



ZRID dla obwodnicy Zawiercia. Całość do 2027 roku

Wojewoda Śląski podpisał ZRID (Zezwolenie na realizację inwestycji drogowej) dla II etapu obwodnicy Zawiercia. Całość obwodnicy od Zawiercia do Żerkowic ma mieć 24 km. Od kilku lat trwa budowa pierwszego, 17-kilometrowego odcinka, którego budowa jest już bardzo zaawansowana. II etapu o długości 7,6 km właśnie otrzymał niezbędne pozwolenie do rozpoczęcia prac. Całość obwodnicy ma być ukończona w 2027 roku i odcinek do końca kwietnia 2025.

Budowa 24-kilometrowej obwodnicy została podzielona na dwa odcinki. Na pierwszym z nich, prawie 17-kilometrowym i rozpoczynającym się w Siewierzu, a kończącym w Krompolowie, trwają prace budowlane. Dla drugiego, o długości 7,6 km od Krompolowa do projektowanego ronda w Żerkowicach, wydano właśnie decyzję o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej (ZRID). Całość inwestycji powinna zostać zakończona w 2027 roku.

Dla drugiego odcinka Wojewoda Śląski właśnie wydał zezwolenie na realizację inwestycji drogowej w ciągu DK78 od Krompolowa do projektowanego w ramach obwodnicy Kroczyce ronda w Żerkowicach.

–Decyzja otwiera możliwość prowadzenia prac na drugim etapie obwodnicy Zawiercia. To obwodnica, ale także droga tranzytowa ze Śląska w kierunku województwa świętokrzyskiego i w związku z tym natężenie ruchu na tej drodze jest ogromne – podkreślił Wojewoda Śląski Marek Wójcik. Wypowiedź z 17 stycznia. Wojewoda był wtedy w Zawierciu, o czym informuje jego służba prasowa. Miała to być „konferencja prasowa”. Dziwna to konferencja, skoro nie zaproszono na nią dziennikarzy, więc postanowiliśmy dopytać o to w wym chodzą. Do konferencji bez dziennikarzy albo bez prawa zadawania pytań przyzwyczaili nas PiS, ale nowy wojewoda jest z Platformy Obywatelskiej, od Donalda Tuska. Wg. wyjaśnień jakie otrzymaliśmy z biura

prasowego wojewody, nie było zaproszenia bo „nie on był gospodarzem”. Z sugestią, że spotkanie organizował prezydent Zawiercia Łukasz Konarski. Ze zdjęć widać, że spotkanie odbyło się w UM Zawiercie, chwali się nim też zawierciański prezydent. Jednak tylko służby wojewody nazwały „konferencją prasową” spotkanie bez udziału dziennikarzy. Nie dodano, że do niedawna obecny Wojewoda Śląski pracował dla Łukasza Konarskiego.

Od 2019 roku. Dlaczego to ważne, wyjaśnimy, w części opisującej patologiczne układy na szczytach zawierciańskiej władzy. Czy wojewoda z PO jest częścią układu PiS-Konarski?

Budowa obwodnicy Poręby i Zawiercia to inwestycja, która pozwoli na wyprowadzenie ruchu tranzytowego z miejscowości położonych wzdłuż tej trasy oraz znacząco poprawi warunki życia mieszkańców. Realizacja inwestycji wpłynie ponadto na podniesienie poziomu bezpieczeństwa ruchu drogowego, dzięki m.in. nowej infrastrukturze dla pieszych i rowerzystów.

Inwestorem odpowiedzialnym za wybudowanie obwodnicy jest Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad.

Wojewoda nas unika? Może dlatego że pracuje dla układu PiS-Konarski?

Od miesiąca pytamy nowego Wojewodę Śląskiego Marka Wójcika kiedy

wyda i opublikuje postanowienie o rozwiązaniu Rady Powiatu w Zawierciu, co pozwoli na powołanie Komisarza. Byłby to koniec bezprawnych rządów PiS w Powiecie Zawierciańskim. Przywrócenia praworządności w powiecie wychodzą radni, mieszkańcy ulicy Okiennek, dla których to szansa na uratowanie swoich domów przed wywłaszczeniem, zwłaszcza, że przy rozpoczęciu bez ZRID budowie mogło dojść do przestępstw urzędniczych w starostwie rządzone przez PiS.

Widać z jaką determinacją rząd Donalda Tuska próbuje wprowadzić Polskę na drogę praworządności. Z jaką determinacją pracują Minister Sprawiedliwości Adam Bodnar, minister Sienkiewicz. A na Śląsku trwa patologiczna symbioza polityków PO z PiS. Przynajmniej w Zawierciu.

Jesień 2018. W wyborach do Rady Powiatu w Zawierciu PiS nie zdobywa większości, ale szybko dogaduje się z OdNowa, ruchem Łukasza Konarskiego, który zostaje Prezydentem Zawiercia. W radzie miasta Konarski dogaduje się szybko z PiS-em. Wzajemnie zaczynają się przenikać posady pomiędzy instytucjami powiatowymi i gminnymi. PiS rządzi w mieście w wspólnie z Konarskim. W powiecie do Zarządu Powiatu, jako etatowy członek wchodzi Barbara Kozioł, która mandat

więcej str. 2-3

WYPADEK W PUREKO: OSKARŻENI BRYGADZISTA I KIEROWNIK

W grudniu 2023 Prokuratura Rejonowa w Myszkowie skierowała akt oskarżenia przeciwko brygadziście i kierownikowi zmiany w firmie Pureko produkującej w Myszkowie włókniny. Eryk S. lat 26 brygadzysta oraz Paweł D. lat



Na zdjęciu: kilka miesięcy po wypadku pani Dominika odpowiedziała jak zapamiętała wypadek i jak w firmie PUREKO blokowano zabezpieczenia, żeby zwiększyć tempo pracy

32, kierownik zmiany, są oskarżeni o celowe dopuszczenie do pracy kobiety przy maszynie, której zabezpieczenia bezpieczeństwa były niesprawne. Śledztwo wykazało, że w maszynie nie działał wyłącznik magnetyczny połączony z osłoną ruchomą tzw. „furtką bezpieczeństwa” w maszynie typu kalander. Maszyna miała otwarte osłony, co umożliwiło wciągnięcie dłoni kobiety, która zaplątała się w surowiec podawany do maszyny. W wyniku wypadku pani Dominika doznała nie tylko niewyobrażanych cierpień, ale została trwale okaleczona. Maszyna zmiażdżyła i całkowicie urwała jej 9 palców powodując trwałe kalectwo i niezdolność do pracy. Zdaniem prokuratury oskarżeni brygadzysta i kierownik zmiany mieli pełną wiedzę, że urządzenia mają celowo powyłączone zabezpieczenia, które spowalniały pracę. Grozi im do 3 lat więzienia.

więcej str. 3

BEZPŁATNA OPIEKA
DLA OSÓB PRZEWLEKLE
CHORYCH

PALIUM
ZADZWOŃ DO NAS
502 491 513

OPIEKA PALIATYWNA W DOMU PACJENTA
HOSPICIUM@PALIUM-MYSZKÓW.PL UL. STRAŻACKA 45 GABINET NR 1 MYSZKÓW

**GRUPA
TANDEM**

NOWY WYMIAR MOTORYZACJI

AUTORYZOWANY DEALER



www.grupatatandem.pl

ZRID dla obwodnicy Zawiercia. Całość do 2027 roku

radnej zdobyła z listy OdNowa Łukasza Konarskiego. Na pierwszym posiedzeniu Rady Powiatu w Zawierciu PiS uzyskuje większość, a Gabriel Dors z PIS zostaje wybrany starostą. Wychodzi na mównicę z podziękowaniami, które kieruje... w stronę Łukasza Konarskiego. I mówi o planie, który wspólnie ułożyli kilka lat temu, który „dzisiaj się ziścił”.

Wtedy, jesienią 2019 nie docenialiśmy wagi układu, wagi „Planu Dorsa”, który się „ziścił”. Po prawie 5 latach pozornie PiS pokłócił się z Łukaszem Konarskim, ale to tylko pozory. Podczas obrad Rady Miasta Zawiercie trwają kłótnie, ataki, na (zawsze nieobecnego) Prezydenta Zawiercia, również ze strony radnych PiS. Mimo pozorów konfliktu nikt z ludzi PiS nie stracił posady. PiS dalej współpracuje z Konarskim w mieście. W starostwie mimo oczywistego łamania prawa skutkującego rozwiązaniem Rady Powiatu przez 4 lata nic nie robi wojewoda z PiS, dla przywrócenia legalności (co oznaczałoby przedterminowe wybory). A teraz nic z tym nie robi wojewoda z PO.

Wydawało się, że patologiczny układ rozbije w puch wynik wyborów parlamentarnych z 15 X 2023. Wygrywa je koalicja partii demokratycznych, głównie Koalicja Obywatelska. 13 grudnia zaprzysiężony zostaje rząd Premiera Donalda Tuska, a Polki i Polacy z podziwem patrzą jak zdecydowaną ręką, rząd dokonuje dePiSyzacji Polski. W Zawierciu powinno to oznaczać zaległe od 4 lat zarządzenie o rozwiązaniu Rady Powiatu w Zawierciu z pomocy prawa. Piszemy, dzwonimy, pukamy... Nic. Wojewoda Śląski Marek Wójcik, były poseł PO, powołany na to stanowisko 20 grudnia milczy jak zakłęty.

Zawiercie nie bez powodu ma opinię przeżartego korupcją. 6 lat więzienia dla byłego prezydenta Ryszarda Ma-

cha, który jeszcze odsiaduje karę, choć kilka miesięcy temu dostał przepustkę ze względu na stan zdrowia. W 2019 roku władzę w mieście obejmuje Łukasz Konarski. I tworzy sieć powiązań z politykami PiS i Platformy Obywatelskiej. Z PiSem współpracuje w mieście. Politycy PO znajdują u Konarskiego intratne posady. Prezesem Wodociągów zostaje Katarzyna Stachowicz z Dąbrowy Górniczej, radna PO w Sejmiku Woj. Śląskiego. O jej mężu (Krzysztof Stachowicz) mówi się, że „robi w śmieciach”. Nie mija wiele czasu i właśnie odpady, działalność ZGK Zawiercie sp. z o.o. urasta do rozmiarów afery kryminalnej, przy której udowodnione łapówki Ryszarda Macha to „drobne”. W aferze ZGK mówi się o dziesiątkach milionów wyprowadzonych pieniędzy, a nazwa gminnej spółki nie jest wymieniana inaczej jak w połączeniu z określeniem „mafia śmieciowa”.

Kilka prokuratur wszczynają śledztwa. Najmniejsze w swym ciężarze rażenia prowadzi Prokuratura Rejonowa w Zawierciu. Chodzi o zarzut rozkopania nieczynnego składowiska Kobylarz I i nawiezenie tam nowych odpadów. Sprawę po artykułach Kuriera Zawierciańskiego zauważa WIOŚ, kontroluje spółkę ZGK, a wnioski wysyła do prokuratury. Ta sprawę umarza nie popatrząc się „szkody w środowisku”, ryzyka zanieczyszczenia wody i gleby. Biegły zatrudniony przez prokuraturę wylicza, że na nieczynne składowisko trafiło nielegalnie „około 60 ton odpadów”.

-Tam nawieźliśmy, tysiące ton odpadów, a nie kilka wywrotek -mówią nam pracownicy ZGK Zawiercie. -A na główne składowisko jechało wszystko „jak leci”, wielkogabaryty, zmieszane, przemysłowe. Zakład opuszczały tylko kwity i puste ciężarówki, choć ZGK płaciło miliony za rzekomy wywóz odpadów do specjalistycznych firm -mówi nasz informator.

Chodzi o czas pomiędzy 2019 rokiem (początek rządów Łukasza

Konarskiego) a początkiem 2022 kiedy z ZGK Zawiercie odchodzili po kolei prezesi Tomczak i Duda (była chwilę prezesem po Tomczaku).

W X 2021 najpierw Prokuratura Okręgowa w Sosnowcu, a obecnie Prokuratura Regionalna w Katowicach prowadzą śledztwo dotyczące mafii śmieciowej. ZGK Zawiercie to jeden z elementów większej układanki, łańcucha firm.

SZKOLENIE W ZGK JAK ZEZNAWAĆ?

Na polecenie prokuratury KWP Katowice zabezpiecza w ZGK sp. z o.o. dokumenty i komputery. W ZGK i Urzędzie Miasta Zawiercie wywołuje to popłoch, ale jak dzisiaj się dowiadujemy, popłoch „dobrze zorganizowany”. Prokuratura wzywa na przesłuchanie pracowników ZGK, tych szeregowych, jak wagowi (Tomasz Karkosz, Agnieszka Bojda, Przemysław Nanoś), i kierowników średniego szczebla (Jarosław Mazur, późniejszy prezes ZGK).

O szczegółach, po ponad roku od tych wydarzeń, opowiada radny Przemysław Trepka. Do połowy roku 2023 można go było zaliczać do „ludzi Konarskiego”; pracownik ZGK Zawiercie, magazynier: -Wszyscy, którzy wtedy byli wezwani na przesłuchanie, przeszli najpierw szkolenie co i jak mają mówić na przesłuchaniach (przesłuchania prowadziła KWP Katowice na zlecenie prokuratury). Szkolenia robiła

kancelaria prawnicza.

-Pamięta pan nazwę?

-Nie, ale nie „Berendowicz & Berendowicz”. Jakaś inna. Szkolenia odbywały się w sali konferencyjnej. Jak szkolenia z zeznań mieli wagowi, to ja zostałem skierowany na wagę, bo nie było nikogo innego.

ogłoszenie



Obecny wojewoda z Platformy Obywatelskiej od 2019 roku miał ciepłą posadę w Zawierciu, w Radzie Nadzorczej ZKM. Miastem rządził Konarski i PiS. Czy wojewoda nie rozwiązując Rady Powiatu w Zawierciu spłaca długi wobec tego układu?

-Czy to prawda, że Prezydent Konarski proponował panu posadę prezesa ZGK?

-Przemysław Trepka: -Już dożo wcześniej informowałem prezydenta Konarskiego, że w spółce dzieje się bardzo źle. Moim zdaniem pan prezydent miał pełną wiedzę, co się w tu działo. Tak. Gdy zrobiło się bardzo gorąco, proponował mi, żebym został prezesem. Nie zgodziłem się. Wtedy powołano Jarosława Mazura.

Co wydarzyło się później, opisywaliśmy w ostatnich miesiącach. Jarosław Mazur zlecił szczegółowy audyt spółki, za lata 2019-22. Gdy dokument się ukazał, zaczęły się naciski, aby dokument zmienić, albo opóźnić jego ujawnienie na czas po wyborach samorządowych, czyli aż do wiosny 2024. Gdy Mazur się na to nie zgodził, szybko stracił posadę, a prezesem ZGK został Mariusz Grabarczyk. I natychmiast, choć bez szczegółów, nowy prezes zaczął mówić o rzekomych „ogromnych nieprawidłowościach”, ale już z okresu prezesury Jarosława Mazura w spółce.

