończył się zwycięstwem gospodyń aż 10:0.

W niedzielę 2 kwietnia o godzinie 13:00 zawodniczki MKS-u Myszków podejmą na własnym boisku drużynę TS-u Mitech Żywiec.

Wyniki spotkań dwunastej kolejki spotkań III ligi kobiet grupy 3:

TS Mitech Żywiec - LKS Plon Błotnica Strzelecka 1:2

KKS Górnik Zabrze - LKS Goczałkowice 4:1

Chrobry Głogów S.A. - MUKS PS Kostrzyn/O

KKS Czarni II Sosnowiec - MKS Myszków 10:0

Tabela trzeciej ligi kobiet grupy 3:

1. KKS Czarni II Sosnowiec	10 - 30 - 64:6
2. MKS Myszków	10 - 21 - 28:24
3. TS Mitech Żywiec	10 - 20 - 33:24
4. KKS Górnik Zabrze	10 - 14 - 28:28
5. LKS Goczałkowice	10 - 14 - 27:23
6. KP GKS Tychy S.A.	9 - 9 - 23:27
7. MUKS PS Kostrzyn/O	9 - 8 - 13:23
8. KS Unia Opole	9 - 8 - 14:26
9. Chrobry Głogów S.A.	9 - 7 - 10:34
10. LKS Plon Błotnica Strzelecka	10 - 7 - 16:41

Zestawy par trzynastej kolejki spotkań III ligi kobiet grupy 3:

LKS PLON Błotnica Strzelecka - KP GKS Tychy S.A.

MKS Myszków - TS Mitech Żywiec (2 kwietnia, godzina 13:00)

KKS Czarni II Sosnowiec - KKS Górnik Zabrze

KS Unia Opole - LKS Goczałkowice (**tu**)

eprasa.pl b1b786bf17

OGŁOSZENIA DROBNE

USŁUGI

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

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 lub wynajem 724-782-830

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

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

Usługi asenizacyjne tel. 602-873-777

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

CZYSZCZENIE DYWANÓW, tapicerek, SPRZĄTANIE. Tel. 504-369-534

TAXI SENIOR! przewóz do przychodni, lekarza. Samochód dostosowany dla osób niepełnosprawnych. 517-557-974

Transport BUS 3,5 tony, przeprowadzki. 517-557-974

Przycinanie tui żywopłotów tel. 600-826-895

USŁUGI BUDOWLANE

DACHY więźby, usługi dekarskie, podbitki, zadaszenia tarasów. 508-454-992

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

MUROWANIE, tynki, ogrodzenia. Tel. 603-075-050

MALOWANIE, gipsowanie, płytki, struktura, sufity podwieszane. Tel. 603-075-050

AZBEST demontaż i utylizacja 791-973-030

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

Wykonam drobne roboty budowlano-ogrodzeniowe. Tanio. 739-067-132

Zajmujemy się budową obiektów „pod klucz". Oferujemy pełen wachlarz usług budowlanych i instalatorskich. Zapraszamy do kontaktu 730-558-666

REMONTY, kafelkowanie 695-774-479

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

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

USŁUGI BUDOWLANE, TEL. 730-558-666

Wykonuję świadectwa charakterystyki energetycznej obowiązkowe od 28 kwietnia 2023! 691-298-811

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

Budowy, remonty, docieplenia, malowanie elewacji i adaptacja poddaszy tel. 517-021-758

Tynki tradycyjne wapienno- cementowe, ręcznie. 507-313-693

Montaż ogrodzeń betonowych tel.515-126-709

Montaż pieców gazowyc, instalacji gaz. woda C.O. 601-740-919

Wykonujemy więźby dachowe, pokrycia z blach, dachówek, gontów i pap. Montujemy podbitki,rynny i obróbki blacharskie. Zajmujemy się też murarką. Organizujeny materiały. Tel. 501-510-619

Usługi koparko- ładowarką z wywrotką, minikoparką. Roboty ziemne, wyburzenia, transport materiałów, sprzedaż kruszywa. tel.508-830-837

Malowanie ogrodzenia elewacji 600-826-895

UsługiRemontowo- Budowlane łazienki, hydraulika, płyty kartongips tel. 795-628-513

DZIAŁ BUDOWLANY

Wynajem osuszacza powierza, aerator, zageszczarki i inne tel 501-482-958

DOM i OGRÓD

Sprzedam drewno łupane liściaste i iglaste 661-050-665

Ziemia ogrodowa. Każda ilość. 605-396-015

DAM PRACĘ

Zakład Mięsny w Siedlcu gm. Janów zatrudni masaży oraz pracowników do przyuczenia tel. 601-537-269

Zatrudnię brukarza z kat. B tel. 692-707-229

Do biura- firma budowlana. Tel. 513-076-860

PPH Lemi zatrudni na stanowisko monter obuwia- ćwiekowanie, klejenie, drasanie- tylko z doświadczeniem tel. 505-435-381, 601-997-271

Producent Choinek zatrudni osoby na stanowisko: składacz choinek, praca całoroczna w Mysłowie. tel. 502-276-559

Zakład Mięsny w Siedlcu gm. Janów zatrudni pracowników fizycznych tel. 601-537-269

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

Przyjmę pana do prac porządkowych przy budynkach wielolokalowych- może być rencista, emeryt lub z grupą tel. 662-079-468

Przyjmę do prac ogólnobudowlanych, wykończeniowych, dociepleń; również do przyuczenia. Atrakcyjne warunki. Ubezpieczenie. Praca cały rok. tel. 508-830-837

Poszukujemy pracownika do dociepleń oraz pomocnik budowlany, praca cały rok tel. 508-504-431

Zatrudnię osobę dorywczo do prac ogrodowo- porządkowych przy posesji w okolicach Siewierza tel. 886-410-873

Firma MATPOL w Mysłowie zatrudni kobiety Przy produkcji choinek - stanowisko gałęziarka Tel 502-276-559

SZUKAM PRACY

Kierowca szuka pracy na kraju kat. B C tel. 570-512-253

SPRZEDAM

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

Sprzedam Franię i wirówkę. 661-682-280

Sprzedam maszyny do szycia obuwia tel. 506-354-873

Sprzedam piecyk gazowy + dwie butle z gazem tel. 506-354-873

Sprzedam łóżko rehabilitacyjne tanio z pilotem automatycznym oraz WC dla seniora tel. 576-596-165

Węgiel ekogroszek, eko-miał. 605-396-015

Sprzedam grzejnik łazienkowy drabinka i dwa pokojowe płytowe nowe białe tel. 793-026-580

Regały sklepowe, tanio! 661-682-280

Rower damka i górski. 661-682-280

Z powodu wyprowadzki sprzedam wyposażenie domu tanio> Dywany, zegary kominkowe obrazy i instrumenty muzyczne klawiszowe firany, pralkę za 1/2 ceny tel. 887-944-362

Dwie pufy bardzo tanio. 530-852-268

KUPIĘ

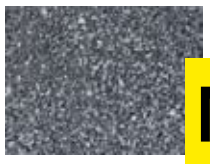
Kupię złom, AGD. 661-682-280

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

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

NAJTANIEJ!
NAJSZYBCIEJ!
NAJLEPIEJ!
- 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 1500 zł/tona

DAREX PHU
PRZYJMĘ
kierowcę na
Polska- Norwegia
Informacja tel. 604/ 409-779

OGŁOSZENIA DROBNE PRZYJMOWANE SĄ DO ŚRODY KAŻDEGO TYGODNIA DO GODZ. 16.00

eprasa.pl b1b786bf17

OGŁOSZENIA

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

Skupuję wyposażenie sklepów i hurtowni! 517-557-974

STARE: porcelana, szkło i podobne. 601-080-149

NIERUCHOMOŚCI

Biuro Nieruchomości SIKOMAS Pośrednictwo w sprzedaży, kredyty. 667-981-112

NIERUCHOMOŚĆ- DO WYNAJĘCIA

Wynajmę mieszkanie w centrum Myszkowa, 3 pokoje 64m2 5 minut od dworca, cena 2000 zł + czynsz tel. 507-431-527

Do wynajęcia lokal (mieszkanie) Żarki. Centrum, 70mkw. 600-874-653

Sprzedam działki budowlane zalesione w Żarkach Letnisko o pow. około 1000m2, 1500m2, 4000m2 i większe na inwestycje tel. 789-081-508

Wynajmę mieszkanie w Myszkowie, kawalarkę na umowę okazjonalną tel. 504-393-947

Wynajmę domek w Przybynowie tel. 519-672-928

NIERUCHOMOŚĆ- SPRZEDAM

Dom nowy okolice Myszkowa 130m2/960m2 445 tysięcy. 604-323-822

Wynajmę (całość albo część) lub sprzedam nieruchomość (była szwalnia): mieszkanie 250mkw, produkcyjna 350mkw, magazyn 400mkw w Porębie. 601-546-705

Sprzedam M3- 34m2 drugie piętro, 189 tys zł. tel. 518-731-417

Działka Myszków okolica 4,500 m2 szer. 24 135 tys. zł tel. 604-323-822

Dom 110 mkw, góra do adaptacji, ocieplona. Działka 1380 mkw, garaż i 2 budynki gospodarcze. Myszków ul. Dworska. cena 400.000zł, 509-451-220

Sprzedam nieużytek zalesiony na Jurze tel. 508-384-281

Dom Myszków-Mljaczów. Możliwa zamiana na samodzielne mieszkanie. 601-899-898

Sprzedam M4, Myszków ul. 11 Listopada, wielka płyta, koło szkoły podstawowej nr 5 Tel. 698-949-601

MOTORYZACJA

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

AUTO- SPRZEDAM

Sprzedam przyczepkę do samochodu bez rejestracji tel. 783-297-518

VW Passat 1,8 Turbo 2000r. full opcja w gazie 660-214-719

BMW E 46 320D, 150 KM 2004r. cena 13.000 zł tel. 731-829-842

Toyota RAV 4x4 2005r. Diesel 2L czarna bezwypadkowy 602-666-855

Suzuki 4x4 2006r. 2 L benzyna czarny bezwypadkowy 602-666-855

Audi A4 B6 rok 2004 Combi 1,9 TDI tel. 723-348-787

AUTO- MOTO CZĘŚCI- SPRZEDAM

Opony letnie 215x55x17", 215x65x16" Felgi Alu 15x5 Ford Volvo 602-666-855

AUTO- KUPIĘ

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

SPRZEDAM MASZYNY ROLNICZE

Sprzedam wóz ciągnikowy kompletny stan bardzo dobry tel. 602-313-543.

KUPIĘ MASZYNY ROLNICZE

Kupię Ursus C330 tel. 510-457-029.

ROLNICTWO

Sprzedam zboże i siano tel. 608-436-062.

Sprzedam siano w kostkach i pszenicę tel. 885-804-369.

Łubin gorzki odmieniany sprzedam. 697-688-375.

Sprzedam łubin, groch, gorczyca, facelia- materiał siewny tel. 504-123-915.

Sprzedam siano 572-944-910.

Łubin sprzedam. 798-899-245, 343154834.

Sprzedam siano i potraw w balach 120 x 120 tel. 572-147-818.

Sprzedam opryskiwacz 300 Litrów, przewracarka gwiaździsta- 7, przewracarka taśmowa, siano potraw kostka tel. 882-249-322.

Grunty rolne, nieużytki- KUPIĘ. 667-981-112.

Sprzedam pszczoły w ulach wielkopolskich 795-225-362.

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

Radca Prawny Jadwiga Kwiecień Kancelaria Prawna Sp.k Myszków 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, upadłość konsumencka.

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

ZWIERZĘTA- ODDAM

Oddam psa rudego długowłosego tel. 514-178-041.

MATRYMONIALNE

Poznam Panią do 50 lat stanu wolnego tel. 571-573-334.

Mieszkania do wynajęcia Myszków tel. 602398386

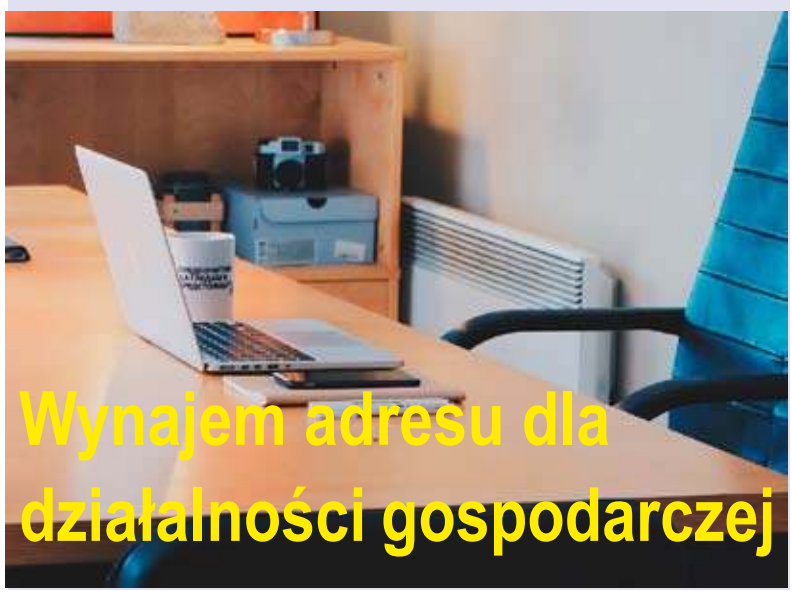
Informuje się, że w siedzibie Urzędu Miasta Myszkowa przy ulicy Kościuszki nr 26 został wywieszony na okres 21 dni tj. w terminie od 29.03.2023 r. do 19.04.2023 r. **wykaz Nr 6/2023 nieruchomości, położonych w Myszkowie (obręb Myszków) stanowiący zasób nieruchomości Gminy Myszków, które Burmistrz Miasta Myszkowa przeznaczył do wydzierżawienia.** Wykaz Nr 6/2023 został zamieszczony na stronie internetowej Urzędu Miasta Myszkowa www.miastomyszkow.pl. (ścieżka BIP - Prawo miejscowe-– Ogłoszenia i komunikaty

Informuje się, że w siedzibie Urzędu Miasta Myszkowa przy ulicy Kościuszki nr 26 został wywieszony na okres 21 dni tj. w terminie od 23.03.2023r. do 13.04.2023r. **Wykaz Nr 1/2023**, dot. nieruchomości niezabudowanych, położonych w Myszkowie (obręb Myszków) przy ul. 1 Maja i ul. Partyzantów, wchodzących w skład zasobu Gminy Myszków, **przeznaczonych do sprzedaży**. Wykaz Nr 1/2023 został zamieszczony na stronie internetowej Urzędu Miasta Myszkowa www.miastomyszkow.pl. (ścieżka BIP - Prawo miejscowe - Ogłoszenia i informacje)

Gwarantujemy Państwu pakiet usług koniecznych do prowadzenia i funkcjonowania firmy: m.in.
- zarejestrowanie firmy pod adresem w Myszkowie
- obsługę korespondencji przychodzącej

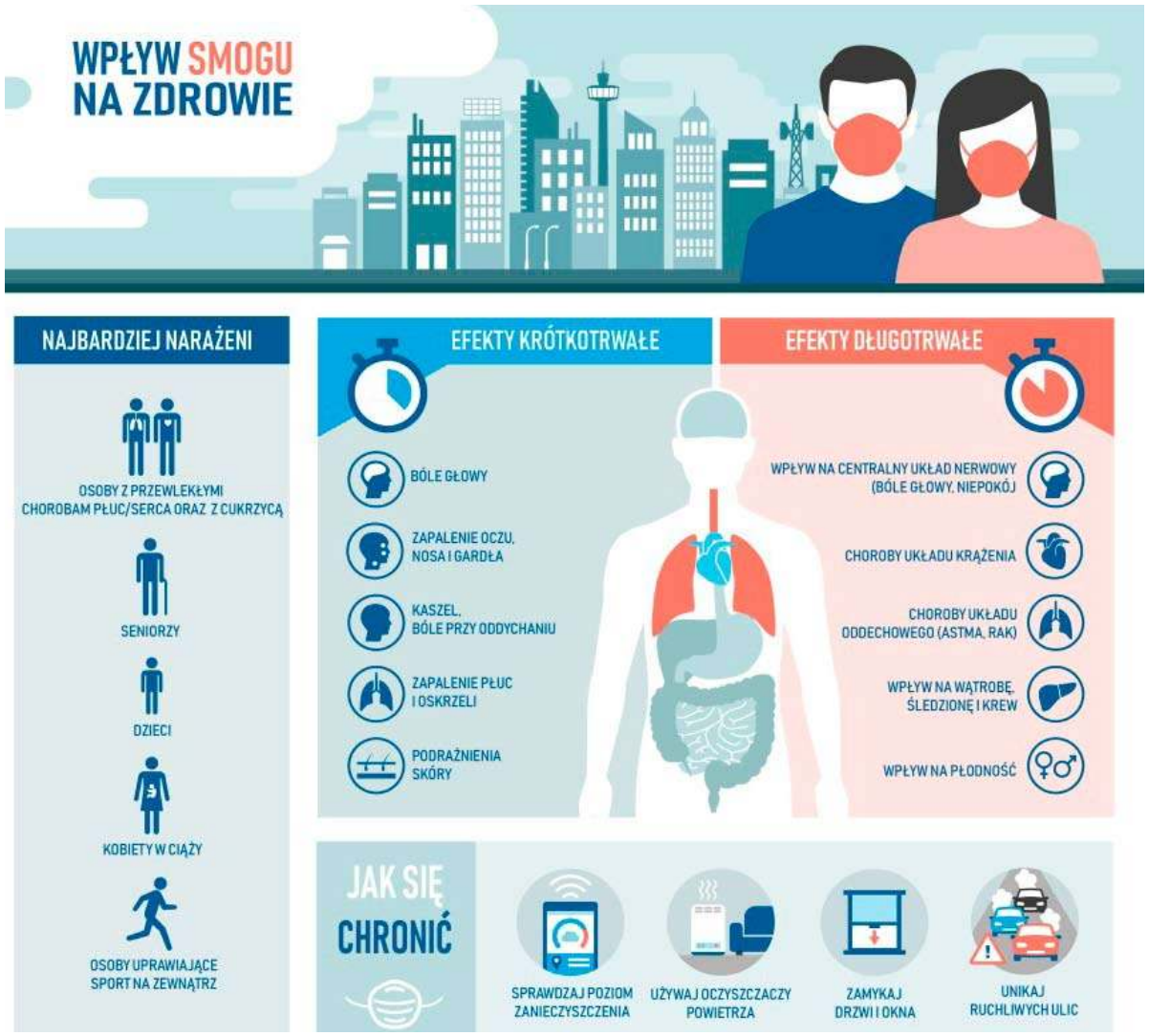
Jeżeli boisz się kosztów wynajmu lokalu, niech chcesz kontroli skarbowej w domu to jest to dla Ciebie idealne rozwiązanie.