Obsługa prawna. Kolejna afera w Zawierciu

Już wiele razy radni radni miejscy pytali prezydenta Konarskiego o sposób wyłonienia firmy prawniczej, która obsługuje Urząd Miasta, większość gminnych instytucji i wszystkie spółki miejskie. Jak wyliczył radny Witold Grim firma Berendowicz & Berendowicz w 5 lat ma zarobić w Zawierciu co najmniej 2 mln zł. Sprawę bada prokuratura, trwa śledztwo mające wyjaśnić, czy przy wyłanianiu kancelarii do obsługi prawnej Urzędu Miasta Zawiercie nie doszło do korupcji. Choć śledztwo jest prowadzone „w sprawie” to dla wszystkich jest oczywiste, że chodzi o kancelarię Berendowicz & Berendowicz. Co ciekawe, również w tej sprawie pojawiło się podejrzenie, że świadkowie mogli być instruowani jak mają zeznawać. Potwierdził to były prezes ZGK Zawiercie **Jarosław Mazur**, że od prawnika tej kancelarii otrzymał na piśmie listę możliwych pytań i jakich ma udzielać odpowiedzi. W śledztwie przesłuchano jeszcze prezesów Wodociągów i ZKM Zawiercie. Ci zaprzeczyli, aby otrzymali podobne instrukcje. Choć nasz informator którego anonimowość musimy chronić twierdzi, że instrukcje pisemne mieli dostać wszyscy prezesi.

Na pewno jest wiele osób, którym zależy na tym, aby budowany przez lata w Zawierciu system wzajemnych powiązań i haków nie został rozmontowany. Na tym polegał Plan Dorsa?

Już czas! RAZEM dla ZAWIERCIA

Dołącz do nas!

zawiercie@muremzamazurem.pl

Fb: Naprawy Zawiercie

**Karolina KINDLER
SKOWRONEK**

Jarosław MAZUR



**KURIER
ZAWIERCIAŃSKI**

TYGODNIK POWIATOWY ZAWIERCIE, ŁĄDY, PORĘBA, KRÓCZYCE, WŁODZICE, WĄDZEL, PILICA, SZCZĘKOŁY, ŻARNÓW, GORZÓW

www.kurierzawiercianski.pl

Redakcja: 42-300 Myszków, ul. Sikorskiego 53/3, tel +48 536 334 438 redakcja@myszpress.pl

Wydawca: „MyszPress” s.c. **Redaktor Naczelny:** Jarosław Mazanek jaroslaw.mazanek@myszpress.pl tel. 602 514 030

Zespół redakcyjny: Tomasz Urbański (sport), Antoni Starowicz (ekspert podatkowy), Zdzisława Moskwińska (New York), Damian Liszczyk, Piotr Suszek, Czesław Orliński, Sebastian Michalak, Michalina Skwara.

REDAKCJA I BIURO OGŁOSZEŃ: 42-300 Myszków ul. Sikorskiego 53/3 redakcja@myszpress.pl gazetamyszkowska@pro.onet.pl

Jak pracujemy: Pn-Wt 9⁰⁰-15⁰⁰ SRODA 9⁰⁰-16⁰⁰ CZWARTEK 9⁰⁰-12⁰⁰ PIĄTEK nieczynne

Reklama: Sylwia Mazanek sylwia.mazanek@myszpress.pl tel. 602 398 386 Nr konta do wpłat: MyszPress s.c. 88 1050 1168 1000 0022 0158 3701

Druk: POLSKA PRESS Sp. z o.o. Oddział Poligrafia Drukarnia Sosnowiec Materiałów niezamówionych redakcja nie zwraca. Zaznaczamy sobie prawo skracania listów i tekstów nadesłanych. Za treść ogłoszeń i reklam redakcja nie odpowiada.

Prokuratura skierowała do sądu akt oskarżenia w sprawie śmiertelnego wypadku podczas holowania auta

Prokuratura Rejonowa w Myszkowie skierowała do Sądu Rejonowego w Myszkowie, akt oskarżenia przeciwko 58-letniemu Dariuszowi T., dotyczący spowodowania 17 marca 2023 roku śmiertelnego wypadku drogowego w trakcie holowania pojazdu.

-W toku śledztwa ustalono, że 17 marca 2023 roku Dariusz T. kierował samochodem ciężarowym Mercedes, który był holowany na tzw. sztywnym holu przez samochód ciężarowy Scania. Około godz. 23, jadąc drogą wojewódzka nr DW-794 przez miejscowość Biała Błotna, Dariusz T. zjechał na przeciwny pas ruchu i zderzył się czołowo z prawidłowo jadącym samochodem osobowym Renault - informuje prokurator Tomasz Ozimek, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Częstochowie. - W wyniku zderzenia kierujący renault 34-letni mężczyzna poniósł śmierć na miejscu, na skutek doznanego urazu wielonarządowego.

Na podstawie opinii biegłego ds. ruchu drogowego stwierdzono, że bezpośrednią przyczyną wypadku była utrata panowania nad pojazdem przez Dariusza T., który prowadził pojazd z

niesprawnym układem hamulcowym. Ponadto biegły uznał, że kierujący samochodem marki Renault w żaden sposób nie przyczynił się do zaistnienia zdarzenia i nie miał możliwości jego uniknięcia.

W trakcie śledztwa prokurator przedstawił Dariuszowi T. zarzut spowodowania wypadku drogowego ze skutkiem śmiertelnym na skutek nieumyślnego naruszenia zasad bezpieczeństwa w ruchu drogowym. Przesłuchany w charakterze podejrzanego nie przyznał się do zarzucanego mu przestępstwa i odmówił złożenia wyjaśnień. Prokurator zastosował wobec niego środek zapobiegawczy w postaci poręczenia majątkowego w kwocie 10.000 zł. Dariusz T. nie był w przeszłości karany. Oskarżonemu grozi kara pozbawienia wolności od 6 miesięcy do 8 lat.

Janusz Strzelczyk



Obecny wojewoda z PO przez 5 lat pracował dla Prezydenta Zawiercie, czy tan naprawę dla układu PIS-Konarski. Od 2019 roku.

PiS wspólnie rządzi z Konarskim, a ten wiąże ze sobą polityków PO, którzy za rządów PiS mieli problemy z posadą. W 2019 roku w wyborach parlamentarnych mandatu poselskiego nie zdobywa Marek Wójcik z PO. Szybko dostaje posadę od Łukasza Konarskiego w gminnej spółce ZKM Zawiercie. Od 2019 roku jest członkiem i wiceprzewodniczącym Rady Nadzorczej. Ciepła posada i prawie nic do roboty. Jeszcze do środy 24 stycznia obecny Wojewoda Śląski figurował w BIP-e ZKM Zawiercie jako jej wiceprzewodniczący. Pytaliśmy 4 stycznia w ZKM czy wojewoda dalej pracuje w spółce, ile zarobił przez prawie 5 lat? Nie otrzymaliśmy odpowiedzi. Dzwonimy więc do prezesa ZKM Michała Waclawika: -Pan wojewoda nie jest już członkiem RN ZKM Zawiercie, złożył rezygnację, chyba tuż przed objęciem stanowiska wojewody.

-Na waszej stronie ciągle figuruje, jako wiceprzewodniczący RN ZKM

-Złożył rezygnację, dzisiaj zmienimy błędną informację -mówi Michał Waclawik.

I rzeczywiście, jeszcze tego samego dnia Wojewoda Śląski zniknął ze strony gminnej spółki, w jego miejsce jako członek RN pojawiła się Agnieszka Pilarek-Jagodzińska.

Marek Wójcik jest Wojewodą Śląskim już ponad miesiąc. Kto chciałby z oficjalnej strony Śląskiego Urzędu Wojewódzkiego pobrać zdjęcie wojewody może pomyśleć, że PiS wcale tu władzy nie stracił. Do pobrania dla mediów jako aktualny wojewoda występuje ciągle... Jarosław Wiczorek z PiS. Na pytania o pracę dla układu PIS-Konarski w Zawierciu Marek Wójcik nie odpowiedział. Jego brak decyzji o rozwiązaniu Rady Powiatu w Zawierciu powoduje, że układ ten ma się dalej całkiem dobrze.

Jarosław Mazanek

pełny serwis i naprawa komputerów i laptopów

kontakt
514 508 808
34 333 74 00

naprawiamy
1000+
urządzeń rocznie

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

WYPADEK W PUREKO: OSKARŻENI BRYGADZISTA I KIEROWNIK

dok. ze str. 1

Jak informuje nas prokurator Tomasz Ozimek z Prokuratury Okręgowej w Częstochowie, myszkowska prokuratura po uzyskaniu wszystkich opinii biegłych, w tym biegłego z zakresu budowy maszyn, na koniec XII 2023 do Sądu Rejonowego w Myszkowie został przesłany akt oskarżenia przeciwko brygadziście i kierownikowi zmiany: -Obaj oskarżeni nie przyznają się do winy i odmówili składania wyjaśnień.

Prokurator Ozimek tak opisuje stawiane pracownikom firmy Pureko odpowiedzialnym za bezpieczeństwo pracy stawiane im zarzuty:

Brygadzysta zmiany Eryk S. oraz kierownik zmiany Paweł D. są oskarżeni o to, że 4 października 2022 roku brygadzysta oraz kierownik zmiany w firmie Pureko sp. z o.o. w Myszkowie jako osoby odpowiedzialne za bezpieczeństwo i higienę pracy nie popełnili wynikających stąd obowiązków poprzez dopuszczenie pracownika Dominiki S. do pracy przy obsłudze maszyny zintegrowanej, tzw. automatycznej linii do produkcji włókien tekstylnych, podczas gdy wyłącznik krańcowy magnetyczny zintegrowany z osłoną odległościową ruchomą tj. furtką bezpieczeństwa, był niesprawny, przez co naraził Dominikę S. na bezpośrednie bezpieczeństwo ciężkiego uszczerbu na zdrowiu w postaci: urazu nadgarstków i częściową amputacją palców, w wyniku czego nieumyślnie spowodował ciężki uszczerbek na zdrowiu Dominiki S. w postaci ciężkiego kalectwa całkowitej albo znacznej trwałej niezdolności do pracy, tj. o przestępstwo z art. 220 part. 1 Kodeksu Karnego.

Jest to przestępstwo zagrożone karą do 3 lat pozbawienia wolności.

Sprawę opisywaliśmy w artykule: OKROPNY WYPADEK: MASZYNA URWAŁA KOBIECIE 9 PALCÓW

„Kobiecie, obsługującej maszynę do produkcji włókien maszyna wciągnęła dłoń. Gdy ta próbowała się oswobodzić, w rolki maszyny wpadła też druga ręka. Maszyna praktycznie rozszarpała końcówki palców kobiety. Z ciężkimi obrażeniami kobieta przewieziona helikopterem trafiła do Szpitala Wojskowego w Krakowie. Dziewięciu palców niestety nie dało się w pełni uratować.”

Kilka dni po wypadku, pani Dominika przebywając jeszcze w szpitalu w Krakowie tak wspominała traumatyczne wydarzenie:



-Z 1000 razy robiłam te same czynności. Przy rozruchu maszyny poprawiałam surowiec jak zwykle. Zaplątałam się. To były ułamki sekund. Tam są czujniki, miliony razy to robiliśmy. (...) -Wszystko było jak należy. Maszyna startowała. Robiłam to samo co zawsze.

Okazało się, że zabezpieczenia które miały przeciwdziałać właśnie takim tragicznym zdarzeniom były niesprawne, i wszystko wskazuje na to, że czujniki i zabezpieczenia blokowano w firmie celowo. Gdy się włączały, stawała produkcja.

Kilka miesięcy później pani Dominika odwiedziła naszą redakcję z mężem Piotrem i opowiedziała jak przebiega leczenie, oraz jak zapamiętała przebieg wypadku. Część jej opowieści znalazła się w artykule:

TRWAŚLEDZTWO. PODEJRZENIE OGROMNYCH NIEPRAWIDŁOŚCI W FIRMIE, W KTÓREJ

KOBIETA STRACIŁA 9 PALCÓW z marca 2023.

„Czułam okropny ból, jakby moje ręce się paliły, jakbym włożyła je do wrzątku nie mogąc jednocześnie ich wyjąć” -opowiadała Dominika S. po kilku miesiącach od wypadku.

„I ten dźwięk. Jakby ktoś kruszył suchy makaron. A to był odgłos moich mielonych w maszynie kości” - opowiadała Dominika.

W rozmowie kobieta opowiadała też o warunkach pracy w fabryce Pureko, o tym, jak brygadziści i kierownicy urządzali zawody, przyspieszając pracę maszyny, mówią wtedy że „moje dziewczyny” (o pracownicach) szybciej, zap.... Opowiadała, o tym, że nie miała pojęcia iż maszyna, która urwała jej palce była włączona, ponieważ miała otwarte osłony, a wtedy nie miała prawa działać. Maszyny miały też inne zabezpieczenia, reagujące na nacisk: -Gdy ktoś tam wszedł, np. potknął się, czy właśnie maszyna go wciąga, powinna natychmiast stanąć, gdy stanie się na taki podest z czujnikiem nacisku. Ale nad tym podestem zamontowano drugi z siatki, żeby czujniki nie reagowały i żeby maszyna nie stawała -opowiadała nam Dominika S. w marcu 2023 roku.

Dziś znamy finał sprawy, która trafiła właśnie do sądu. Brygadzysta i kierownik zmiany zostali przez prokuraturę oskarżeni o dopuszczenie Dominiki S. do pracy przy maszynie z niesprawnymi zabezpieczeniami. Ciekawe jednak, kto dopuścił do sytuacji, że te zabezpieczenia były niesprawne lub celowo blokowane? Oskarżeni Eryk S. i Paweł D.?

Pureko sp. z o.o. to zakład produkcyjny w Myszkowie produkujący pianki poliuretanowe oraz włókna poliestrowe. Są to wyroby wykorzystywane np. w meblach, materacach, odzieży, śpiworach czy kołdrach. Firma rozpoczęła działalność w Myszkowie w 2009 roku

Jarosław Mazanek

Kredyt na zimową porę

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

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

Zapraszamy do naszych placówek

XXVII Jurajski Przegląd Grup Kolędniczych HERODY 2024

HERODY corocznie organizowane są przez Regionalny Ośrodek Kultury w Częstochowie. Zespoły, biorące udział w Jurajskich Przeglądach Grup Kolędniczych spotykają się w Niegowie, w której podtrzymywane są ludowe tradycje i zwyczaje. W niedzielę 21 stycznia 2024r. w Niegowie odbył się XXVII Jurajski Przegląd Grup Kolędniczych HERODY 2024.



Jury przyznało następujące nagrody:
W kategorii dorośli:
Grand Prix - Grupa Kolędnicza „Herody” z Sygontki,
I miejsce „Święte Wiewiory” - Grupa Kolędnicza z Podlesic.
Obie Grupy otrzymały nominację na „52. Karnawał Góralski” w Bukowinie Tatrzańskiej.

II miejsce „Cieletnickie Herody”. W kategorii dzieci
I miejsce „Herody” Dziecięca Grupa Kolędnicza ze Szkoły Podstawowej w Niegowie- otrzymała nominację na „Pastuszkowe Kolędowanie” w Nowym Sączu,
II miejsce „Kolędnicy Wędrownicy” ze Szkoły Podstawowej w Ludwinowie.



Remonty Sanktuarium Matki Bożej Leśniowskiej w Żarkach

(Żarki) 23 stycznia 2024r. została podpisana przez burmistrza Żarek Klemensa Podlejskiego i przeora klasztoru ojca Piotra Stanikowskiego umowa w sprawie udzielenia dotacji celowej dla Sanktuarium Matki Bożej Leśniowskiej w Żarkach na realizację zadania w ramach Rządowego Programu Odbudowy Zabytków.