Mamy do wybory 3 pakiety. Szczegóły pod numerem telefonu 602-514-030



OGŁOSZENIA DROBNE PRZYJMOWANE SĄ DO ŚRODY KAŻDEGO TYGODNIA DO GODZ. 16.00

eprasa.pl b1b786bf17



Czytanie książek już niemowlakom ułatwia im opanowanie języka

Efekty są jeszcze lepsze, jeśli rodzice czytają regularnie

Regularne czytanie książek nawet niemowlętom w wieku poniżej 12 miesięcy ułatwia im opanowanie umiejętności językowych – dowiedli naukowcy z Marshall University School of Medicine. Dotychczas było to potwierdzone u starszych dzieci. Ważna jest jednak systematyczność – rodzice, którzy zobowiązali się czytać jedną książkę dziennie, notowali lepsze postępy językowe swoich pociech. Tymczasem problem opóźnionego rozwoju mowy może dotyczyć nawet 15 proc. polskich dzieci i nie wszystkim udaje się szybko dogonić rówieśników.

– Pomysł na nasze badanie wziął się z faktu, że brakuje materiałów potwierdzających korzyści z czytania w grupie niemowląt w pierwszym roku życia. Formułę badania wymyśliła moja żona, która jest logopedą, w oparciu o wiedzę o korzyściach, jakie przynosi czytanie dzieciom powyżej pierwszego roku życia. Należą do nich szybszy rozwój języka, osiąganie lepszych wyników w nauce i budowanie lepszych relacji z dorosłymi w ich życiu – wyjaśnia w rozmowie z agencją Newseria Innowacje Adam Franks, lekarz rodzinny, profesor na Wydziale Zdrowia Rodzinnego i Społecznego Marshall University School of Medicine w amerykańskim Huntington w Wirginii Zachodniej.

Jak podkreślają eksperci na podstawie licznych badań prowadzonych wcześniej na ten temat, głośne czytanie nej książki dziennie. W trzeciej grupie znalazły się niemowlęta z grupy moich ciężarnych pacjentek, a więc pacjenci, którymi opiekowałem się jeszcze, zanim przyszli na świat. Dało mi to szansę pokazania matkom jeszcze podczas ciąży klipu filmowego na temat roli wspierania rozwoju mózgu w pierwszym roku życia. Rodzice w tej grupie również otrzymali 20 książeczek i zobowiązali się do czytania przynajmniej jednej dziennie – mówi ekspert.

Badanie wskazało, że regularne czytanie siedmiu książek tygodniowo prowadziło do lepszych wyników językowych we wszystkich aspektach – ekspresyjnym, receptywnym i łączonym – po dziewięciu miesiącach niż czytanie czasami, czyli mniej niż siedmiu książek tygodniowo. Wczesne, konsekwentne czytanie dziecku książek ułatwia więc

dzieciom rozwija u nich umiejętności czytania i pisania, poprawia przyswajanie słownictwa, co może stanowić podstawę sukcesów w szkole i w późniejszym życiu zawodowym. Co istotne, zacieśnia również więź między rodzicami a dzieckiem, co poprawia ich relacje także na zewnątrz, poza rodziną. Efekty głośnego czytania dzieciom mogą jednak zależeć od tego, kiedy rodzic zacznie to robić.

– Badanie przeprowadziliśmy na małych pacjentach, którzy odwiedzają mnie w ramach mojej praktyki lekarza rodzinnego. Przy każdej z regularnych wizyt – w wieku dwóch tygodni, dwóch miesięcy, czterech, sześciu, dziewięciu i dwunastu miesięcy – wykonywano badanie oceniające sprawność funkcji ekspresyjnych i receptywnych języka: czyli dotyczących komunikowania się ze światem i związanych z odbieraniem informacji ze świata – mówi Adam Franks.

Podczas randomizowanego badania rodzice lub opiekunowie otrzymali zestaw 20 książek dla dzieci. Były to specjalnie wybrane pozycje wspierające wczesny rozwój języka i interakcję z mediami drukowanymi. Uczestnicy badania zostali podzieleni na trzy grupy. Pierwsza grupa rodziców otrzymała 20 książeczek, ale bez żadnych wytycznych dotyczących ich czytania.

– Druga grupa otrzymała te same 20 książeczek, a rodzice zobowiązali się do czytania dziecku przynajmniej jed- opanowanie umiejętności językowych już w wieku dziewięciu miesięcy.

– W badaniu chodziło również o to, aby zachęcić rodziców do tego, by czytali swoim dzieciom częściej i bardziej regularnie. Taki był cel zobowiązania ich do czytania jednej książki dziennie i pokazywania im filmu o korzyściach ze wspierania rozwoju mózgu w pierwszym roku życia. Okazało się, że film nie pomógł szczególnie bardziej niż zobowiązanie rodziców do czytania jednej książeczki dziennie. To udało nam się ustalić – uzyskanie zobowiązania zwiększyło liczbę książeczek czytanych dzieciom przez rodziców i regularność tego czytania. Chociaż nie badaliśmy dokładnie tego aspektu, to jako lekarz rodzinny i lekarz podstawowej opieki zdrowotnej uważam, że obecność kogoś, kto zna rodziców i zmotywuje ich do regularności, może bardzo pomóc uzyskać dobre efekty – ocenia ekspert Marshall University School of Medicine.

Z badania przeprowadzonego kilka lat temu przez Instytut Badań Edukacyjnych w pięciu polskich aglomeracjach wynika, że opóźniony rozwój mowy może dotyczyć ok. 15 proc. dwulatków. 60 proc. dzieci z opóźnionym rozwojem mowy miało w późniejszym wieku zaburzenia językowe. Do samoistnego nadrobienia opóźnień doszło tylko u 18 proc. dzieci.

(red) Neweseria
zd. przykładowe Pixabay

REKLAMA

KURIER ZAWIERCIAŃSKI

TEL. 34 313 71 20

JAK ZAMÓWIĆ OGŁOSZENIE

Zachęcamy do zlecania nam ogłoszeń drobnych i reklam telefonicznie: 34 3137120 Wyślij sms-em treść ogłoszenia, z informacją przez ile tygodni ma się ukazywać na nr: 536 334 438 lub
mailowo: reklama@gazetamyszkowska.pl Odeślemy wycenę, poprosimy o wpłatę.
Nr konta do wpłat: MyszPress 51 2490 0005 0000 4530 6719 7466 W polu „tytułem" wpisujemy nr telefonu z ogłoszenia lub nr zlecenia.
Ogłoszenie drobne zamówione przez www.gazetamyszkowska.pl od razu ukaże się w internecie i kolejnych wydaniach Gazety Myszkowskiej.

eprasa.pl b1b786bf17

Rekordowa liczba zachorowań na kleszczowe zapalenie mózgu

Coraz łagodniejsze zimy i brak mrozów powodują, że wydłużył się okres aktywności kleszczy. Obecnie te pajęczaki żerują już przez cały rok i występują na terenie całej Polski, dlatego każda osoba jest potencjalnie narażona na ukłucie kleszczy i przenoszone przez nie choroby. Jedną z najgroźniejszych jest kleszczowe zapalenie mózgu. Według Europejskiego Centrum ds. Zapobiegania i Kontroli Chorób (ECDC) ubiegły rok okazał się rekordowy pod względem liczby zakażeń wirusem KZM w krajach europejskich. Dlatego lekarze i eksperci przypominają o szczepieniach, które są jedyną formą profilaktyki tej choroby.