Dotacja w wysokości 834 tys. zł zostanie wydana na wymianę zniszczonej stolarki okiennej stalowej dwuramowej szklonej szkłem pojedynczym na stolarkę drewnianą jednoramową oraz na renowację zewnętrznych wypraw tynkarskich i elementów zdobniczych elewacji budynku kościoła.
Gmina Żarki udzieliła dotacji dla Sanktuarium Matki Bożej Leśniowskiej z przeznaczeniem na przeprowadzenie prac konserwatorskich, restauratorskich oraz robót budowlanych w ramach zadania pn.: „Prace konserwatorsko – restauratorskie w budynku kościoła w zespole kościelno - klasztornym w Żarkach - Leśniowie” w łącznej kwocie 834 000,00 zł. W 2024 r. będzie to kwota 500 000,00 zł, w 2025 r. - 334 000,00 zł.
Zadanie ma być wykonane do 30 listopada 2025 r. Zadanie zrealizuje firma PHU Mir-Mar Mirosław Kowalski z Częstochowy.
(red) zd. UGiM Żarki

Nie można łączyć świadczenia wspierającego ze świadczeniem dla opiekuna osoby niepełnosprawnej wypłacanego przez gminy

Świadczenie wspierające, które wprowadzono od 1 stycznia 2024 r., będzie przyznawał i wypłacał ZUS, po wydaniu decyzji przez Wojewódzki Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności. To nowe świadczenie jest przyznawane bezpośrednio osobie z niepełnosprawnością, która ukończyła 18 lat, a nie jak to było w przypadku świadczeń wypłacanych przez organ gminy – dla jej opiekuna. Co ważne - obu tych świadczeń nie wolno łączyć, trzeba zdecydować się na jedno z nich.

Nowe świadczenie jest przyznawane bezpośrednio osobie z niepełnosprawnością. Jego wysokość nie jest jednakowa dla każdego, a ustalana jest na podstawie uzyskanej liczby punktów w decyzji określającej potrzebę poziomu wsparcia, którą wydaje Wojewódzki Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności (WZON). - Po wydaniu decyzji przez wojewódzki zespół ds. orzekania o niepełnosprawności, gdy stanie się ona ostateczna, warto wiedzieć, ile będzie wynosiło świadczenie wspierające. Dzięki temu łatwiej będzie dokonać wyboru, które wsparcie będzie korzystniejsze, czy to nowe - świadczenie wspierające - wypłacane przez ZUS osobie z niepełnosprawnością, czy też to dotychczasowe wypłacane przez organ gminy dla jej opiekuna. Trzeba się zdecydować, bo oba świadczenia nie mogą być wypłacane jednocześnie – informuje Beata Kopczyńska, rzeczniczka prasowa ZUS w województwie śląskim.

Wysokość świadczenia wspierającego nie jest jedną stałą kwotą dla wszystkich uprawnionych. Zależy ona od ustalonego poziomu potrzeby wsparcia (określonego w punktach) przez WZON. Może ona wynosić od 40 proc. renty socjalnej (obecnie - 635 zł) do 220 % renty socjalnej – 3459 zł.
I tak jeśli WZON w swojej decyzji określił u danego wnioskodawcy potrzebę wsparcia na poziomie od 95 do 100 punktów to osoba z niepełnosprawnością otrzyma świadczenie wspierające w wysokości 220 proc. renty socjalnej – aktualnie to 3495 zł,
• jeśli potrzebę wsparcia określono na poziomie od 90 do 94 punktów w skali potrzeby wsparcia, to 180 % renty socjalnej, aktualnie 2859 zł,
• jeśli potrzebę wsparcia określono na poziomie od 85 do 89 punktów w skali potrzeby wsparcia – to 120 % renty socjalnej, aktualnie 1906 zł,
• jeśli potrzebę wsparcia określono

na poziomie od 80 do 84 punktów w skali potrzeby wsparcia - to 80 % renty socjalnej, obecnie 1271 zł
• jeśli potrzebę wsparcia określono na poziomie od 75 do 79 punktów w skali potrzeby wsparcia – to 60 % renty socjalnej, obecnie 953 zł
• jeśli potrzebę wsparcia określono na poziomie od 70 do 74 punktów w skali potrzeby wsparcia 40 % renty socjalnej, aktualnie jest to 635 zł.

Świadczenie wspierające a świadczenie z organu gminy

Jeżeli zostanie złożony wniosek o ustalenie prawa do świadczenia wspierającego przez osobę z niepełnosprawnością lub osobę upoważnioną do jej reprezentowania, a opiekun osoby z niepełnosprawnością jest uprawniony do pobierania świadczenia pielęgnacyjnego, specjalnego zasiłku opiekuńczego lub zasiłku dla opiekuna, to wypłata tych świadczeń ulegnie wstrzymaniu z mocy prawa.
Jeśli pokrywa się okres, za który opiekun osoby z niepełnosprawnością pobierał z organu gminy świadczenie albo zasiłek należny opiekunowi, z okresem, za który ZUS przyzna osobie z niepełnosprawnością świadczenie wspierające, to opiekun, który pobierał zasiłek z gminy, będzie musiał zwrócić to świadczenie do gminy wraz z odsetkami.
Gmina wyda opiekunowi decyzję o nienależności pobranym świadczeniu za okres, za który wypłacone świadczenia z gminy pokryło się z okresem, za który ZUS przyznał świadczenie wspierające.
– By uniknąć takich sytuacji, we wniosku o świadczenie wspierające (formularz SWN) można wskazać datę, od której osoba

chce uzyskać prawo do wsparcia, tak aby okresy pobierania obu świadczeń się nie pokrywały. W ten sposób można uniknąć konieczności zwracania nienależnie pobranych środków – tłumaczy rzeczniczka.
Wycofanie wniosku o świadczenie wspierające
Wnioskodawca może również wycofać wniosek o świadczenie wspierające także po przyznaniu świadczenia. W takim przypadku przyznane prawo do świadczenia wspierającego zostanie uchylone, a jeżeli doszło do wypłaty, wnioskodawca będzie zobowiązany do zwrotu pobranego świadczenia wspierającego.
Kolejność składania wniosków
Aby otrzymać świadczenie wspierające najpierw trzeba złożyć wniosek do Wojewódzkiego Zespołu ds. Orzekania o Niepełnosprawności o ustalenie poziomu potrzeby wsparcia. Dopiero wówczas można składać wniosek do ZUS. Może być on złożony najwcześniej w miesiącu, gdy decyzja WZON ustalająca poziom wsparcia stała się ostateczna. Jeśli wniosek o świadczenie SWN zostanie złożony w okresie 3 miesięcy od dnia, w którym decyzja WZON stała się ostateczna albo decyzja uprawnomocniła się w sytuacji złożenia do sądu odwołania od tej decyzji, ZUS wypłaci świadczenie od daty, od której przyznano uprawniającą liczbę punktów. Wnioski zgłoszone przedwcześnie zostaną pozostawione bez rozpatrzenia. (red)



Naturalna nieinwazyjna przebudowa włókien kolagenowych, bardzo przyjemny zabieg z natychmiastowym rezultatem !

Mistrz likwidacji drugiego podbródka

Salon istnieje od 1983 roku
Częstochowa
ul. Dąbrowskiego 18
tel. 34 324 44 40

SALON URODA
FRYZJERSTWO I KOSMETYKA



FOCUS RF TALUS

Top of the top w bezinwazyjnym liftingu twarzy

Eliminacje Gminne Ogólnopolskiego Strażackiego Konkursu Plastycznego

W dniu 16.012024 r. w siedzibie Urzędu Miasta i Gminy Włodowice odbyło się uroczyste wręczenie nagród dla zwycięzców eliminacji gminnych Ogólnopolskiego Strażackiego Konkursu Plastycznego edycja 2023/2024, ogłoszonego przez Związek Ochotniczych Straży Pożarnych Rzeczypospolitej Polskiej, które zostały przeprowadzone w dniu 20 grudnia 2023 r.



Celem konkursu było m.in. zainteresowanie lokalnych grup dzieci i młodzieży ochroną przeciwpożarową, w tym działalnością straży pożarnych, podtrzymywaną tradycją oraz życiem strażackich środowisk. Do tut. urzędu złożono łącznie 32 prace konkursowe, z których komisja wyłoniła po pięć najlepszych prac w trzech grupach wiekowych:

Wśród laureatów konkursu znaleźli się:

- I grupa – przedszkola
- 1. Piotr Wnuk Włodowice
- 2. Natalia Dubiańska Włodowice
- 3. Franciszek Ziębiński Włodowice
- Wyróżnienie: Iga Stypa Rudniki
- Wyróżnienie: Antoni Sroka Włodowice
- II grupa – szkoła podstawowa (klasy

- I-IV)
- 1. Natalia Żurek Rudniki
- 2. Aleksander Miśkiewicz Rudniki
- 3. Karol Belec Rudniki
- Wyróżnienie: Lena Nowak Rudniki
- Wyróżnienie: Emilia Makiela Włodowice
- III grupa – szkoła podstawowa (klasy V-VIII)
- 1. Franciszek Dyksy Rudniki
- 2. Igor Stypa Rudniki
- 3. Kacper Żmudka Włodowice
- Wyróżnienie: Bartłomiej Beza Rudniki
- Wyróżnienie: Daniel Dudek Włodowice
- Zwycięskie prace zostały przekazane do oceny na szczeblu powiatowym. (red) zd. UMiG Włodowice



32 Finał WOŚP w Łazach

28 stycznia po raz kolejny w Łazach zabrzmi Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy Spotkamy się z Wami w podobnie jak w ubiegłym

roku wielu miejscach.

- Od 12:00 do 16:00 koniecznie odwiedźcie nas w budynku KTS (Łazy, ul Spółdzielcza 2), gdzie czeka na Was coś wyjątkowego!
- wystawa fotograficzna „Łazy from the sky”,
- turniej szachowy,
- naleśnikowe love,
- maraton ZUMBY dla dzieci,
- Strefa dla dzieci: warkoczyki i tatuaże
- Badanie wad podstawy dzieci
- speed ball z KSS ROYAL,

- festiwal LEGO,
- marsz nordic walking,
- Centurianie morsują z WOŚP.
- Po południu od godziny 16.00 widzimy się na parkingu przed MOK Łazy, tu Finał rozkręci się na całego. Dla uczestników przewidziano:
- muzyczne atrakcje,
- licytacje niezwykłych rzeczy od wyjątkowych darczyńców,
- grochówka z kuchni polowej,
- atrakcje dla najmłodszych,
- strefa gastronomiczna,
- świątełko do nieba. (red)

Odpowie za znieważenie i atak na policjantów

Nawet 3 lata w więzieniu może spędzić 46-letni mężczyzna, który w czasie interwencji był agresywny, znieważał policjantów, a także naruszył ich nietykalność cielesną. Agresor został szybko obezwładniony przez stróżów prawa i trafił do policyjnej celi.

W piątkowy wieczór dyżurny myszkowskiej komendy dostał zgłoszenie, które miało dotyczyć awantury w jednym z myszkowskich mieszkań. Z przekazanej informacji wynikało, że doszło tam do kłótni, która wywiązała się między dwoma mężczyznami. Na miejsce zgłoszenia udali się policjanci z ogniwa patrolowo-interwencyjnej, gdzie

zastali zgłaszającego, który oświadczył, że mężczyzna, z którym doszło do awantury, jest osobą poszukiwaną przez organy ścigania. Po całym zajściu miał się udać do mieszkania, w którym aktualnie przebywa. Gdy patrol udał się pod wskazany adres, drzwi otworzyła kobieta, która twierdziła, że mężczyzna, opuścił mieszkanie godzinę temu.

Nie daj się nabrać!

Cyberprzestępcy znowu dali o sobie znać! Tym razem, podszywając się pod Poczta Polską, nakłaniają do kliknięcia w dołączony do wiadomości link. Przestrzegamy, by tego nie robić.

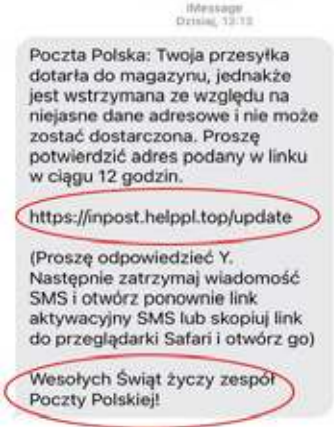
Cyberprzestępcy stosują różnych technik manipulacji, by wyłudzić dane. Sztuczki, których używają mają nakłonić do kliknięcia w link, pobrania pliku, czy otwarcia załącznika. Tym razem oszuści podszywając się pod Poczta Polską, informują o wstrzymaniu przesyłki ze względu na niejasne dane adresowe. By paczka dotarła do odbiorcy konieczne jest potwierdzenie adresu w ciągu 12 godzin od otrzymania wiadomości. Cyberoszuści nakłaniają, by zrobić to poprzez dołączony do wiadomości link. Uważaj! Gdy klikniesz w link, zostaniesz przekierowany na stronę, gdzie dojdzie do wyłudzenia Twoich danych! Dzięki temu

oszuści będą mieli np. dostęp do Twojego konta bankowego. Prawidłowy adres strony Poczty Polskiej to <https://www.poczta-polska.pl>, natomiast adres do śledzenia przesyłek to: <https://emonitoring.poczta-polska.pl/>. Przypominamy też zasady ostrożności w sieci: Nie otwieraj podejrzanych linków, szczególnie od nieznajomych. Uważaj na wszelkiego rodzaju „okazje” w sieci. Weryfikuj autentyczność otrzymanej prośby, czy informacji. Zwróć uwagę na adres/numer telefonu

Po dokonaniu kontroli pomieszczeń, funkcjonariusze ujawnili na balkonie skulonego mężczyznę. Na widok policjantów zrobił się agresywny i próbował zadać jednemu z funkcjonariuszy uderzenie młotkiem, który trzymał w ręku. Podczas obezwładniania, mężczyzna uderzył głową w twarz funkcjonariusza, a na dodatek kierował wobec nich groźby karalne. Po sprawdzeniu w policyjnych bazach danych nie figurował jako osoba poszukiwana.

46- latek został zatrzymany i trafił do policyjnego aresztu. Usłyszał już zarzuty. Wobec zatrzymanego prokurator zastosował policyjny dozór, a o jego dalszym losie zdecyduje sąd. Za znieważenie i naruszenie nietykalności cielesnej policjantów może spędzić w więzieniu nawet 3 lata. (red)

nadawcy i „aktualność” informacji. Jeśli stałeś się ofiarą ataku – jak najszybciej zgłoś sprawę do swojego banku i do organów ścigania. (red)



Piesi w „oku” ukrytej kamery

W trosce o bezpieczeństwo pieszych w naszym mieście myszkowska drogówka po raz kolejny prowadzi działania pod nazwą „Bezpieczny Pieszy”. Aby dokładnie przyjrzeć się jak zachowują się piesi i kierowcy myszkowscy policjanci wykorzystują Ruchome Stanowisko Dowodzenia z Komendy Wojewódzkiej Policji w Katowicach.



Policjanci z Wydziału Ruchu Drogowego myszkowskiej komendy prowadzą działania pod nazwą „Bezpieczny pieszy”. Ich celem jest przede wszystkim poprawa bezpieczeństwa pieszych oraz podniesienie ich świadomości w zakresie zagrożeń na drodze. W ramach działań mundurowi obserwują skrzyżowania, przejścia dla pieszych oraz główne ciągi komunikacyjne. Wykorzystują możliwości Ruchomego Stanowiska Dowodzenia z Komendy Wojewódzkiej Policji w Katowicach, nagrywają niebezpieczne zachowania kierujących i pieszych, którzy łamią przepisy w tych niewrażliwych miejscach. Każde wykroczenie jest zagrożone grzywną w wysokości od 1500 zł do 3000 zł oraz 15 punktami karnymi.

(red) zd. KPP Myszków

FIZJOTERAPIA

PRZYSTĘPNE CENY!

Pełny zakres usług

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

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

Bezpłatne szczepienia dla nastolatków przeciw HPV także w 2024 roku. Jak na razie niewielu rodziców się na nie decyduje

– W ciągu prawie pół roku funkcjonowania programu bezpłatnych szczepień przeciw HPV udało się wyszczepić zaledwie 16 proc. docelowej grupy 12- i 13-latków. Po roku funkcjonowania programu ten odsetek wzrośnie prawdopodobnie do 30–40 proc. – informuje dr hab. n. med. Andrzej Nowakowski z Narodowego Instytutu Onkologii. – To jednak wciąż za mało. Dlatego potrzebna jest szersza edukacja, skierowana zarówno do rodziców nastolatków, jak i personelu medycznego – podkreśla ekspert.

– Na efekty programu szczepień przeciwko HPV przyjdzie nam poczekać co najmniej kilkadziesiąt lat. Na razie możemy mówić tylko o odsetku objętych szczepieniami dziewcząt i chłopców. Niestety nie są to bardzo dobre wyniki – ostatnie dane, którymi dysponuję, pochodzą z 15 listopada, czyli z niecałych sześciu miesięcy realizacji programu szczepień. W tym czasie udało się zaszczepić 16 proc. docelowej kohorty. Tak więc można domniemywać, iż do końca maja bieżącego roku – po całym roku trwania programu szczepień przeciwko HPV – prawdopodobnie uda się objąć tymi szczepieniami pomiędzy 30 a 40 proc. docelowej kohorty – mówi agencji Newseria Biznes dr hab. n. med. Andrzej Nowakowski, prof. Narodowego Instytutu Onkologii – Państwowego Instytutu Badawczego, kierownik Poradni Profilaktyki Raka Szyjki Macicy w Zakładzie Profilaktyki Nowotworów NIO-PIB.

Szczepienia przeciw HPV zapobiegają przede wszystkim rakowi szyjki macicy, ale też innym nowotworom (prącia, pochwy, odbytu, głowy i szyi), które może powodować wirus brodawczaka ludzkiego (HPV). Aby uniknąć zachorowania, dziecko należy zaszczepić, zanim może mieć kontakt z wirusem. Dlatego w ubiegłym roku Ministerstwo Zdrowia uruchomiło program bezpłatnych szczepień przeciw HPV skierowany dla dziewcząt i chłopców w wieku 12–13 lat. W 2023 roku mogły z nich skorzystać dzieci urodzone w 2010 i 2011 roku. Natomiast w tym roku program bezpłatnych szczepień będzie kontynuowany i obejmie roczniki 2011 i 2012. Dziecko można od ręki zapisać na szczepienie poprzez Internetowe Konto Pacjenta, a szczepionka jest podawana w dwóch dawkach w odstępie 6–12 miesięcy. Jest dobrze tolerowana, bezpieczna i powszechnie stosowana w 125 krajach.

Od 2 września ub.r. szczepionka dwuwalentna Cervarix przeciw HPV jest też bezpłatna dla wszystkich dzieci od 9 do 18. roku życia. Dzieci w innym wieku niż objęte programem (czyli w wieku 9–11 oraz 14–17 lat) mogą zostać bezpłatnie zaszczepio-



ne, jeśli lekarz wystawi e-receptę. Wówczas rodzic realizuje e-receptę w aptece, umawia dziecko na szczepienie bezpośrednio w przychodni POZ i przynosi szczepionkę.

– Decyzje odnośnie do szczepień nastolatków podejmują oczywiście ich rodzice i przyczyn tak niskiego dotychczas poziomu wyszczepienia może być wiele – mówi dr hab. n. med. Andrzej Nowakowski.

Znaczenie szczepień przeciwko HPV w zapobieganiu raka szyjki macicy jest ogromne. Ten typ nowotworu jest niemal w 100 proc. powiązany właśnie z zakażeniem wirusem brodawczaka ludzkiego, a do zakażenia najczęściej dochodzi drogą płciową. W Polsce jest to jeden z najczęściej występujących nowotworów złośliwych u kobiet.

– Nie jesteśmy na szarym końcu pod względem poziomu wyszczepienia, ponieważ są kraje, gdzie ten odsetek nie przekraczał kilku czy kilkunastu procent. Jednak daleko nam do niektórych krajów Europy Zachodniej. Dla przykładu w niektórych rejonach Belgii udało się objąć tymi szczepieniami blisko 90 proc. docelowej kohorty – mówi kierownik Poradni Profilaktyki Raka Szyjki Macicy.

Jak podaje resort zdrowia, dzięki szczepionce na HPV ryzyko zachorowania na raka szyjki macicy u kobiet spada o ok. 70 proc. W krajach, które

wprowadziły powszechne programy szczepień, liczba zakażeń HPV spadła nawet o 90 proc.

– Jak na razie żaden kraj nie wyeliminował w całości zachorowań na raka szyjki macicy. Natomiast jest szereg państw – do których zalicza się m.in. Szwajcaria, Malta czy Australia – gdzie faktycznie zachorowalność na raka szyjki macicy jest bardzo niska, zbliżona do poziomu czterech zachorowań na 100 tys. kobiet rocznie. To jest próg, który mówi nam o tym, czy dana choroba stanowi problem dla zdrowia publicznego. Szereg krajów opublikowało już plany eradykacji, pozbycia się raka szyjki macicy jako problemu zdrowia publicznego w

oparciu o wezwanie Światowej Organizacji Zdrowia – mówi dr hab. n. med. Andrzej Nowakowski.

Jak informuje WHO, HPV odpowiada globalnie za ok. 5 proc. nowotworów. Rocznie zapada na nie ponad 625 tys. kobiet i prawie 70 tys. mężczyzn. Strategia organizacji zakłada do 2030 roku cele 90–70–90. Chodzi o to, by do 2030 roku 90 proc. dziewcząt zostało zaszczepionych przed 15. rokiem życia, 70 proc. kobiet przed 35. rokiem życia (i ponownie przed 45. rokiem życia) było poddawanych badaniom przesiewowym, 90 proc. kobiet, u których zdiagnozowano raka szyjki macicy, było poddanych leczeniu.

– Musimy kontynuować edukację na każdym poziomie. Oczywiście kluczową kwestią jest przekonanie rodziców nastolatków, że te szczepienia są, po pierwsze, bezpieczne, a po drugie, są bardzo skuteczne i mogą w przyszłości znacznie obniżyć ryzyko zachorowania na pewne nowotwory – mówi ekspert NIO-PIB. Newseria (red)

Dostępne w Polsce szczepionki przeciwko HPV

W Polsce dostępne są 3 preparaty do szczepień przeciwko wirusom brodawczaka ludzkiego:

Cervarix – to szczepionka dwuwalentna, czyli skierowana przeciwko 2 rakotwórczym typom wirusa (HPV16 i HPV18). (Refundowana)

Gardasil – czterowalentna szczepionka skierowana przeciwko 4 typom wirusa (HPV-6, HPV-11, HPV-16, HPV-18), odpowiedzialnym za zmiany przednowotworowe oraz brodawki płciowe (kłykciny kończyste).

Gardasil 9 – dziewięciowalentna szczepionka skierowana przeciwko 7 rakotwórczym typom HPV (HPV-16, HPV-18, HPV-31, HPV-33, HPV-45, HPV-52, HPV-58) oraz 2 typom odpowiedzialnym za brodawki płciowe (HPV-6, HPV-11).

Szczepionki przeciw HPV należą do szczepionek, w których materiał wywołujący odpowiedź immunologiczną organizmu jest „zabity”. Oznacza to, że nie zawierają żywych wirusów, jedynie niektóre ich antygeny – białka, które nie mogą spowodować zachorowania zaszczepionej osoby, są natomiast wystarczające do wywołania odporności na wirusa.

Szczepienie przeciwko HPV

Szczepienie przeciwko HPV jest szczególnie zalecane nastolatkom w wieku dojrzewania, jeszcze przed inicjacją seksualną, czyli przed możliwym kontaktem z wirusem HPV.

Podanie szczepionki zarówno dziewczętom i chłopcom ma na celu powstrzymać rozprzestrzenianie się wirusa HPV. A przy tym zmniejszyć zachorowalność związaną z nowotworami narządów płciowych. Warto podkreślić, że HPV to nie tylko raka szyjki macicy. **Wirus brodawczaka ludzkiego odpowiada także za raka pochwy, sromu, prącia, odbytu ale także gardła i krtani.** –Dr n. med. Wojciech Homola, specjalista położnictwa i ginekologii, autor wielu prac naukowych z zakresu HPV oraz profilaktyki raka szyjki macicy, wieloletni wykładowca akademicki. Więcej na badamhpv.pl

ALMED

**MYSZKÓW
STRAŻACKA 48**

STOMATOLOGIA ESTETYCZNA

lek. dent. MARLENA ŻUREK

LECZENIE ZĘBÓW PRZYJAZNE DZIECIOM

LECZENIE KANAŁOWE - MIKROSKOP

HIGIENIZACJA (skaling, piaskowanie)

CERTYFIKOWANY GABINET SYSTEMU EMS

ZDJĘCIA PANORAMICZNE

TOMOGRAFIA ZĘBÓW 3D

**KOMPUTEROWE ZNIECZULENIE
- BEZBOLESNE**

tel. 793 500 690

cmaimed.pl

fb.com/almedstomatologia

**Dobrego
dnia**



DRON NAD MYSZKOWIEM sprawdzi jakość powietrza.

(Myszków) Odbył się pierwszy testowy lot drona, w który została wyposażona Straż Miejska. Wykorzystywany on będzie do monitorowania i kontrolowania jakości powietrza.

Dron jest wyposażony w lokalizator, kamerę termowizyjną i czujnik dymu. Posiada urządzenie umożliwiające monitorowanie środowiska nocą.

Pieniądze na zakup tego urządzenia Gmina Myszków pozyskała z Marszałkowskiego Programu Poprawa Jakości Powietrza „Inicjatywa Antysmogowa” w wysokości 200 tys. zł. Koszt drona to 210 tys. zł.

Od 19 stycznia sprzęt do monitorowania i kontrolowania jakości powietrza będzie sprawdzał jakość powietrza w Myszkowie. (red) Zd. UM Myszkowa



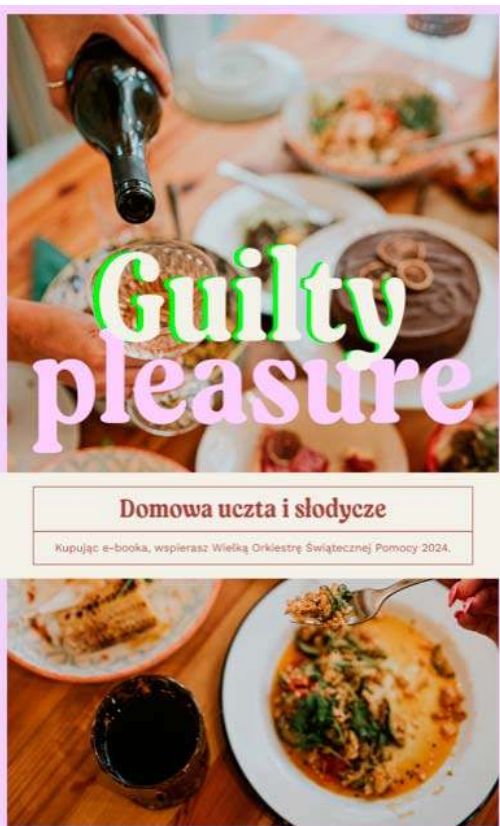
Grzeszne przyjemności kulinarne dla WOŚP Restauracja LAS z Zawiercia wydaje ebook „Guilty Pleasure”

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

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

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

E-book jest dostępny tylko na rzecz



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

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

Restauracja Las ul. Miejska 12, Zawiercie

Ferie zimowe w powiecie zawierciańskim

W tym roku przerwa zimowa dla uczniów szkół podstawowych i liceów w województwie śląskim potrwa od 29 stycznia do 11 lutego. Jak mieszkańcy powiatu zawierciańskiego mogą aktywnie wykorzystać ten czas?



Codziennie, przez dwa tygodnie do dyspozycji młodzieży szkolnej (po wcześniejszym ukazaniu legitymacji) będzie możliwość bezpłatnego skorzystania z lodowiska i krytego basenu OSiR Zawiercie. Miasto organizuje również coś dla fanów historii – zwiedzenie Miejskiej Izby Muzealnej połączone z lekcją historii. Ponadto dzieci będą mogły wziąć udział w pokazach eksperymentów, które odbędą się w budynku Miejskiego Ośrodka Kultury 4 i 11 lutego.

Zawiercie nie zapomniało o swoich sportowcach. Zajęcia z zumbą, gimna-

styki piłki siatkowej, piłki ręcznej z KS Viret CMC Zawiercie, a nawet zajęcia z samoobrony prowadzone przez Mistrza Europy w Ju-Jitsu Andrzeja Jabłońskiego – to tylko niewielki wycinek sportowych atrakcji.

Zawierciańskie biblioteki zabiorą natomiast dzieci i młodzież w świat książek i gier planszowych.

Podobnie biblioteka w Ryczowie, Gieble i Miejsko-Gminna Biblioteka Publiczna w Ogrodzieńcu mają swój plan na zabicie nudy, a w nim: turnieje gier, zajęcia plastyczne i literackie oraz konkursy.

MOK i Miejska Biblioteka Publiczna w Porębie oferują natomiast m.in. zajęcia taneczne, warsztaty z plecenia makramy, warsztaty z druku 3D, a także Bal Karnawałowy.

Całe ferie (9 lutego) zwieńczy kulig na stadionie OSiR I w Zawierciu.

Po więcej szczegółów związanych z feriami w poszczególnych miejscowościach zachęcamy do zapoznania się z niżej załączonymi plakatami.

Michalina Skwara

Ferie zimowe 2024 – co zaplanował Myszków?

Już 29 stycznia uczniów szkół podstawowych i liceów w województwie śląskim czeka długo wyczekiwana i z pewnością zasłużona przerwa zimowa. Potrwa ona przez dwa tygodnie – dokładnie do 11 lutego. Jak aktywnie wykorzystać ten czas?

Miejskie Ośrodek Sportu i Rekreacji Myszków w tym roku może zaproponować uczniom wiele atrakcji. Przez całe dwa tygodnie od godziny 9.00 do 20.00 uczniowie będą mogli skorzystać z darmowego lodowiska (bezpłatne będzie również wypożyczenie łyżew, kasków i chodzików do nauki jazdy), które znajduje się przy Szkole Podstawowej nr 1. Ponadto również codziennie od 8.00 do 14.00 – myszkowski basen oferuje dla młodzieży z Myszkowa promocyjną cenę biletu - za połowę dotychczasowej ceny. Młodzi mieszkańcy miasta w ferie za bilet zapłacą 2,50 zł.