Liczba przypadków KZM rośnie z każdym rokiem w całej Europie. W Polsce najnowsze dane również wskazują na rekordowy wzrost zakażeń oraz groźnych powikłań wywoływanych tą chorobą. Jednak, jak podkreślają eksperci, liczba przypadków może być niedoszacowana, ponieważ nie są one dokładnie raportowane.

– Od kilkunastu lat obserwujemy gwałtowny wzrost zachorowań na kleszczowe zapalenie mózgu, czego główną przyczyną są zmiany w środowisku – mówi prof. dr hab. n. med. Joanna Zajkowska, specjalistka chorób zakaźnych z Kliniki Chorób Zakaźnych i Neuroinfekcji Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku. – Zmiany klimatyczne, czyli łagodne zimy, sprzyjają mnożeniu się drobnych gryzoni, a w efekcie przetrwaniu kleszczy, dla których to jest najważniejszy żywiciel. Z kolei cieplejsze wiosny wydłużają okres ich żerowania, więc aktywność kleszczy obserwujemy już przez cały rok.

KZM to ostra choroba wirusowa, która atakuje mózg i ośrodkowy układ nerwowy. Według Światowej Organizacji Zdrowia u 35–58 proc. pacjentów prowadzi ona do trwałych następstw neurologicznych, a w 1–4 proc. przypadków – do zgonu. Każdego roku odnotowywanych jest kilkaset ciężkich przypadków kleszczowego zapalenia mózgu wymagających hospitalizacji.

– Każde zakażenie wirusem kleszczowego zapalenia mózgu jest groźne – podkreśla Agnieszka Motyl, dyrektor Działu Jakości i Standardów Medycznych, specjalista medycyny rodzinnej i epidemiolog w Medicoverze. – Pomimo że 1/3 z tych zakażeń przebiega bezobjawowo, to pozostała część to zakażenia objawowe. W ok. 30 proc. przypadków infekcja przechodzi w fazę drugą, w fazę zajęcia układu nerwowego ze wszystkimi tego konsekwencjami i potencjalnym ciężkim przebiegiem, który może prowadzić do zgonu.

W Polsce KZM jest najczęściej raportowaną przyczyną neuroinfekcji wirusowych. Wśród możliwych powikłań tej choroby najgroźniejsze są powikłania neurologiczne. U ok. 1 proc. chorych z objawami neurologicznymi dochodzi do zgonu, ale co istotne, nie wszyscy wśród pozostałych 99 proc. wracają do pełnej sprawności. U 1/3 osób zakażonych wirusem KZM mogą wystąpić długoterminowe powikłania, takie jak zaburzenia funkcji poznawczych.

Gorączka, ból głowy, mięśni i stawów, czyli typowe objawy przypominające grypę, towarzyszą pierwszej fazie kleszczowego zapalenia mózgu. Natomiast w drugiej pojawiają się objawy neurologiczne, takie jak nudności, drgawki, zaburzenia świadomości, porażenie kończyn i mięśni oddechowych, a nawet śpiączka. Co istotne, na KZM nie ma lekarstwa, tę chorobę można leczyć wyłącznie objawowo.

– Leczenie jest niestety tylko objawowe. Zmniejszamy gorączkę, pomagamy przetrwać ostry okres choroby, zmniejszamy bóle głowy, zmniejszamy ciśnienie wewnątrzczaszkowe. Natomiast jeżeli zaczynają się porażenia, nie jesteśmy w stanie nic zrobić, nie jesteśmy w stanie ich wyhamować – mówi prof. dr hab. n. med. Joanna Zajkowska.

– Nie mamy leku na kleszczowe zapalenie mózgu, w związku z tym nie jesteśmy w stanie pomóc pacjentowi w inny sposób, jak tylko podtrzymując jego funkcje życiowe i pomagając mu przeczekać ten ostry, dramatyczny okres choroby – dodaje Agnieszka Motyl.

Lekarze wskazują, że powikłania po ciężkim przebiegu KZM często wymagają wielomiesięcznej rehabilitacji, choć zdarza się też, że są nieodwracalne. Na ciężki przebieg KZM, powikłania, a nawet śmierć z powodu zakażenia wirusem KZM szczególnie narażone są osoby, które mają z jakiegoś powodu upośledzoną naturalną odporność, a także dzieci.

– Dzieci bardzo energicznie wchodzą w przyrodę, zarówno w momencie kiedy dopiero zaczynają chodzić, czyli około pierwszego roku życia, aż po okres nastoletni, kiedy zaczynają się wyjazdy z rówieśnikami, kolonie, obozy harcerskie i tego typu aktywności. Dlatego rzeczywiście dzieci są bardziej narażone na ataki kleszczy i w ich przypadku szczególnie zalecane są szczepienia przeciwko kleszczowemu zapaleniu mózgu – mówi Alicja Sapała-Smoczyńska, kierownik Działu Medycznego ds. operacyjnych Szpitala Medicover, specjalista w zakresie pediatrii.

Podobnie jak w przypadku innych chorób wirusowych szczepienia są najskuteczniejszą formą profilaktyki i zapobiegania przypadkom kleszczowego zapalenia mózgu. Szczepionka na KZM jest dostępna już od wielu lat i jest jedną z najlepiej przebadanych na świecie. Zgodnie z wytycznymi publikowanymi m.in. przez GIS szczepienia przeciw KZM są zalecane już od pierwszego roku życia, a ich skuteczność w czasie wieloletnich obserwacji klinicznych określono na ponad 90 proc.

– Takie szczepienie składa się z kilku dawek: cykl podstawowy to są trzy dawki, a następnie dawki przypominające podawane po trzech i po pięciu latach – mówi Agnieszka Motyl.

Profilaktyka przeciwko KZM zyskuje na znaczeniu zwłaszcza w kontekście coraz dłuższej żywotności kleszczy. Coraz częściej pajęczaki wybudzają się ze spoczynku i wyruszają na łowy już w styczniu, a ostatnie przypadki pokłuć są notowane nawet w grudniu.

– W takich miejscach jak Wielkopolska śnieg występuje raptem przez trzy–pięć dni w roku, a temperatury ujemne może przez tydzień i to jest jedyny czas, kiedy kleszcze są nieaktywne – mówi dr inż. Anna Wierzbicka, zoolog i leśnik z Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu i Stowarzyszenia Rzecznicy Nauki. – Już nawet w grudniu czy styczniu kleszcze mogą się wbić w naszą skórę albo zaatakować nasze zwierzęta. Oczywiście zimą jesteśmy ubrani w grubsze warstwy ubrań, więc takiemu kleszczowi trudniej jest się dostać do skóry, w miesiącach letnich odkrywamy ciało i jesteśmy narażeni w dużo większym stopniu. Jednak to nie oznacza, że kleszcze zagrażają nam tylko w ciepłych miesiącach.

Obecnie za teren endemiczny występowania kleszczy uważa się też całą Polskę, co oznacza, że praktycznie wszędzie można mieć kontakt z tym pajęczakiem i zakazić się chorobami, które przenosi. Są one obecne już nawet w wysokich górach. Co istotne, pokłutym przez kleszcza można zostać nie tylko w lesie, ale nawet podczas spaceru w miejskim parku, na trawniku czy w przydomowym ogródku. Takie ukłucie zwykle jest bezbolesne i niezauważalne, ponieważ kleszcze mają w ślinie specjalne substancje znieczulające.

– Jeśli spędzamy wolny czas na zewnątrz, rutynowo powinniśmy ubierać długie spodnie. Po kąpieli oglądajmy swoje ciało, a szczególnie miejsca, gdzie kleszcze lubią się wbijać, czyli zgięcia pod kolanami, w łokciach, miejsce za uszami, pachy i pachwiny. Sprawdźmy, czy nie mamy tam małych, czarnych kropeczek. Jeżeli są, to postarajmy się je wyrwać pęsetą. W internecie można znaleźć filmiki instruktażowe, które pokazują, jak prawidłowo wyciągnąć kleszcza. Potem takie miejsce przemywamy, dezynfekujemy i obserwujemy – mówi dr inż. Anna Wierzbicka.

Aby uchronić się przed kleszczami, wychodząc do lasu czy parku, warto ubrać się tak, aby mieć zakryte nogi, ręce oraz głowę. Można też stosować specjalne preparaty, które mają za zadanie odstraszać kleszcze. Żadna z tych metod nie daje jednak 100-proc. gwarancji ochrony przed pokłuciem.

– Dlatego warto pomyśleć o szczepieniu na kleszczowe zapalenie mózgu – mówi zoolog i leśnik z Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu.

(red) Newseria zd. Pixabay

JODYNA BARDZO PRZYDATNA

Jodyna jest spirytusowym roztworem jodu o stężeniu 3- 10%, wykorzystywanym w dermatologii oraz w medycynie. Jodyna dostępna jest bez recepty i warto ją mieć w domu.

Przede wszystkim jodynę stosujemy jako środek odkażający, bakteriobójczy, wirusobójczy i grzybobójczy przy uszkodzeniach skóry, zadrapaniach lub otarciach skóry.

Jodyna jesr bardzo dobrym nawozem dla roślin. Dajemy 1 krople na 3 litry wody takim roztworem można podlewać ziemię przy korzeniach sadzonek pomodrów, ogórków i papryk. Jodyna odkaża sadzonki hartuje i przyspiesza wzrost roślin.

Masz mączniaka na agresie, porzeczkach berberysie dyni lub piwonii. Opryskaj je roztworem jodu 1 ml+ 1 litr chudego mleka i 9 litrów wody. Ten oprysk jest również skuteczny na inne szkodniki.

Masz osłabione rośliny w doniczkach zastosuj kropelka jodyny na litr. Podlewaj rośliny doniczkowe na wilgotną glebę, lejąc blisko ścianek doniczki (nigdy nie lej na łodygę). (red)

WAPNO NA ALERGIE- NIE!

Jesteś uczulony np na pyłki kwiatów, siano lub ukąsił cię owad?

Nie strosuj do picia wapna. Z badań przeprowadzonych na Warszawskim Uniwerstytecie Medycznym wynika, że z wapnem czy bez swędzenie, opuchlizna znikają w tym samym czasie.

Lekarze informują, że picie wapna może blokować wchłanianie leków przeciwalergicznym blokujących histaminę.

(red) Zd. Strona zdrowia

eprasa.pl b1b786bf17

Ratownik. Nie jestem bogiem
Justyna Dżbik-Kluge, Jarosław Sowizdraniuk
Wydawnictwo Marginesy

Samobójca, który próbował ratować się w ostatnich chwilach życia. Samotna kobieta pragnąca czułości. Staruszka pozostawiona samej sobie przez rodzinę. Niemowlę duszące się od zwykłego kataru, któremu niedoświadczeni rodzice nie potrafią pomóc.

Co łączy te i wiele innych osób? Mieszkańców wielkich miast i zapomnianych wiosek, studentów i księży, sprzedawczynie i profesorów?

Ratownik medyczny. Człowiek, który podczas kilkunastogodzinnego dyżuru styka się różnymi osobowościami, zachowaniami i wypadkami.

W czasie pandemii COVID-19 o ratownikach było głośno. Ludzie bili im brawa na balkonach, w mediach podkreślano ich poświęcenie, ale też zdarzało się, że obrzucano ich samochody farbą, krzycząc „roznosiciele zarazy!".

Z czym ratownik mierzy się każdego dnia? Jak jest przygotowany do pomocy ludziom, nie tylko po zawałach serca czy wypadkach samochodowych?

Jarosław Sowizdraniuk przez kilkanaście lat był ratownikiem medycznym we Wrocławiu i okolicach. Na czas pandemii wrócił do zawodu. W rozmowie z Justyną Dżbik-Kluge opowiada o pracy w karetce, także jej ciemnej stronie. Szczerze, prawdziwie, po ludzku.

Wyrwa
Wojciech Chmielarz
Wydawnictwo Marginesy

Wraz z nowym wydaniem powieści do kin trafia produkcja Canal+ Original z Tomaszem Kotem, Karoliną Gruszką i Grzegorzem Damięckim w reżyserii nominowanego do Oscara Bartosza Konopki, twórcy m.in. seriali W głębi lasu i Skazana.

Kiedy Maciej dowiaduje się, że jego żona Janina zginęła w wypadku samochodowym, wali mu się cały świat. Jak powiedzieć dwóm córeczkom, że właśnie straciły matkę? Co powiedzieć teściom?

Nie ma jednak pojęcia, dlaczego do wypadku doszło pod Mrągowem, skoro żona twierdziła, że jedzie w delegację pod Kraków. A gdy na pogrzebie pojawia się tajemniczy mężczyzna, Maciej zaczyna rozumieć, że Janina miała wiele sekretów. Znacznie więcej, niż można się spodziewać po kimś tak zagonionym i zapracowanym.

Pytania się mnożą, a tragedia zmienia w skomplikowaną zagadkę. Maciej jedzie na Mazury i wkrótce przekonuje się, że być może tak naprawdę nie znał kobiety, z którą spędził ostatnich dwanaście lat życia.

Wyrwa to opowieść o poczuciu straty i rozpaczy zmieniającej się w gniew. To także historia splątanych uczuć, trudnej przyjaźni i o konsekwencji życiowych błędów.

Szkoda, że cię tu nie ma
Jodi Picoult
Wydawnictwo Prószyński i S-ka

Szukasz opowieści, która pozwoli ci zrozumieć, jak głęboko zmieniły cię ostatnie trzy lata? Oto ona.

Diana O'Toole od zawsze działa według ścisłego harmonogramu. Ślub z ukochanym partnerem jeszcze przed trzydziestką, dzieci w ciągu kolejnych pięciu lat i oszałamiająca kariera to najważniejsze cele, które zamierza w najbliższym czasie zrealizować. Choć jeszcze się nie zaręczyła, wie, że wszystko na pewno się uda. Jej chłopak, przyszły chirurg, zamierza przecież oświadczyć się podczas wymarzonych wakacji na Galapagos. Diana O'Toole jest perfekcyjną organizatorką, więc na pewno całe jej życie pójdzie zgodnie z planem.

Problem w tym, że nie przewidziała jednego – pandemii koronawirusa, która obróci wszystko, w co dotąd wierzyła, do góry nogami.

Nagle świat zaczyna przyspieszać.

Ukochany Finn musi zostać w szpitalu, termin wyjazdu zbliża się nieubłaganie, a zwrot pieniędzy okazuje się niemożliwy. Chcąc nie chcąc, Diana zgadza się więc polecieć w podróż marzeń sama.

Rzeczywistość na wyspie mija się jednak z jej oczekiwaniami. Najpierw zgubiony bagaż, potem zamknięty z powodu pandemii hotel, a na koniec zamknięte granice, uniemożliwiające powrót do domu… Diana musi zdać się na znienawidzony łut szczęścia. Choć nie zna języka, udaje jej się zaprzyjaźnić z miejscową rodziną i znajduje lokum na czas lockdownu.

Niesamowita przyroda wyspy i nowi znajomi sprawiają, że kobieta po raz pierwszy od dawna zagląda w głąb siebie. Przyjdzie czas, że będzie musiała wrócić do siebie. Pytanie tylko, czy taka sama jak dawniej…

Czternaście wilków
Wydawnictwo Prószyński i S-ka

Gdy w baśniach rozlega się wycie wilka, mieszkańcy wiosek zamykają drzwi na cztery spusty. Z lękiem wypatrują błysku żółtych oczu w ciemności. A jednak niektórzy mawiają, że w głosie polującej watahy słychać dziką, nieujarzmioną magię.

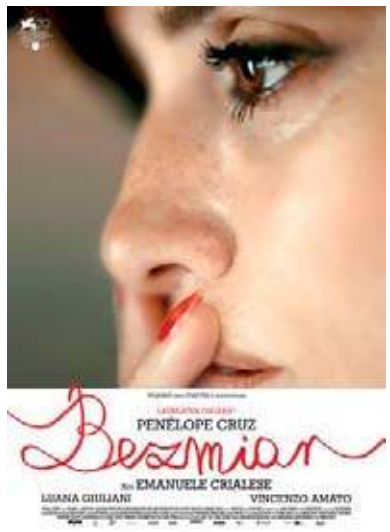
Przez setki lat to wilki były władcami Yellowstone. Obchodziły swoje terytorium, niestrudzenie podążając za jeleniami wapiti. Z biegiem czasu jednak pojawili się tu ludzie i zaczęli zabijać. Rozwiały się bez śladu wilcze tropy. Ucichło zawodzenie szczeniąt, które uczyły się pływać w rzekach i strumieniach.