MOSiR zaplanował również zajęcia sportowe z piłki nożnej, siatkówki oraz tenisu stołowego dla uczniów szkół podstawowych, ale także zajęcia na ścianie wspinaczkowej, a od drugiego tygodnia także z lekkoatletyki. Ponadto dla uczestników zajęć, które będą odbywały się na sali gimnastycznej i salce wielofunkcyjnej w budynku MOSiR Myszków czeka słodki poczęstunek oraz woda mineralna.

Co dokładnie Myszków przygotował dla swoich młodych mieszkańców w czasie wolnym od zajęć? W celu poznania szczegółów zachęcamy do zapoznania się z załączonym niżej plakatem.

Michalina Skwara



AKADEMIA
BEZPŁATNE ZAJĘCIA
OGÓLNOROZWOJOWE
DLA DZIECI 4-6 LAT

Zapraszamy dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym na bezpłatne zajęcia ogólnorozwojowe. Projekt współfinansowany ze środków otrzymanych od Gminy Zawiercie.

Treningi są koedukacyjne, nastawione na prawidłowy rozwój fizyczny najmłodszych dzieci oraz z ukierunkowaniem na dalszy trening piłki nożnej.

- równowaga i rozwój motoryczny
- koordynacja nerwowa - ruchowa
- wzmocnienie i prawidłowy rozwój mięśni
- budowa prawidłowej postawy ciała
- rozwój percepcji i równoważenie bodźców
- kreatywność i wyobraźnia
- praca zespołowa i działanie w grupie

ZAPISY NA BEZPŁATNE ZAJĘCIA
TEL.: +48 518 585 645 / AKADEMIA@WARTAZAWIERCIE.PL

zawiercie




KOSZYKÓWKI
TURNIEJ OPEN

www.mosirmyszkow.pl

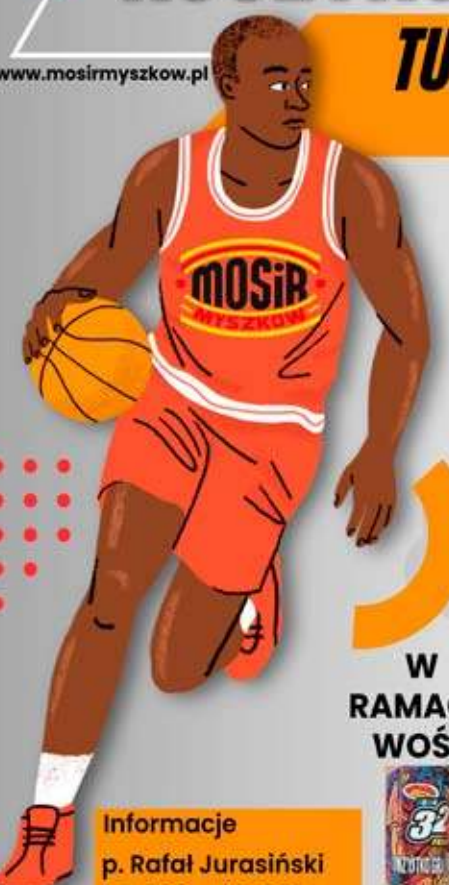
27 STYCZEŃ 2024
sobota

godz. 17:00

Miejsce:
Sala gimnastyczna
MOSiR Myszków

W
RAMACH
WOŚP

Informacje
p. Rafał Jurański
tel. 796-432-092




2024 32 FINAL

TURNIEJ TENISA STOŁOWEGO OPEN

28 STYCZNIA 2024 r.
Niedziela

godzina 9:00

sala gimnastyczna MOSiR Myszków

W RAMACH WOŚP

Informacje:
p. Zbigniew Jaworski
tel. 503-544-592

www.mosirmyszkow.pl





2024 32 FINAL WOŚP KOZIEGLÓWY

28 STYCZNIA 2024
ZESPÓŁ SZKÓŁ W KOZIEGLÓWACH
SALA GIMNASTYCZNA, ul. 3 Maja 12

SZTAB WOŚP # 4805 KOZIEGLÓWKI

ROZKŁAD JAZDY

14:00 - 14:40 KONCERT GMINNEJ MŁODZIEŻOWEJ ORKIESTRY DĘTEJ Z PIŃCZYC
14:40 - 14:50 TANIEC WALC / UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU KOZIEGLÓWY
14:50 - 15:10 MDP / POKAZ STRAŻACKI
15:10 - 15:40 LICYTACJA I
15:40 - 16:00 POKAZ KICKBOXINGU KLUB WARRIOS KOLASA TEAM
16:00 - 16:30 DRUM SHOW / MIKOWHY DRUM SCHOOL
16:30 - 16:40 TANIEC CYGAŃSKI / UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU KOZIEGLÓWY
16:40 - 17:10 LICYTACJA II
17:10 - 17:20 NATALIA FERET / WYSTĘP WOKALNY
17:20 - 17:30 TANIEC SEXSAPIL / UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU KOZIEGLÓWY
17:30 - 18:00 WYSTĘP DZIECI - STUDIO WOKALU „PASJA” – prowadzony przez DIANĘ KOLASĘ
18:00 - 18:30 LICYTACJA III
18:30 - 19:00 JULIA TKACZ / UCZESTNICZKA THE VICE KIDS 3 - GWIAZDA FINAŁU
19:00 - 19:10 ŚWIATEŁKO DO NIEBA

LIVE
TRANSMISJA NA ŻYWO



2024 32 FINAL

PŁUCA PO PANDEMII
GRAMY DLA DZIECI I DOROSŁYCH

WOŚP w Żarkach 28 stycznia 2024 r.
Honorowy patronat nad imprezą: Burmistrz Miasta i Gminy Żarki Klemens Podlejski

Final w Domu Kultury w Żarkach

15.00 Pokazy wokalne-taneczne dzieci z Przedszkola z Żarek
15.20 Występy artystyczne uczniów ze Szkoły Podstawowej w Zawadzie
15.30 Występy artystyczne uczniów ze Szkoły Podstawowej w Przybynowie
16.00 Prezentacje taneczne Ogniska Baletowego w Żarkach
16.40 Występ Zespołu Iskra i solistów ze Szkoły Podstawowej w Żarkach
17.10 Pokaz freestyle football w wykonaniu Patryka Męcika
17.30 Koncert Orkiestry Dętej OSP Przybynow
18.00 Prezentacja podopiecznych Vivo Studio Pięknego Głosu Marlena Labocha

Atrakcje dodatkowe:
Licytacje gadżetów WOŚP i nie tylko, loteria fantowa, ciasta i napoje
Zbiórka pieniędzy do puszek odbywać się będzie w Gminie Żarki przez cały dzień.

Organizatorzy i partnerzy:
Gmina Żarki, Burmistrz Miasta i Gminy Żarki Pan Klemens Podlejski, Zastępca Burmistrza Jakub Grabowski, Ochotnicza Straż Pożarna z Żarek, Dom Kultury w Żarkach, Międzygminny Bank Spółdzielczy w Myszkowie, Szkoła Podstawowa w Przybynowie, Szkoła Podstawowa w Żarkach, Szkoła Podstawowa w Zawadzie, Szkoła Podstawowa w Janorzniku, Przedszkole Publiczne w Żarkach z Oddziałem w Kolowicach, Ognisko Baletowe w Żarkach, KGW Wysoka Leśniewska, Orkiestra Dęta OSP Przybynow, Vivo Studio Pięknego Głosu

WYGRAMY

MIĘSKO-GMINNY OŚRODEK KULTURY W ŻARKACH
MIĘDYGMINNY BANK SPÓŁDZIELCZY W MYSZKOWIE
OSP ŻARKI 1905
KARTA PŁATNICZA WOŚP DOSTĘPNA W MBANKU





Dzieci i młodzież potrzebują wiedzy o wpływie sztucznej inteligencji na ich życie. Rusza bezpłatny kurs dla nauczycieli, aby potrafili rozmawiać o niej z uczniami

Wraz z upowszechnianiem się sztucznej inteligencji pojawia się też coraz więcej problemów i wątpliwości, związanych np. z dezinformacją w mediach społecznościowych, kreowaniem fake newsów czy ochroną danych. Ma to szczególne znaczenie dla młodych ludzi, którzy są najbardziej aktywni w sieci. Jak wskazują eksperci, potrzebna jest szeroka edukacja, która uświadomi młodemu pokoleniu korzyści i zagrożenia związane z tą technologią oraz pokaże, jak sztuczna inteligencja wpływa na nasze życie i podejmowane decyzje. To istotne zadanie dla nauczycielek i nauczycieli oraz osób pracujących z dziećmi i młodzieżą. Ich kształceniu w obszarze sztucznej inteligencji ma służyć kurs e-learningowy #BurzaMózgów, zainicjowany przez Fundację Orange.

Sztuczna inteligencja to gorący temat ostatniego roku, głównie za sprawą ChatGPT – narzędzia opracowanego przez laboratorium badawcze OpenAI, które jest nazywane kamieniem milowym w rozwoju tej technologii. Kilka miesięcy temu pojawił się jego ulepszony następca – ChatGPT4, który większość dotychczasowych użytkowników zgodnie nazywa rewolucją na miarę wynalezienia internetu czy maszyny parowej.

– ChatGPT można określić jako pierwszą supergwiazdę w dziedzinie sztucznej inteligencji – mówi agencji Newseria Biznes Maciej Wojnicki, współtwórca programu #BurzaMózgów, LOFI Robot . – Do tej pory była to hermetyczna technologia, wszyscy o niej słyszeliśmy, wiedzieliśmy, że ona gdzieś funkcjonuje, ale gdyby zapytać przeciętnego człowieka, czy używa sztucznej inteligencji na co dzień, najpewniej odpowiedziałby, że nie. Natomiast w ciągu ostatniego roku praktycznie z dnia na dzień wydarzyła się rewolucja, która pozwala nam namacalnie dotknąć tej technologii przyszłości. Komputery nagle nauczyły się mówić i każdy człowiek – bez umiejętności technicznych i doświadczenia – może zacząć z nimi rozmawiać jak z kolegą, który może dla niego wykonywać polecenia. Jednocześnie ten kolega ma doktorat w każdej dziedzinie i potrafi robić przeróżne rzeczy. I łatwo się przyczepić, że to narzędzie jest jeszcze niedoskonałe, często się myli i nie

wszystko rozumie, ale sam aspekt zrozumienia ludzkiego języka jest ewidentnym przełomem.

Algorytmy AI mają też coraz szersze zastosowanie w codziennym życiu. Polacy są jednak świadomi, że jest to technologia przyszłości. Według badania przeprowadzonego przez NASK („AI w społeczeństwie i gospodarce. Raport z badań społecznych”) tylko 4 proc. Polaków nie zetknęło się dotychczas z pojęciem sztucznej inteligencji. Z kolei ponad połowa uważa, że AI już wpływa na ich codzienne życie w obszarach takich jak pozyskiwanie informacji, rozrywka, edukacja, zakupy czy transport.

– Sztuczna inteligencja jest już dziś narzędziem powszechnie wykorzystywanym w sektorze usługowym, zwłaszcza na platformach streamingowych, które – bazując na podstawie naszych wcześniejszych preferencji – proponują nam filmy bądź muzykę, którą warto przesłuchać. AI jest też wykorzystywana w social mediach, gdzie otrzymujemy treści, które mogą nam się podobać, zgodnie z naszymi wcześniej określonymi zainteresowaniami. Czasami jednak nie zdajemy sobie sprawy z tego, że sztuczna inteligencja może mieć wpływ na nas i nasze wybory – mówi Małgorzata Kowalewska, członkini zarządu ds. programowych Fundacji Orange.

Ma to szczególne znaczenie w kontekście młodych użytkowników.

– Uczniowie i uczennice sprawnie posługują się urządzeniami cyfrowymi, natomiast często nie rozumieją, w jaki sposób mechanizmy sztucznej inteligencji bądź samo zjawisko może wpływać na ich decyzje i na ich wybory, zatem potrzebują osoby dorosłej, która im wytłumaczy, w jaki sposób ten świat cyfrowy rozumieć. Takimi osobami są nauczyciele i nauczycielki, którzy pełnią rolę przewodników i pomagają młodemu osobom rozumieć otaczający świat – podkreśla ekspertka.

– Dla nauczycieli chatboty czy inne algorytmy AI są bardzo praktycznymi narzędziami, za pomocą których mogą pokazać uczniom, w jaki sposób technologia zmienia przeróżne aspekty naszego życia. Niedługo nie będziemy chodzić do lekarza pierwszego kontaktu, a w zamian będziemy mogli porozmawiać z chatbotem, nie będziemy potrzebowali usług prawnych, tylko w każdej chwili będziemy mogli samodzielnie wygenerować dla siebie jakieś dokumenty. To, w jaki sposób ta technologia przetransformuje w przyszłości nasze życie, jest w tym momencie ogromną zagadką, ale też fascynującą historią, nad którą można podyskutować z uczniami – mówi Maciej Wojnicki, współtwórca programu #BurzaMózgów.

Wraz z rosnącą popularnością algorytmów i narzędzi AI pojawiają się też związane

z nimi wątpliwości dotyczące m.in. kreowania fake newsów, zagrożenia dezinformacją, łamanie praw autorskich czy nieuczciwego pozyskiwania danych do trenowania modeli językowych. Dlatego – jak wskazują eksperci – potrzebna jest szeroka edukacja na ten temat, która uświadomi młodemu pokoleniu korzyści i zagrożenia związane z tą technologią oraz pokaże, jakie decyzje mogą podejmować np. jako użytkownicy social mediów, aby zadbać o dobór wyświetlanych im treści czy ochronę prywatności. Temu ma właśnie służyć online’owy kurs dla nauczycieli #BurzaMózgów, zainicjowany przez Fundację Orange.

#BurzaMózgów to kurs kierowany do nauczycieli i osób pracujących z młodzieżą, który w prosty i przystępny sposób wyjaśnia, jak działa sztuczna inteligencja, i tłumaczy zjawiska z nią związane. Pokazuje AI od społecznej i etycznej strony, ucząc też krytycznego podejścia do tej technologii. Po ukończeniu kursu nauczyciele będą mogli pomóc młodym ludziom zrozumieć, że np. to, co widzą w social mediach, to nie przypadek, a algorytmy AI są w stanie wpływać na ich nastrój i decyzje.

– #BurzaMózgów jest programem, w którym nie wymagamy umiejętności technicznych. Nie jest to kurs o programowaniu. Wyjaśniamy natomiast zjawisko sztucznej inteligencji od strony społecznej i etycznej. Przygotowaliśmy materiały, które z powodzeniem można wykorzystywać do pracy z dziećmi i młodzieżą – mówi Małgorzata Kowalewska.

– #BurzaMózgów ma zaznajomić nauczycieli z tematem sztucznej inteligencji. Skupiamy się tu w szczególności na nauczycielach szkół podstawowych, ale też wszystkich innych osobach pracujących z młodzieżą w wieku mniej więcej 10–15 lat. Staramy się podejść do tego tematu sztucznej inteligencji trochę inaczej – nie skupiamy się na umiejętnościach technicznych, nauce programowania sensu stricto i tego typu zagadnieniach, bo one w tym momencie bardzo szybko się dezaktualizują, to się cały czas dynamicznie zmienia. Dlatego staramy się raczej opowiedzieć o tym zjawisku w trochę bardziej ogólny sposób, opowiedzieć o tym, jak ta technologia wpływa na nas i nasze życie – dodaje Maciej Wojnicki. – Nie chcemy się skupiać na na-

rzędziach, ale na tym, jak nasz świat może się zmienić poprzez tę technologię, w co ona może wyewoluować, jak to na nas wpływa, czy faktycznie jest niebezpieczne i szkodliwe, czy wręcz odwrotnie, być może przynosi nam ogromne korzyści. Chcemy pokazać, jakie zagrożenia i możliwości stwarza nam dostęp do tych nowoczesnych, futurystycznych narzędzi technologicznych.