Kiedy wybite przez kłusowników, myśliwych i farmerów wilki znikły z parku narodowego, populacja jeleni wapiti nadmiernie się rozrosła i zagroziła wielu gatunkom roślin. Część ptaków odleciała w poszukiwaniu nowych siedlisk. Nawet niedźwiedzie przymierały głodem. Na szczęście dzięki determinacji i uporowi ekologów stworzono system reintrodukcji gatunku i zimą 1995 roku do Yellowstone trafiło kilkanaście kanadyjskich wilków. Catherine Barr, która relacjonuje ich losy, w fascynujący sposób opowiada o współzależnościach w świecie przyrody. Udowadnia, że drapieżniki są niezbędne w ekosystemie, i pokazuje, jak człowiek (z niewiedzy, egoizmu lub ze strachu) narusza kruchą równowagę planety. Wiek: 6-14

Mamusiu, jak wielki jest świat?

Dociekliwy Kocurek zadaje Mamie Kotce bardzo dużo pytań o to, jaki jest świat. Jak bardzo jest szeroki, wysoki czy głęboki? Czy jest wszędzie, czy tylko od sofy do dużego fotela, przez drapak do okna? Czy jest blisko, czy daleko? Kocurek pyta i pyta, aż staje się coraz bardziej zmęczony. Jednak nurtuje go jeszcze jedno…

Wzruszająca opowieść o dziecięcej ciekawości zilustrowana mistrzowsko przez Emilię Dziubak!



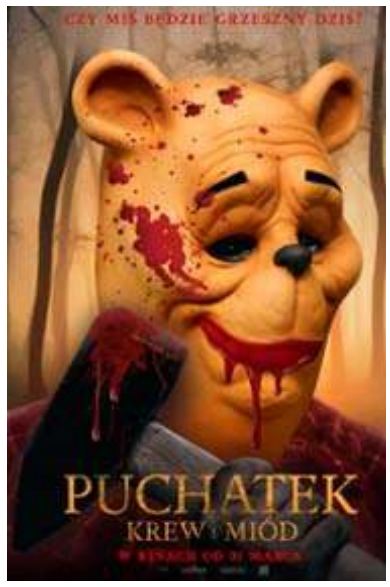
Bezmiar- Dramat

Rzym, lata siedemdziesiąte XX wieku, czasy ważnych zmian społecznych i kulturalnych, pełne blasku i splendoru. Młoda rodzina Borghetti właśnie wprowadziła się do jednego z nowo wybudowanych bloków mieszkalnych. Przeprowadzka ma wymiar słodkogorzki. Chociaż rozpościerający się z najwyższego piętra widok na Rzym jest olśniewający, członkowie rodziny nie są sobie tak bliscy jak kiedyś.

Clara i Felice nie są już zakochani, ale nie potrafią się rozstać. Dla Clary jej wyjątkowa relacja z trójką dzieci staje się ucieczką przed samotnością. Najstarsza córka, Adriana (11) korzysta z tego, że nikt w sąsiedztwie jej nie zna i zaczyna udawać przed innymi dziećmi, że jest chłopcem. Prowadzi to do rodzinę do krytycznego punktu. (red)

KINO MOK ZAWIERCIE

31.03.23r.
godz. 16.00 Opiekun
godz. 18.00 Miłość po angielsku
godz. 17.00 Szczęście mikołajka
godz. 19.15 John Wick 4
godz. 20.00 Puchatek krew i miód
1.04.23r.
godz. 16.00 Opiekun
godz. 18.00 Miłość po angielsku
godz. 20.00 Puchatek krew i miód
godz. 20.30 John Wick 4
2.04.23r.
godz. 16.00 Opiekun
godz. 18.00 Miłość po angielsku
godz. 17.15 Szczęście mikołajka
godz. 19.15 John Wick 4
godz. 20.00 Puchatek krew i miód



Puchatek: Krew i miód
Horror Wielka Brytani

Ukochani bohaterowie dzieci Puchatek i Prosiaczek, porzuceni przez Krzysia zmieniają się w żądne krwi bestie i rozpętują piekło w Stumilowym Lesie.

Opiekun

Borykający się z kryzysem małżeńskim dziennikarz dostaje polecenie, by zająć się współczesnymi historiami ludzi, w których życie w cudowny sposób wkroczył św. Józef.

Informator

PRZYDATNE TELEFONY

Pogotowie gazowe	992
Pogotowie elektro-energ.	991
Pogotowie ratunkowe	999
Informacja PKP	703/402-802
Straż Pożarna	998, 313-15-41
Pogotowie wod-kan.	313-20-11
Patrol Interwencyjny Straży Miejskiej	602-396-451
Taxi Myszków	313-29-99
Telefon ekologiczny	313-21-42
Straż Miejska	313-21-42
Powiatowy Urząd Pracy	313-50-20
Urząd Pocztowy	313-19-19
GOPR Grupa Jurajska	985 601/100-300
Ogólnopolska poradnia dla dorosłych w kryzysie emocjonalnym, nr bezpłatny PN-PT 14.00-22.00	116 123
Policja	
Koziegłowy	315-32-03
Myszków	315-32-00

eprasa.pl b1b786bf17

Azjatyckie sposoby na piękny wygląd

W jaki sposób cieszyć się piękną cerą przez cały rok? Istotne znaczenie odgrywa dieta i to, jakie składniki dostarczamy naszemu organizmowi. To, co jemy, wpływa nie tylko na naszą sylwetkę, ale i skórę. A co jeść, aby cieszyć się piękną cerą? Odpowiedzią jest orientalna kuchnia Azjatów, która ma dla nas wiele propozycji.

Dlaczego Azjatki mają piękną cerę?

Wiele Azjatek mimo upływu lat podziwianych jest za nieskazitelny wygląd. I nie można się temu dziwić, bowiem wykorzystywanie w diecie produktów azjatyckich ma pozytywny wpływ na zdrowie i urodę. Dlatego dziś przedstawiamy kilka przykładów składników, które warto dodać do swojej diety.

Imbir.

Powszechnie używany w kuchni azjatyckiej – ma wiele cennych właściwości. Znany od 2500 lat w różnych częściach globu. Imbir ze względu na swoje właściwości przeciwzapalne i przeciwutleniające jest ceniony na całym świecie. Jest również przydatny w kontrolowaniu procesu starzenia. Imbir przede wszystkim przyspiesza spalanie tłuszczu, a także pomaga w walce z cellulitem. Warto więc postawić na dania z imbirem przed wakacjami, gdy szczególnie zależy nam na zgrabnej sylwetce.

Imbir pomaga też w usunięciu nadmiaru wody z organizmu, ponieważ ma działanie moczopędne. Odpowiada także za polepszenie krążenia krwi i wpływa odżywczo na tkanki. Imbir można spożywać jako dodatek do potraw lub element dań, np. sushi.

Algi, czyli nori, kombu i wakame.

Algi, inaczej glony, są polecane dla wszystkich osób, które pragną mieć zdrową i piękną skórę. Są doskonałym rozwiązaniem dla cery dojrzałej, ponieważ posiadają właściwości opóźniające procesy starzenia się skóry. Dieta zawierająca algi jest polecana dla osób, które uprawiają dużo sportu, żyją w nieustannym stresie, czy dużych miastach i są narażone na zanieczyszczenia powietrza.

Najpopularniejszymi glonami są wakame i nori, które zawierają więcej wapnia niż mleko, a także są bogate w witaminy z grupy B. Chronią przed działaniem wolnych rodników. Podobnie, jak imbir – zmniejszają cellulit. Świetnie wpływają na regenerację naskórka, a także nawodnienie skóry. Algi można nie tylko spożywać. Doskonale sprawdzą się jako składnik maseczek. Wystarczy przygotować mąkę pszenną, jogurt i sproszkowane algi. Po wymieszaniu tworzą gotową maseczkę.

Grzyby shiitake, mun i biały fungus.

Azjatyckie grzyby od lat stanowią ważny element naszej diety, a obecnie znajdują zastosowanie jako składnik kosmetyków. Dlaczego? Z powodu swoich właściwości przeciwstarzeniowych. Posiadają one właściwości przeciwutleniające, przeciwdrobnoustrojowe i przeciwzapalne. Np. grzyby shiitake są doskonałym źródłem wielu witamin i składników mineralnych: selenu, żelaza, magnezu, potasu, fosforu, wapnia, sodu, cynku, manganu, oraz witamin z grupy B.

Grzyby shiitake

Jakie jeszcze są właściwości grzybów azjatyckich? Przede wszystkim ujędrniają włókna, chronią kolagen, wzmacniają tkankę łączną i spowalniają procesy starzenia. Grzyby zapobiegają także powstawaniu zmarszczek. Natomiast grzyby biały fungus są bogate w błonnik, który reguluje pracę jelit i usprawnia proces trawienia.

Sezam biały i czarny.

Sezam jest bardzo istotnym składnikiem, który wpływa na odżywienie całego organizmu, a co za tym idzie także na cerę. Zawiera przeciwutleniacze, wapń, ale również substancje przeciwzapalne.

Salatka z wakame

Jeśli prowadzimy intensywny i stresujący tryb życia, warto w szczególności sięgnąć po czarny sezam, który stanowi doskonały "lek" dla zapracowanych kobiet. Co ciekawe, można go wprowadzić zarówno do swojej diety, ale też do rytuałów kosmetycznych. Przykładem można być prosta maseczka, która zawiera świeżo zmielony sezam, połączony z miodem lub jogurtem naturalnym.

Mleczko kokosowe.

Kolejnym składnikiem, który znajdziemy w diecie Azjatek jest mleczko kokosowe. Kokos dzięki swoim właściwościom antyoksydacyjnym pomaga chronić komórki skóry przed wolnymi rodnikami, opóźniając procesy starzenia. Ponadto zawarte w nim średniołańcuchowe kwasy tłuszczowe wpływają na wzmocnienie tkanki łącznej, co przyczynia się do jędrności i elastyczności skóry.

Ekspertka House of Asia – dietetyczka Aneta Korzeniecka wyjaśnia, dlaczego warto dodać do swojej codziennej diety produkty azjatyckie.

– Azjatyckie potrawy posiadają szereg właściwości prozdrowotnych, lecz poszczególne składniki dań wpływają również pozytywnie na naszą urodę. Nie dziwi zatem fakt, że kuchnia azjatycka zyskuje na popularności. U podstawy azjatyckiej piramidy żywieniowej znajdują się pokarmy, które zaleca się jeść codziennie: warzywa liściaste, rośliny strączkowe, owoce, produkty pełnoziarniste, zioła i przyprawy. Dzięki tej kompozycji składników dostarczamy naszemu ciału odpowiednie składniki odżywcze, a także przeciwutleniacze. Te z kolei chronią komórki przed uszkodzeniami powodowanymi przez wolne rodniki – podsumowuje ekspertka.

Zastanawiacie się, od czego zacząć? Wypróbujcie zatem przepisy na sałatkę i zupę, które często goszczą na stołach Azjatów.

Sałatka z wakame i panierowanym jajkiem

Składniki:
10 g Wodorostów wakame House of Asia
30 g Panierki panko House of Asia
1 łyżka Sezamu białego House of Asia
1 duża obrana marchewka
1 zielony ogórek
1/3 białej rzodkwi
1 pęczek rzodkiewek
4 jajka
3 łyżki mąki kokosowej
30 g płatków orkiszowych
1 czerwona cykoria
Dressing:
1 łyżka Pasty z imbiru House of Asia lub 1 cm korzenia imbiru
2 łyżki Octu ryżowego House of Asia
70 ml oleju
1 łyżeczka soku z limonki
1 łyżeczka soli
2 łyżeczki cukru kokosowego

Sposób przygotowania:

2 jajka wrzuć do wrzącej wody i gotuj przez 5 minut. Po tym czasie zahartuj je zimną wodą i obierz. Pozostałe 2 jajka wbij do miseczki i roztrzep.

Płatki orkiszowe i panko wymieszaj w miseczce. Mąkę kokosową wsyp do kolejnej miseczki. Ugotowane jajka włóż kolejno do mąki, roztrzepanych jajek i mieszanki płatków z panko. Czynność powtórz, pomijając mąkę kokosową. Wakame przygotuj według wskazań na opakowaniu i odsącz. Składniki dressingu wymieszaj ze sobą w miseczce.

Wakame połącz z pokrojonymi warzywami. Wlej dressing, całość wymieszaj. W rondelku rozgrzej olej do temperatury 150°C i smaż panierowane jajka przez 3 minuty, na złoty kolor. Łyżką cedzakową wyjmij jajka i wyłóż je na papierowe ręczniki. Pokrój w ćwiartki. Sałatkę wyłóż na półmisek, udekoruj listkami cykorii i ułóż ćwiartki jajek. Całość posyp prażonym sezamem.

Zupa z miso i wodorostów wakame

Składniki;
6 Grzybów Shiitake House of Asia
4 saszetki Pasty Miso House of Asia
110 g Makaronu Ramen House of Asia
2 łyżeczki Sosu sojowego jasnego House of Asia
1 łyżeczka Oleju z prażonego sezamu House of Asia
10 g Wodorostów wakame House of Asia
1 łyżeczka Sosu Sriracha House of Asia
1 łyżeczka Pasty z czosnku House of Asia lub 2 ząbki drobno pokrojone
1 łyżeczka Pasty z czosnku House of Asia lub 1 cm korzenia imbiru drobno pokrojony
1 opakowanie tofu pokrojone w kostkę
1 mała cebula pokrojona w drobną kostkę
1/2 marchewki pokrojonej w kostkę
2 łyżeczki oleju do smażenia
500 ml wody
Szczypior do ozdoby
Sposób przygotowania:

Grzyby shiitake mocz w ciepłej wodzie, aż będą miękkie i pokrój je w plastry.

W garnku rozgrzej olej, podsmażaj przez minutę cebulę, pastę z czosnku, imbiru, marchewkę i grzyby.

Zalej wszystko wodą, dodaj pastę miso i sos sojowy. Doprowadź do wrzenia i gotuj na małym ogniu przez 7 minut. Na koniec wlej olej sezamowy.

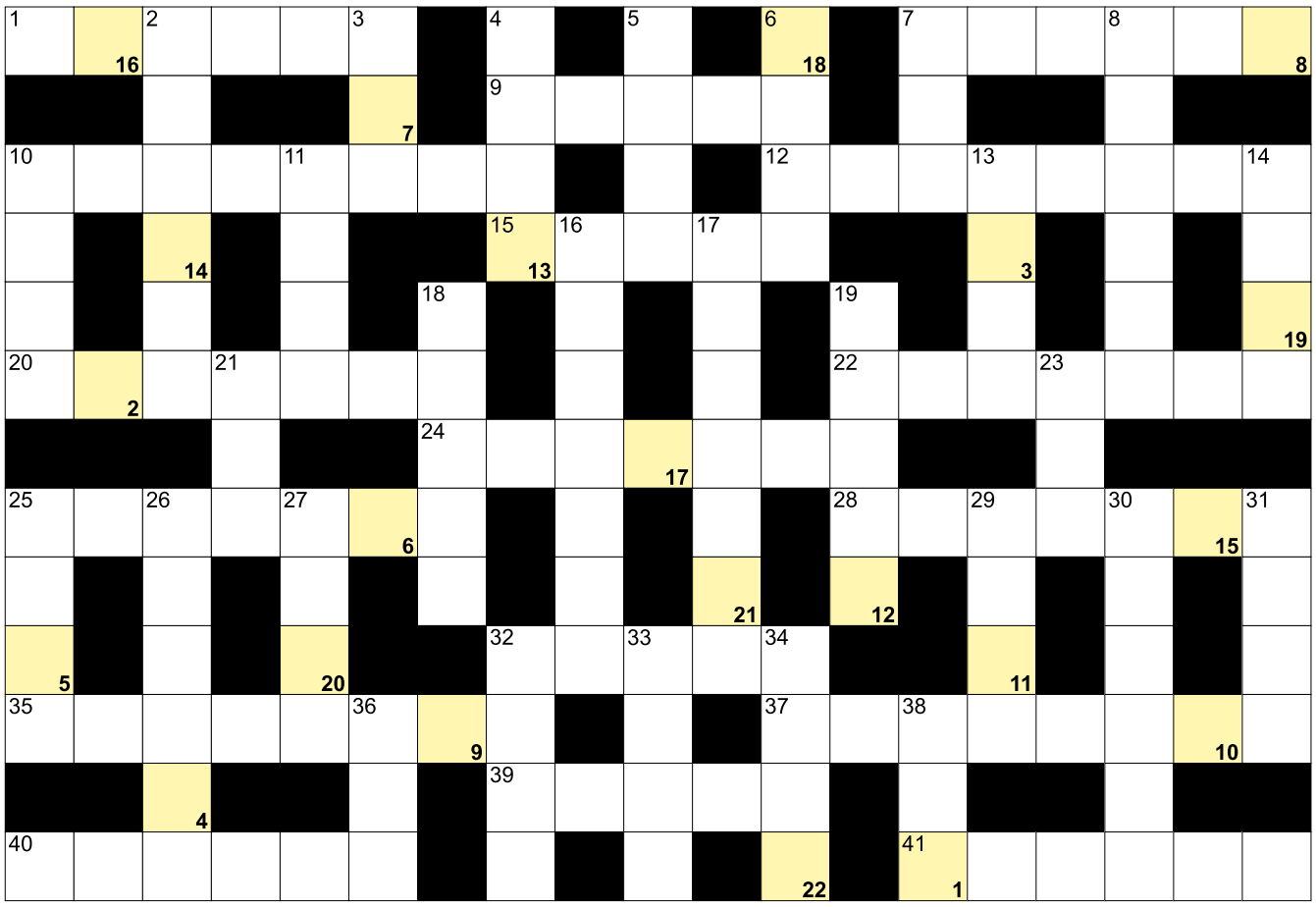
Makaron przygotuj zgodnie z instrukcją na opakowaniu i wyłóż do misek, dodaj tofu i zalej zupą miso i udekoruj szczypiorem. (red)

eprasa.pl b1b786bf17

KRZYŻÓWKA z HASŁEM Nr 13 (2023)