Zapisy do drugiej edycji kursu #BurzaMózgów potrwają do 16 lutego br. Kurs jest bezpłatny i ma elastyczną, przystępną formułę – zagadnienia są tłumaczone prostym językiem w krótkich filmach, pogrupowanych w 12 bloków tematycznych. Odbywa się online, co pozwala na realizowanie kolejnych kroków w dogodnym dla siebie miejscu i czasie.

– Tworząc #BurzęMózgów, staraliśmy się przygotować bardzo pragmatyczne i przystępne narzędzie dla nauczycieli, żeby w jakiś sposób wnieść tę opowieść o sztucznej inteligencji do szkół – mówi ekspert z LOFI Robot. – Na kurs składa się szereg materiałów online, które można pokazać uczniom bezpośrednio na lekcji, i praktycznych ćwiczeń, które można z nimi zrealizować, a także cykl webinarów w ciągu roku szkolnego, dzięki którym nauczyciel może stopniowo wdrożyć się w ten temat i dowiedzieć się, gdzie i do czego może tę sztuczną inteligencję w szkole wykorzystywać.

Aby wziąć udział w #BurzyMózgów, nie trzeba mieć technologicznych umiejętności. Kurs mogą realizować nauczycielki i nauczyciele wszystkich przedmiotów, szkół podstawowych, szczególnie klas 4–8, i tacy, którzy rozmowy o bezpieczeństwie w internecie i higienie cyfrowej wplatają w zajęcia z młodzieżą. Ci, którzy przejdą cykl szkoleniowy, otrzymają zaświadczenie Niepublicznego Ośrodka Doskonalenia Nauczycieli Zyta Czechowska specjalmi.pl.

Równoległe z zapisami do projektu ruszyła również kampania edukacyjna Fundacji Orange i LOFI Robot pod hasłem „To nie przypadek, że...”, która zwraca uwagę na to, w jak wielu aspektach codziennego życia jest już obecna sztuczna inteligencja. Pokazując konkretne przykłady jej zastosowania, kampania zachęca do poszerzania wiedzy i refleksji nad swoją relacją z technologiami.

Newseria (red)

ZDROWIE

Innowacyjny lek może zrewolucjonizować podejście do leczenia otyłości. Wywołuje efekty, jakie osiąga się poprzez intensywne ćwiczenia

Nowy lek na odchudzanie opracowywany przez amerykańskich naukowców imituje mechanizmy w mięśniach, jakie towarzyszą ćwiczeniom wytrzymałościowym. Testy na myszach wykazały, że pozwala on zużyć więcej energii i zwiększyć aktywność, co powoduje chudnięcie bez wysiłku fizycznego. Innowacyjna terapia mogłaby znaleźć zastosowanie w leczeniu otyłości i różnych chorób metabolicznych, ale także w schorzeniach związanych z zaburzeniami funkcjonowania mięśni. To zupełnie inne podejście niż w przypadku najnowszych leków zarejestrowanych w leczeniu cukrzycy i otyłości.

Naukowcy na świecie intensywnie pracują nad preparatami przeciwcukrzycowymi i ułatwiającymi chudnięcie. Działanie dotychczas zarejestrowanych preparatów opiera się na mechanizmie, którego skutkiem jest zahamowanie apetytu. Leki te stymulują ośrodek sytości i w ten sposób ograniczają uczucie głodu, a co za tym idzie, przyczyniają się do zmniejszenia liczby spożywanych kalorii. Nowy preparat o nazwie SLU-PP-332 – opracowany przez naukowców m.in. z Uniwersytetu Florydy, Uniwersytetu Waszyngtońskiego w St. Louis i Uniwersytetu St. Louis – działa jednak inaczej.

– Działanie leku opiera się na aktywacji receptora ERR, który bierze udział w regulacji gospodarki energetycznej komórek, szczególnie komórek mięśni szkieletowych. Dzięki aktywacji części komórki odpowiedzialnej za energię lek imituje mechanizmy związane z ćwiczeniami fizycznymi i w efekcie mięsień nie różni się niczym od mięśnia rzeczywiście poddanego ćwiczeniom fizycznym – mówi agencji Newseria Innowacje prof. Thomas Burris z Uniwersytetu Florydy.



Lek nie hamuje apetytu, a zamiast tego wpływa na mięśnie, zwiększając zużywaną przez nie energię. Można go nazwać „mimetykiem ćwiczeń”. Jego działanie polega na pobudzeniu naturalnego szlaku metabolizmu, który zazwyczaj reaguje na wysiłek fizyczny.

Prowadzi to do zwiększonego wydatku energetycznego i zwiększenia tempa spalania tłuszczów w organizmie.

Organizmy myszy, na których naukowcy testowali SLU-PP-332, wykazały efekty porównywalne ze skutkami postu albo intensywnych ćwiczeń.

Gryzonie o prawidłowej wadze mogły biegać o 70 proc. dłużej i o 45 proc. dalej niż myszy nieotrzymujące leku. Z kolei otyłe myszy straciły w ciągu miesiąca terapii 12 proc. masy ciała.

Dzięki temu, że SLU-PP-332 opiera się na innym mechanizmie niż wspomniani agoniści receptora GLP-1, może być stosowany razem z tymi lekami w terapii chorób metabolicznych, aby poprawić i przyspieszyć efekty leczenia. Atutem jest także fakt, że pozwala on utrzymać masę mięśniową w procesie chudnięcia.

– Lek zdecydowanie może być stosowany w leczeniu otyłości i chorób metabolicznych takich jak cukrzyca typu 2, ale też np. w dyslipidemii. Podwyższone wartości cholesterolu i trójglicerydów stanowią poważny problem w zakresie zdrowia publicznego, który stwarza duże obciążenie dla gospodarki globalnej. Lek może także znaleźć zastosowanie w chorobach związanych z zaburzeniami funkcjonowania mięśni, na przykład dystrofii mięśniowej Duchenne’a, a nawet utracie masy mięśniowej związanej ze starzeniem się – wymienia prof. Thomas Burris.

Wskazań może być jeszcze więcej, co wykażą kolejne badania.

– Jest kilka kwestii, które chcemy wyjaśnić, ponieważ wydaje się, że leki działające na receptory mogą mieć zastosowanie w leczeniu chorób serca, na przykład niewydolności serca, oraz chorób nerek. Mogą one także wpływać na funkcjonowanie poznawcze. Ćwiczenia fizyczne wiążą się z poprawą funkcjonowania poznawczego, a według naszych danych ta klasa leków też może na to pozytywnie wpływać – mówi naukowiec.

Testy na ludziach mogą się rozpocząć za około dwa lata. SLU-PP-332 musi przejść jeszcze testy na większej liczbie

modeli zwierzęcych pod kątem skutków ubocznych. Po optymalizacji związków zawartych w leku jego twórcy będą mogli się zwrócić do agencji regulacyjnych z wnioskiem o rozpoczęcie badań klinicznych. Te zajmą kilka lat. Docelowo lek ma mieć postać tabletki.

Twórcy leku podkreślają, że wprowadzenie preparatu na rynek jest istotne w dobie epidemii otyłości, chorób metabolicznych i starzenia się populacji.

– Tego rodzaju leki, które mogą poprawić stan zdrowia ludzi cierpiących na otyłość i cukrzycę typu 2 oraz przeciwdziałać obniżeniu masy mięśniowej w związku ze starzeniem, są istotnym odkryciem i mogą wyraźnie wpływać na zmniejszenie obciążenia społeczeństwa kosztami opieki zdrowotnej nad pacjentami z tymi chorobami – mówi prof. Thomas Burris.

O tym, jak duże jest zapotrzebowanie na leki wspomagające leczenie otyłości i cukrzycy, świadczą dane i prognozy dotyczące sprzedaży agonistów GLP-1. Według Spherical Insights rynek tych preparatów był w 2022 roku wart 13,4 mld dol., a do 2032 roku obroty mają sięgnąć 24,2 mld dol.

Według Światowej Federacji Otyłości w 2035 roku co czwarta osoba na świecie będzie się zmagać z otyłością. Oznacza to wzrost o 10 proc. w stosunku do 2020 roku. Z danych Światowej Organizacji Zdrowia wynika, że w 2014 roku 422 mln ludzi na całym świecie chorowało na cukrzycę, a minimum 1,5 mln rocznie umiera bezpośrednio z powodu tej choroby. Jest ona główną przyczyną ślepoty, niewydolności nerek, zawałów serca, udarów mózgu i amputacji kończyn dolnych.

Newseria zd. frapik

Tenis stołowy

V GRAND PRIX MYSZKOWA
W TENISIE STOŁOWYM

(Myszków) W niedzielę 14 stycznia w hali MOSiR-u w Myszkowie odbył się piąty tegoroczny turniej z cyklu turniejów Grand Prix Myszkowa w tenisie stołowym w kategorii open. Organizatorami zawodów są Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Myszkowie oraz TRS Millenium. W zawodach udział wzięło 14 zawodników z okolicznych powiatów.



W niedzielę 14 stycznia w hali MOSiR-u w Myszkowie odbył się piąty tegoroczny turniej z cyklu turniejów Grand Prix Myszkowa w tenisie stołowym w kategorii open. Organizatorami zawodów są Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Myszkowie oraz TRS Millenium. W zawodach udział wzięło 14 zawodników z okolicznych powiatów.

Zwycięzcą turnieju został Jacek Żelezik, który zainkasował 50 punktów. Drugie miejsce przypadło Michałowi Machelskiemu, a trzecie miejsce w zawodach zdobył Maciej Lamer. Liderem po pięciu rundach są dwaj zawodnicy Mariusz Sikora oraz Jacek Żelezik, którzy mają po 226 punktów. A na trzecie miejsce spadł Paweł Kurek, który w ostatnich zawodach nie brał udziału.

Organizatorzy dziękują za udział i serdecznie zapraszają do udziału w VI rundzie rozgrywek, która odbędzie się 11 lutego 2024 r. na sali gimnastycznej MOSiR Myszków, start od godz. 9:00.

Wyniki rywalizacji w piątym Grand Prix Myszkowa w tenisie stołowym:

1. Jacek Żelezik
2. Michał Machelski
3. Maciej Lamer
4. Mariusz Sikora
5. Bartosz Tomaszczyk
6. Sylwester Miśta
7. Marcin Konopka
8. Sławomir Wawryło
9. Grzegorz Zimnik
10. Zbigniew Męcik
11. Piotr Giemza
12. Karol Skorupa

13. Jan Wieczorek
14. Zbigniew Jaworski

Podsumowanie rozgrywek w tenisie stołowym - wyniki sezon 2023 – 2024 po pięciu turniejach:

1. Mateusz Sikora 226 pkt
2. Jacek Żelezik 226 pkt
3. Paweł Kurek 190 pkt
4. Michał Machelski 188 pkt
5. Sławomir Wawryło 160 pkt
6. Zdzisław Męcik 142 pkt
7. Krzysztof Kurek 134 pkt
8. Zbigniew Jaworski 134 pkt
9. Maciej Lamer 122 pkt
10. Sylwester Miśta 122 pkt
11. Jan Wieczorek 120 pkt
12. Marcin Konopka 120 pkt
13. Arkadiusz Dziuk 104 pkt
14. Paulina Dorobisz 90 pkt
15. Adam Kurek 82 pkt
16. Sławomir Żarski 66 pkt
17. Piotr Giemza 60 pkt
18. Anita Kijas 48 pkt
19. Krzysztof Juszczyk 46 pkt
20. Karol Skorupa 46 pkt
21. Mateusz Banaszek 42 pkt
22. Bartosz Tomaszczyk 40 pkt
23. Grzegorz Zimnik 32 pkt
24. Klaudia Kołacz 30 pkt
25. Mateusz Banaszek (J) 28 pkt
26. Marcin Pawłowski 26 pkt
27. Anita Godzik 24 pkt
28. Wojciech Żywiołek 16 pkt
29. Szymon Musialik 16 pkt
30. Magdalena Chrzan 16 pkt
31. Ryszard Wcisło 16 pkt
32. Damian Jurczak 16 pkt (tu), foto: MOSiR Myszków



Piłka nożna, II liga kobiet

KOBIECA DRUŻYNA MKS-U
MYSZKÓW WZNOWIŁA TRENINGI

(Myszków) We wtorek 16 stycznia pomimo śniegu i mroźnej pogody kobieca drużyna MKS-u Myszków rozpoczęła przygotowania do rundy wiosennej w II lidze kobiet grupie południowej. Trenerzy Dusza i Wróbel we wtorkowe popołudnie rozpoczęli zgodnie z planem pierwsze zajęcia w 2024 roku.



We wtorek 16 stycznia pomimo śniegu i mroźnej pogody kobieca drużyna MKS-u Myszków rozpoczęła przygotowania do rundy wiosennej w II lidze kobiet w grupie południowej. Trenerzy Dusza i Wróbel we wtorkowe popołudnie rozpoczęli zgodnie z planem pierwsze zajęcia w 2024 roku.

W okresie przygotowawczym sztab trenerski zaplanował 6 meczów sparingowych i udział w Turnieju Lubartów Cup, rozgrywanym na dużym boisku z udziałem dziesięciu zespołów. Pierwszy sparing panie z Myszkowa zagrają w niedzielę 4 lutego u siebie z GKS-em Tychy. A ostatni mecz kontrolny rozegrają w niedzielę 10 marca z LKS-em Goczałkowice.

- Od początku bierzemy się do ciężkiej roboty, żeby jak najlepiej przygotować się do rozgrywek. W przerwie zimowej zespół opuściła Ewa Sikora, która na zasadzie transferu definitywnego zasilila ekstraklasowe Stomiliani Olsztyn. Mamy na oku kilka zawodniczek, które będą testowane w najbliższym czasie. Zrobimy wszystko żeby wzmocnić zespół – powiedział trener Tomasz Dusza.

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

MECZE KONTROLNE
przerwa zimowa 2024

MKS MYSZKÓW	04.02.2024	GKS TYCHY
LUBARTÓW CUP	10-11 02.2024	LUBARTÓW CUP
SKRA CZĘSTOCHOWA	18.02.2024	MKS MYSZKÓW
MKS MYSZKÓW	25.02.2024	DĄB ZABIERZÓW B.
MKS MYSZKÓW	03.03.2024	GKS II KATOWICE
MKS MYSZKÓW	10.03.2024	LKS GOCZAŁKOWICE

Smog – trucizna
podana doustnie

W zanieczyszczonym powietrzu znajduje się cała tablica Mendelejewa. Najgroźniejsze dla zdrowia są pyły zawieszone – PM10 i PM2,5. Pierwszy z nich zawiera rakotwórcze metale ciężkie, takie jak benzo(a)pireny, furany czy dioksyne, które szkodliwe wpływają przede wszystkim na układ oddechowy. Wywołują trudności z nabieraniem powietrza, zaostrzają ataki kaszlu, mogą nawet przyczyniać się do rozwoju astmy czy gwałtownego zapalenia oskrzeli.

Za jeszcze bardziej niebezpieczne uznaje się jednak pyły PM2,5. Ponieważ ich cząsteczki są bardzo drobne, przedostają się nie tylko do płuc, ale i do krwioobiegu, a wraz z krwią do wszystkich organów. Lista dolegliwości, które mogą powodować, jest długa. Zaczyna się od nasilenia objawów chorób związanych z układem krwionośnym i oddechowym, ale obejmuje też tak poważne schorzenia, jak zaburzenia rytmu serca, miażdżycę czy nowotwory płuc, gardła i krtani. Znalazły się na niej nawet zaburzenia psychiczne: wywoływanie problemów z pamięcią i koncentracją czy zaostrzanie stanów depresyjnych.

Na negatywne skutki wdychania tak zanieczyszczonego powietrza szczególnie narażeni są biegacze, rowerzyści i wszystkie

inne osoby uprawiające sport na, ekhm, „świeżym” powietrzu. W ciągu godziny przez płuca człowieka przepływa ok. 480 litrów powietrza. Podczas wysiłku, gdy tętno przyspiesza, a organizm potrzebuje większych ilości tlenu, liczba ta wzrasta do nawet 12 tysięcy litrów. Z każdym wdechem przyswajamy wtedy o wiele więcej szkodliwych substancji. Co równie istotne – kiedy biegamy, zazwyczaj oddychamy przez usta. Tracimy zatem możliwość naturalnego filtrowania i oczyszczania powietrza przez włoski znajdujące się w nosie.

Więcej na tronie fitanu.com zd. zdrowie.pap.pl



Siatkówka, Puchar CEV

ĆWIERĆFINAŁ PUCHARU CEV DLA JURAJSKICH RYCERZ

Allianz Milano - Aluron CMC Warta Zawiercie 0:3 (22:25, 22:25, 23:25)

(Zawiercie) W rewanżowym meczu siatkarze Aluronu CMC Warty Zawiercie wygrali 3:0 na wyjeździe z włoską drużyną Allianz Milano. W pierwszym meczu również góra byli zawiercianie, którzy pokonali ich 3:0. Tym samym zapewniając sobie awans do ćwierćfinału pucharu CEV, w którym zmierzą się z Asseco Resovia.

W rewanżowym meczu siatkarze Aluronu CMC Warty Zawiercie wygrali 3:0 na wyjeździe z włoską drużyną Allianz Milano. W pierwszym meczu również góra byli zawiercianie, którzy pokonali ich 3:0. Tym samym zapewniając sobie awans do ćwierćfinału pucharu CEV, w którym zmierzą się z Asseco Resovia.

Początek meczu to wyrówna gra do stanu 2:2. W kolejnych akcjach zawiercianie zbudowali przewagę zdobywając pięć punktów z rzędu po zagrywkach Bartosza Kwolka i było 3:8. Zawiercianie w tej partii dobrze prezentowali się na zagrywce i popełniali mniej błędów od rywali. W końcówce Włosi zmniejszyli straty dochodząc Aluron na 19:21, ale Jurajscy Rycerze dowieźli przewagę



do końca wygrywając seta wynikiem 22:25.

W drugiej partii również goście lepiej rozpoczęli zawiercianie, którzy na początku prowadzenie 7:3. Jednak przewaga ta nie została utrzymana. W środkowej części seta zawodnicy Allianz Milano odrobili straty i objęli prowadzenie 16:15. Podopieczni Michała Winiarskiego byli jednak skuteczniejsi w ataku i wgrali również tego seta do 22.

W trzecim secie trener Aluronu wpuścił na boisko zmienników. Pomimo

zmian drużyna z Zawiercia wyglądała dobrze. Gra toczyła się punkt za punkt, a żadnej z drużyn nie udało się odskoczyć na więcej niż dwa punkty. Po zaciętym i wyrównanym secie wygrali goście wynikiem 23:25.

W ćwierćfinale pucharu CEV zawodnicy Aluronu CMC Warty Zawiercie zmierzą się na wyjeździe z Asseco Resovia. Mecz rozegrany zostanie w czwartek 1 lutego o godzinie 18:00.

Allianz Milano - Aluron CMC Warta Zawiercie 0:3 (22:25, 22:25, 23:25)

Składy:

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

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

MVP:

Wyniki par rundy rewanżowej 1/8 pucharu CEV:

Milano - Aluron CMC Warta Zawiercie 0:3

Fenerbahce - SC Prometey Dnipro 3:0

Arkasspor - Rio Duero Soria 3:0

Nantes - AONS Milon 3:2

Zestawy par ćwierćfinału puchar CEV:

Luneburg - AONS Milon

Olympiakos – Arkasspor

Maaseik – Fenerbahce

Asseco Resovia - Aluron CMC Warta Zawiercie (1 lutego, godzina 18:00) (tu), foto: aluroncmc.pl



XXXII

MISTRZOSTWA

POLSKI OLDBOJÓW

W HALOWEJ

PIŁCE NOŻNEJ

HALA OSIR II | UL. BLANOWSKA 40

HALA OSIR PRZY SP 9 | UL. PIŁSUDSKIEGO 117

27-28 STYCZNIA 2024 R.

OD GODZ. 9.30

IX CYKL

2024

32

FINAL

1BIEG

PO ZDROWIE

wspieramy

wielka orkiestra

świątecznej

pomocy

TERMIN

28 STYCZEŃ 2024 (NIEDZIELA)

GODZINA 10:00

zapisy od godz. 9:30

Kompleks

wypoczynkowo - sportowy

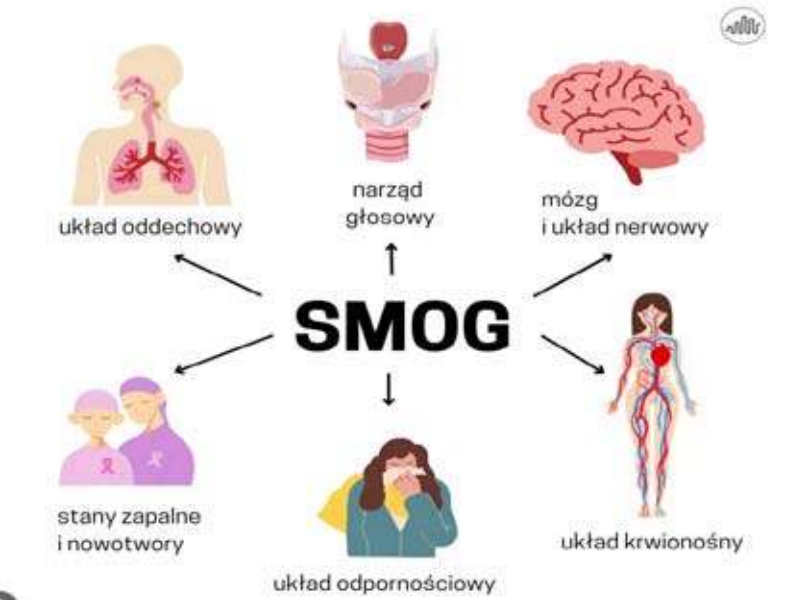
DOTYK JURY

w Myszkowie

MOSiR

MYSKOW

www.mosirmyszkow.pl







START
20 LISTOPADA 2023 R.



www.mosirmyszkow.pl

STARTUJEMY OD 20 LISTOPADA 2023 R.
NA SALI GIMNASTYCZNEJ

BEZPŁATNE
ZAJĘCIA
LEKKOATLETYCZNE
OPEN

Zajęcia w okresie
jesiennie - zimowym
odbywać się będą na
sali gimnastycznej
Zespołu Szkół nr 2
im. H. Kollataja
w Myszkowie

TERMINY ZAJĘĆ
PONIEDZIAŁKI
18:15 - 20:15
PIĄTKI
18:15 - 20:15

od WIOSNY 2024 startujemy
na bieżni lekkoatletycznej
Stadion Miejski ul. Pułaskiego 13 b
w Myszkowie

P. GRZEGORZ KARCZ
INSTRUKTOR BIEGANIA
795-125-132



2024
32
FINAL

WIELKA ORKIESTRA
ŚWIĄTECZNEJ
POMOCY

ul. Spacówka 12, 41-445 Szczakociny

TURNIEJ PIŁKARSKI

START WYDARZENIA
08:30

DATA WYDARZENIA
27.01.2024

Grupa A

- Sengam
- Start Słupia
- Przyjaciele GLKS Złoty Potok
- ALDach
- Sparta Szczakociny

Grupa B

- ALDach Monterzy
- Pretendenci
- Spark Welding
- Mario serwis Club
- Smakolysze



Cały dochód z turnieju zostanie przekazany na WOŚP



**NABORY UZUPEŁNIAJĄCE
2023**

WŁĄCZ
ZDROWY TRYB

DOŁĄCZ
DO NASZEJ DRUŻYNY

507 786 347

znajdź nas na
FACEBOOKU AKADEMIA PIŁKARSKA MŁODA PRZEMISZA

Piłka nożna, III śląska liga futsalu

ODDANE PUNKTY BEZ WALKI

SRS Gwiazda II Ruda Śląska - MKS Myszków 5:0 (walkower)

(Myszków) W niedzielę 21 stycznia piłkarze MKS Myszków mieli rozegrać wyjazdowe spotkanie z liderem tabeli, drużyną SRS-u Gwiazdy II Rudy Śląskiej spotkanie dziewiątej kolejki. Jednak do spotkania nie doszło i przyznany został walkower drużynie gospodarzy.

W niedzielę 21 stycznia piłkarze MKS Myszków mieli rozegrać wyjazdowe spotkanie z liderem tabeli, drużyną SRS-u Gwiazdy II Rudy Śląskiej spotkanie dziewiątej kolejki. Jednak do spotkania nie doszło i przyznany został walkower drużynie gospodarzy.

W dziesiątej kolejce spotkań III śląskiej ligi futsalu piłkarze MKS-u Myszków podejmą u siebie AZS II Uniwersytetu Śląskiego. Mecz rozegrany zostanie w sobotę 27 stycznia o godzinie 16:00.

SRS Gwiazda II Ruda Śląska - MKS Myszków 5:0 (walkower)

Wyniki par dziewiątej kolejki III śląska liga futsalu:

TSMT Rybnik Futsal Club - KS Sośnica II Gliwice 3:10

TS Tarnowiczanka - SP Clearrex - Sport II Chorzów 2:22

AZS II Uniwersytetu Śląskiego - Promar IT Carbo Gliwice 4:3

SRS Gwiazda II Ruda Śląska - MKS

Myszków 5:0

Aktualna tabela III śląskiej ligi futsalu:

1. SRS Gwiazda II Ruda Śląska	9	-	24	-
111:19				
2. Promar IT Carbo Gliwice	8	-	16	-
39:26				
3. SP Clearrex - Sport II Chorzów	8	-	15	-
71:30				
4. AZS II Uniwersytetu Śląskiego	8	-	11	-
27:31				
5. KS Sośnica II Gliwice	8	-	11	-
44:30				
6. MKS Myszków	8	-	8	-
37:42				
7. TS Tarnowiczanka	3	-	0	-
7:79				
8. TSMT Rybnik Futsal Club	8	-	0	-
15:94				

Zestawy par dziesiątej kolejki III śląska liga futsalu:

MKS Myszków - AZS II Uniwersytetu Śląskiego (27 stycznia, godzina 16:00)

KS Sośnica II Gliwice - TS Tarnowiczanka

Promar IT Carbo Gliwice - TSMT Rybnik Futsal Club

SP Clearrex - Sport II Chorzów - SRS Gwiazda II Ruda Śląska (tu)



2024
32
FINAL

WIELKA ORKIESTRA
ŚWIĄTECZNEJ
POMOCY

ul. Spacówka 12, 41-445 Szczakociny

**TURNIEJ
TENISA STOŁOWEGO
OPEN**

28 STYCZNIA 2024 r.
Niedziela

godzina 9:00

sala gimnastyczna MOSiR Myszków



Informacje:
p. Zbigniew Jaworski
tel. 503-544-592



W RAMACH WOŚP

WIELKA ORKIESTRA
ŚWIĄTECZNEJ
POMOCY

www.mosirmyszkow.pl



**KS POLONIA
PORAJ**

ul. Górnicza 18 A

**ŻAPRASZA NA ZAJĘCIA
BADMINTONA**

dla dzieci i młodzieży

**WTOREK I CZWARTEK
15:30 - 17:00**

Hala Sportowa w Poraju ul. Górnicza 18 A

Ruszamy 03.10.2023



Wszelkie informacje pod numerem telefonu:
692 625 425



**MECZE KONTROLNE
przerwa zimowa 2024**

MKS MYSKÓW	20.01.2024	UNIA TURZA ŚLĄSKA
MKS MYSKÓW	03.02.2024	LEGION BYDLIN
DECOR BEŁK	07.02.2024	MKS MYSKÓW
MKS MYSKÓW	17.02.2024	KUŹNIA USTROŃ
CRACOVIA CLJ	24.02.2024	MKS MYSKÓW
MKS MYSKÓW	28.02.2024	POLONIA ŁAZISKA
MKS MYSKÓW	02.03.2024	RUCH II CHORZÓW

DERBY JURY DLA ALURONU CMC WARTY ZAWIERCIE

Exact Systems Hemarpol Częstochowa - Aluron CMC Warta Zawiercie 0:3 (23:25, 20:25, 18:25)

(Zawiercie) W niedzielę 21 stycznia doszło do drugich w tym sezonie derbów Jury Krakowsko-Częstochowskiej. W nich po raz drugi góra byli siatkarze Aluronu CMC Warty Zawiercie, którzy na wyjeździe pokonali 3:0 drużynę Exact Systems Hemarpołem Częstochowa.

W niedzielę 21 stycznia doszło do drugich w tym sezonie derbów Jury Krakowsko-Częstochowskiej. W nich po raz drugi góra byli siatkarze Aluronu CMC Warty Zawiercie, którzy na wyjeździe pokonali 3:0 drużynę Exact Systems Hemarpołem Częstochowa.

Dobrze mecz rozpoczęli siatkarze z Zawiercia. Po asie Miguela Tavaresa prowadzili 2:0, ale kolejne trzy akcje gospodarze kończyli blokiem i to oni po chwili prowadzili 3:2. W kolejnych akcjach gra toczyła się punkt za punkt. Dopiero przy skończonym kontrataku Dawida Dulskiego gospodarze wyszli na prowadzenie 12:10. A blok na Kwołku powiększył tę przewagę do trzech punktów. Zawiercianie po dobrej grze w obronie, którą zamieniali na punkty wrócili na prowadzenie 18:17, a po chwili powiększyli ją do wyniku 20:18. Jednak tej przewagi nie udało im się utrzymać doprowadzając do remisu 22:22. Gdy Clevenot kiwką oszukał obronę częstochowian to Aluron miał piłkę setową. Seta zakończył sprytny serwis Jurajskich Rycerze, z którym nie poradzili sobie gospodarze.

Drugi set równie od dwupunktowego prowadzenie rozpoczęli zawiercianie. Jednak tym razem prowadzenie udało im się utrzymać. Po zagrywce Szalachy przewaga Aluronu powiększyła się do stanu 12:9. A po bloku Tavares na Sobańskim zrobiło się 15:10. Dwa bloki i as Aymena Bouguerre, który chwilę wcześniej pojawił się na boisku, sprawiły, że przewaga stopniała do stanu 17:15. Po serwisie wprowadzonego zadaniowo Daniela Gąsiora kontrę skończył Kwolek, a chwilę później Zniszczoł zablokował Mateusza Borkowskiego i było już 23:19. Set zakończył się serwisem w siatkę przy zagrywce Borkowskiego.