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 22 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	22

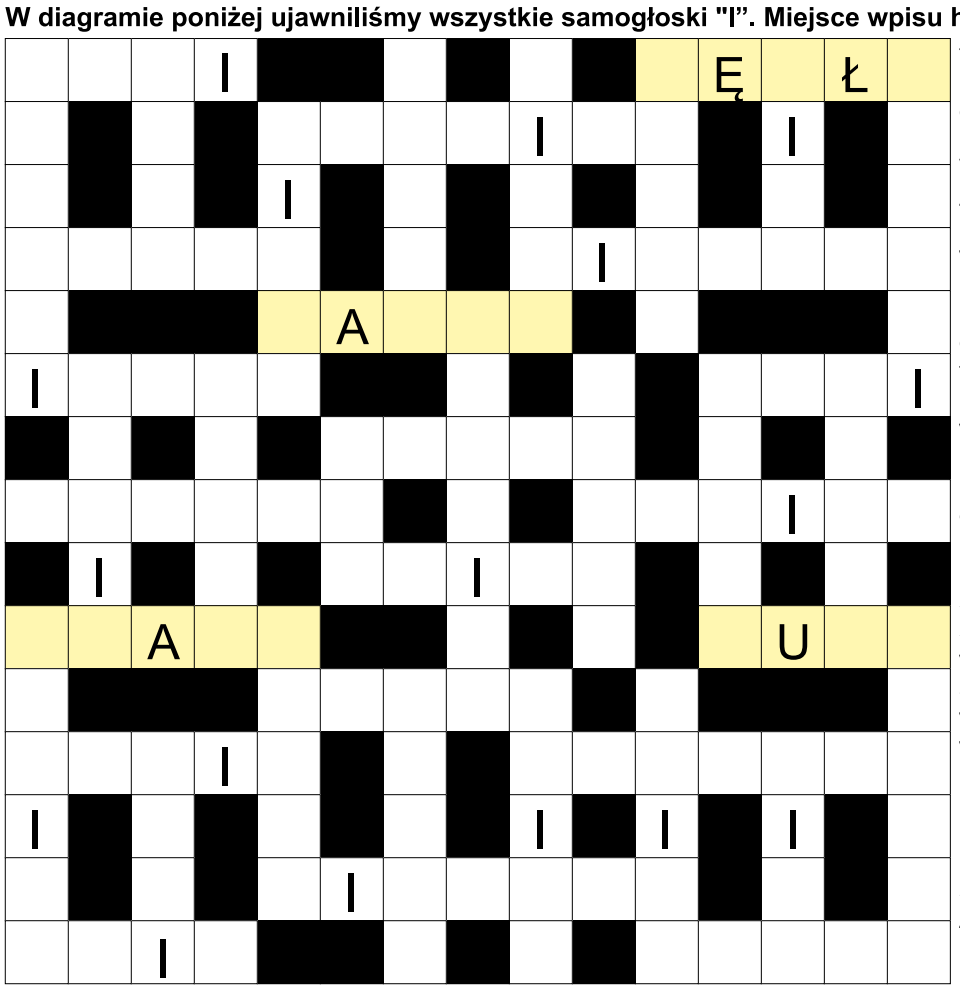


POZIOMO: 1) amerykański stan z Dallas; 7) część kurtki; 9) intensywne śniegu lub deszczu; 10) film trzymający w napięciu; 12) krwionośne lub w zmywarce; 15) krzyżowa lub mleczna; 20) rzeka w Salzburgu; 22) założyciel i władca Rzymu; 24) żona Aleksandra Wielkiego; 25) inaczej postrzał, dolegliwość; 28) jazda autem do tyłu; 32) jest nim serce i żołądek; 35) jeden ze znaków zodiaku; 37) macierzyński, albo stadny; 39) eu dla chemika; 40) Gombrowicz, autor "Ferdydurke"; 41) stolica Gwinei Równikowej. **PIONOWO:** 2) Makuszyński, polski pisarz; 3) pospolita przyprawa; 4) marka amerykańskiego samochodu; 5) inaczej dzwonek w talii kart; 6) rzeka w Olsztynie; 7) pled inaczej; 8) pierwiastek Ta; 10) sztuczny paznokieć; 11) szkło powiększające; 13) metalowe odpady potocznie; 14) jeden z muszkieterów z powieści Dumasa; 16) serce elektrowni atomowej; 17) elektryczna do brody; 18) pierwiastek Cr; 19) fizyczna lub umysłowa w firmie; 21) mleczny lub trzonowy; 23) Urszula dla bliskich; 25) ze stolicą w Wientian; 26) stolica Hiszpanii; 27) śpiewane w operze; 29) szterling, waluta; 30) opiekunka do dzieci; 31) stała posada, stanowisko; 32) główny składnik marynaty; 33) Alpy, Kordyliery i Sudety; 34) niedorośl krzewinkowa inaczej; 36) zimne kostki do drinków; 38) jeden z synów Noego.

BAŚKA z HASŁEM Nr 13 (2023)

Wyrazy z kolorowych bloków utworzą hasło tej krzyżówki:

W diagramie poniżej ujawniliśmy wszystkie samogłoski "I". Miejsce wpisu haseł do odgadnięcia.



tworzą szkielet ryby; Szaron, były premier Izraela; trawienne lub owocowe; Czesław dla kolegów; mięso na kotlety; powieść Prusa z Wokulskim; czwarty wymiar dla fizyka; "... z Wilka" Jarosława Iwaszkiewicza; nożna lub siatkowa; parlament Izraela; Wojtala, była łyżwiarka figurowa; kiszone lub konserwowe; Menuhin, wirtuoz skrzypiec; siódma litera alfabetu greckiego; pierwszy kręg szyjny; trójkołowiec dla dziecka; płynie w Lubaniu; żółty to wikławiec, drapieżnik; ogon wiewiórki; niedzielna zupa z kury; ryba od czerwonego kawioru; najwyżej położony punkt na niebie; żona Witolda Gombrowicza; rzeka w amerykańskim Allentown; japońska mafia; szkarlatyna inaczej; prezydent nowo obrany na urząd; żona Ozyrysa; pieje o świcie; inaczej cugle woźnicy, wodze; autor "Opowieści wigilijnej"; Barbara dla bliskich; inaczej manila, włókno; żona Telemacha; zwyczajny to kanna, zwierzę; ciastko po obiedzie; pseudonim Jadwigi Szayer, śpiewaczki; siostra Balladyny u Słowackiego; Anna dla przyjaciół.

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:

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

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

WYKREŚLANKA: poniżej ukryliśmy 20 nazw ptaków z Europy. Wykreślisz je wszystkie od góry do dołu, od lewej do prawej oraz na ukos. Znajdź i wykreśl: Szpak, Sowa, Bielik, Sroka, Czapla, Gil, Czajka, Drozd, Dudek, Kania, Kawka, Kobuz, Lelek, Kos, Kruk, Kulik, Nur, Mewa, Orlik, Wrona.

S	O	D	E	N	N	E	B	O	M
K	N	U	R	O	G	I	A	L	E
U	C	D	O	L	E	L	E	K	I
N	Z	E	W	L	I	N	A	O	S
F	A	K	I	R	K	A	M	D	S
U	J	K	R	I	O	K	A	R	A
K	K	O	B	U	Z	N	M	O	C
O	A	K	A	W	K	A	A	Z	L
S	O	J	K	A	G	R	A	D	O
S	K	O	R	U	I	P	O	R	A
A	R	O	M	A	L	E	L	O	K
K	R	E	S	A	S	I	T	W	A
S	W	K	A	R	K	O	K	I	N
A	M	A	R	O	O	R	W	E	I
W	Y	S	Z	P	A	K	I	A	A
A	N	K	W	A	R	I	A	T	H

eprasa.pl b1b786bf17