W trzeciej partii od początku przewagę mieli Jurajscy Rycerze, którzy narzucili rywalom swój rytm. Zniszczoł dorzucił punkt blokiem zatrzymując Koguta, a Tavares dorzucił asa serwisowo-



wego. Blokiem zapunktował też Butryn i było już 9:5 dla Zawiercia. Przewaga wzrosła do siedmiu punktów, gdy Tavares zdobył punkt po ataku z przechodzącej piłki. Zawiercianie pewnie grali w ataku, nie dając rywalom wielu okazji do kontry i pilnując bezpiecznego dystansu. Na ostatnie piłki na parkiecie pojawili się Patryk Łaba, Daniel Gąsior oraz Mariusz Schamlewski. Ostatni punkt Aluron zdobył po zepsutej zagrywce Koguta. Kończąc seta 18:25.

W czwartek 25 stycznia siatkarze Aluronu CMC Warty Zawiercie podjęli we własnej hali Resovia Rzeszów, wynik i opis tego meczu podamy w kolejnym wydaniu. A w sobotę 27 stycznia o godzinie 20:30 na wyjeździe zagrają z GKS-em Katowice.

Exact Systems Hemarpol Częstochowa - Aluron CMC Warta Zawiercie 0:3

(23:25, 20:25, 18:25)

Składy:

Exact Systems Hemarpol Częstochowa: Dawid Dulski, Piotr Hain, Damian Kogut, Tomasz Kowalski, Bartosz Schmidt, Rafał Sobański, Marcin Jaskuła (libero), Mateusz Borkowski, Aymen Bouguerra, Oskar Espeland, Byron Keturakis. Trener: Leszek Hudziak.

Aluron CMC Warta Zawiercie: Karol Butryn, Trevor Clevenot, Bartosz Kwolek, Miguel Tavares Rodrigues, Michał Szalacha, Miłosz Zniszczoł, Luke Perry (libero), Daniel Gąsior, Szymon Gregorowicz, Patryk Łaba, Mariusz Schamlewski. Trener: Michał Winiarski.

MVP: Miguel Tavares Rodrigues.

Wyniki par siedemnastej kolejki PlusLigi:

Cuprum Lubin - Skra Bełchatów 1:3
Barkom Lwów - LUK Lublin 3:1
Trefl Gdańsk - Czarni Radom 3:0
GKS Katowice - Projekt Warszawa 0:3
Resovia Rzeszów - Ślepsk Suwałki 3:1
Norwid Częstochowa - Aluron CMC Warta Zawiercie 0:3
AZS Olsztyn - Jastrzębski Węgiel 0:3
Stal Nysa - ZAKSA Kędzierzyn-Koźle 0:3

Aktualna tabela PlusLigi:

1. Jastrzębski Węgiel	17 - 45 - 47:12
2. Aluron CMC Warta Zawiercie	17 - 41 - 45:16
3. Projekt Warszawa	17 - 41 - 44:16
4. Asseco Resovia Rzeszów	17 - 38 - 45:22
5. Trefl Gdańsk	17 - 32 - 36:24
6. BOGDANKA LUK Lublin	17 - 29 - 38:31
7. PSG Stal Nysa	17 - 25 - 31:34



13. Exact Systems Hemarpol Częstochowa

17 - 17 - 24:41

14. GKS Katowice 17 - 14 - 20:41

15. KGHM Cuprum Lubin 16 - 11 - 17:39

16. Enea Czarni Radom 17 - 6 - 11:48

Zestawy par osiemnastej kolejki PlusLigi:

Skra Bełchatów - Stal Nysa
ZAKSA Kędzierzyn-Koźle - AZS Olsztyn

Jastrzębski Węgiel - Norwid Częstochowa

Aluron CMC Warta Zawiercie - Resovia Rzeszów (25 stycznia)

Ślepsk Suwałki - GKS Katowice
Projekt Warszawa - Czarni Radom

Trefl Gdańsk - Barkom Lwów
LUK Lublin - Cuprum Lubin

Zestawy par dziewiętnastej kolejki PlusLigi:

LUK Lublin - Skra Bełchatów
Cuprum Lubin - Trefl Gdańsk

Barkom Lwów - Projekt Warszawa
Czarni Radom - Ślepsk Suwałki

GKS Katowice - Aluron CMC Warta Zawiercie (27 stycznia, godzina 20:30)

Resovia Rzeszów - Jastrzębski Węgiel

Norwid Częstochowa - ZAKSA Kędzierzyn-Koźle

AZS Olsztyn - Stal Nysa (tu), foto: aluroncmc.pl

8. PGE GiEK Skra Bełchatów 17 - 24 - 33:34

9. Grupa Azoty ZAKSA Kędzierzyn-Koźle

17 - 24 - 31:31

10. Indykpol AZS Olsztyn 17 - 23 - 30:34

11. Ślepsk Małow Suwałki 17 - 18 - 20:36

12. Barkom-Kaźany Lwów 16 - 17 - 25:38



KICKBOXING MAŁPKA ZAWIERCIE

"W DRODZE DO MARZEŃ TRENER ZAWSZE JEST I BĘDZIE PRZY TOBIE"

1 trening GRATIS!



Wieloletni staż treningowy różnych form walki, wieloletnie doświadczenie w pracy z dziećmi

ZAWIERCIE
UL. PIŁUSKIEGO 73A

GRUPA ZAWODNICZA 9-13 LAT
PONIEDZIAŁEK 17:15
ŚRODA 16:00
PIĄTEK 18:30

GRUPA POZACZĄTKUJĄCA KICKBOXING OD PODSTAW
PONIEDZIAŁEK 17:15
PIĄTEK 17:15

GRUPA DZIECI 6-9 LAT
PONIEDZIAŁEK 16:00
ŚRODA 16:00

GRUPA DZIECI 3-6 LAT
PONIEDZIAŁEK 16:00
ŚRODA 16:00
GRUPA KOBIET
WTOREK 17:00
CZWARTEK 17:00

TELEFON: 604-932-678

WTOREK CZWARTEK
16:30 16:30
zapisy tel.: 531 693 252

PILICA UL. 17 STYCZNIA 2A

ZAPRASZAM NA LEKCJE INDYWIDUALNE
TEL. 531 693 252

Skola Wing Chin Kung fu i sekcja Kokodo Ju Jutsu
WTOREK 18:15
CZWARTEK 18:15
TELEFON: 507-456-101

www.facebook.com/zawiercie.kickboxing

OGŁOSZENIA DROBNE

USŁUGI

PRANIE, CZYSZCZENIE

Karcherem dywanów, tapicerek. 500-200-337

Transport, przeprowadzki. 724/782-830

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

Mycie, czyszczenie kostki. 724/782-830

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

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

OPRÓŻNIANIE MIESZKAŃ 724/782-830

ZŁOTA RĄCZKA - NAPRAWY AWARIE 513/309-345

Rębak, rozdrabnianie gałęzi 724-782-830

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

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

Naprawa: kuchnie gazowo- elektryczne, lodówki, zmywarki, witriny, lamy, pralki automatyczne wimikowe, wirówki, instalacje elektryczne tel. 506-655-874

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

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

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

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

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

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

USŁUGI BUDOWLANE

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

AZBEST demontaż i utylizacja 791-973-030

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

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

Wykonuję świadectwa charakterystyki energetycznej obowiązkowe od 28 kwietnia 2023! Audyty do „Czyste powietrze” 691-298-811

Montaż dachów Tanio! tel. 511-134-378

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

Gładzie, malowanie tel. 600-165-989

DOCIEPLENIA. 508-504-492

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

ARTYKUŁY BUDOWLANE

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

SPRZEDAM- DZIAŁ BUDOWLANY

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

DOM i OGRÓD

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

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

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

NAUKA

Matematyka 535-784-369

DAM PRACĘ

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

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

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

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

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

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

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

Całodobowa opieka przy starszej osobie w Myszkowie, dobre wynagrodzenie tel. 791-582-440

SZUKAM PRACY

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

Krawcowa z doświadczeniem zawodowym przy szyciu sukien ślubnych, wizytowych oraz innych. Podejmę również inną do przyuczenia. Posiadam prawo jazdy. Okolice Myszków, Koziegłowy, Siewierz. Tel:668-160-793

Sprawdź czy należy Ci się dotacja

135 000 zł

na wymianę pieca, fotowoltaikę, docieplenie domu

Tel. 608-373-340

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



NAJTAŃSZEJ NAJSZYBSZEJ NAJLEPSZEJ
- MARKIZY, PERGOLE
- ROLETY WEWNĘTRZNE
- ŻALUZJE POZIOME I PIONOWE
- SYSTEMY SZYN ALUMINIOWYCH
- KARNISZE
- POMIAR, MONTAŻ, WYCENA
tel kom. 517 369 743 34 313 42 96

JUREX

"JUREX" ul. Wojsławicka 29 42-350 Koziegłowy tel. 034/314 12 63

OPał: WĘGIEL ORZECH EKO GROSZEK WORKI EKO GROSZEK LUZ

RATY



Posiadamy transport!

MIAŁ WĘGLOWY

DAREX PHU

kierowców zatrudnimy trasy:

Polska-Norwegia
tel. 34 313 13 57
604-409-779

PUER Centrum Terapii dla dzieci i młodzieży
Zawiercie ul.Ogrodowa 10 tel. 730 308 592

oferujemy:
Diagnoza i terapia psychologiczna
Diagnoza i terapia integracji sensorycznej
Diagnoza i terapia fizjoterapeutyczna
Diagnoza i terapia pedagogiczna
Diagnoza i terapia logopedyczna
neurologopedyczna
Diagnoza ADOS-2
Mediacje w sprawach rodzinnych
Terapia uzależnień
Terapia neurorozwojowa
Surdopedagogika, Tyflopädagogika
DUGOPEDAGOGIKA
BIOFEEDBACK www.puer-zawiercie.pl
SZKOLENIA DLA NAUCZYCIELI I RODZICÓW

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

OGŁOSZENIA

SPRZEDAM

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

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

Spawarka Bester STB 250, wena mineralna w formatkach, piec trocinia, pompa szlamowa górnicza, nagrzewnica ścienna na gaz tel. 600-132-201

KUPIĘ

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

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

NIERUCHOMOŚĆ- WYNAJMĘ

Szukam domu do wynajęcia, mile widziane 4 pokoje i pomieszczenia gospodarcze. Myszków i okolice. Tel. 508-731-510

NIERUCHOMOŚĆ- SPRZEDAM

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

Sprzedam las mieszany (95 lat sosna, dąb, grab, brzoza) 1h 71 arów, cena 6,50 zł/m2, działka 230/1 obręb 0005 gmina Kroczyce. tel. 511-240-436

MOTORYZACJA

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

AUTO- SPRZEDAM

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



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

Mazda 3 benzyna 2,0 rok 2016, wiśnia, super utrzymana, 50 tys. zł możliwa zamiana tel. 791-582-440

Sprzedam Forda Focusa rok prod. 2001 stan dobry 513-606-075

AUTO- KUPIĘ

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

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

ROLNICTWO

Zboże 791-963-505.

ZDROWIE

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

USŁUGI FINANSOWE

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

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

RÓŻNE

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

ZWIERZĘTA- ODDAM

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

ZWIERZĘTA- SPRZEDAM

Sprzedam kozę tel. 797-041-972.

SPRZEDAŻ POKRYĆ DACHOWYCH



Kompleksowe pokrycia dachowe
tel. 739 011 775
Myszków ul. Dworska 69



Noclegi w Myszkowie, apartamenty
tel. 602398386

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

KUCHARZ/ POMOC KUCHNI/ POKOJOWA

Oferujemy:

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

Nasze wymagania :

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

Osoby zainteresowane prosimy o kontakt e-mail : biuro@ostaniec.com.pl lub telefonicznie 34 315 50 01

ZWiK Sp. z o. o. w Myszkowie SZUKA PRACOWNIKA

Operator urządzeń ujęć i stacji uzdatniania wody

PODSTAWOWE WYMAGANIA:

- preferowany profil (specjalność): elektryk, automatyk, mechatronik, elektromechanik;
- uprawnienia elektryczne do 1 kV (G-1E / G-1D);
- prawo jazdy kategorii „B”;
- komunikatywność, rzetelność, chęć do pracy;
- mile widziana znajomość technologii uzdatniania wody.



Szczegóły na naszej stronie internetowej:
www.zwik-myszkow.pl



TRANSPORT
MIĘDZYNARODOWY



SKŁAD
OPAŁU

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

SKŁAD OPAŁU

Myszków, ul. Kopernika 5

WĘGIEL
JUŻ W SPRZEDAŻY
ORZECH, GROSZEK

POLSKA
KAZACHSTAN

W obrębie 20 km od 2 ton transport- GRATIS!

SPRZEDAŻ RATALNA NA MIEJSCU BEZ ŻYRANTÓW

Po trzech–czterech tygodniach po większości postanowień noworocznych nie ma już śladu

Niemal 80 proc. Polaków zrobiło postanowienia noworoczne na 2024 rok – wynika z badań przeprowadzonych na panelu Ariadna. Najczęściej dotyczyły one poprawy kondycji fizycznej i zdrowia, np. przejścia na zdrowe odżywianie i rozpoczęcia aktywności sportowej. Większość osób jednak nie potrafi wytrwać w swoich postanowieniach przez dłuższy czas. Przyczyną jest często nierealny, zbyt ambitny cel i stawianie sobie wygórowanych wymagań. – Należy pamiętać, że zasady my ustalamy i to my też możemy ustalić ewentualne odstępstwa – przypomina Aleksandra Dejewska-Wysogrocka, psycholożka, terapeutka zaburzeń odżywiania.

Z badań konsumenckich przeprowadzonych pod koniec grudnia na panelu Ariadna wynika, że na pierwszym miejscu wśród postanowień noworocznych Polaków na 2024 rok jest chęć schudnięcia. Odpowiedziało tak 33 proc. badanych. Na kolejnych pozycjach Polacy wymieniali także zdrowsze odżywianie (28 proc.) i uprawianie więcej sportu (26 proc.). Wszystkie te trzy obszary dotyczą dbania o zdrowie i poprawy kondycji fizycznej i pojawiają się zdecydowanie częściej u kobiet niż u mężczyzn.

– Postanowienia noworoczne zarzucamy mniej więcej po trzech–czterech tygodniach od założenia. Wynika to najczęściej z tego, że nasze postanowienie jest zbyt ambitne, czyli albo mamy nierealny cel, by uzyskać go w takim przedziale czasu, albo nie rozdzielamy tego na mniejsze etapy. Jeżeli chcę schudnąć 20 kg, to nie zrobię tego w ciągu miesiąca i wymaga to pewnej powtarzalności – podkreśla w rozmowie z agencją Newseria Biznes Aleksandra Dejewska-Wysogrocka, właścicielka Dejewska Clinic.

Badania potwierdzają, że większości postanowień nie udaje się zrealizować. Według US News & World Report nawet 80 proc. planów zarzucamy już w lutym. Badanie Richarda Wisemana z Uniwersytetu w Bristolu z 2007 roku wykazało, że u 88 proc. osób, które zrobiły postanowienia noworoczne, kończą się one niepowodzeniem, mimo że ponad połowa była przekonana o sukcesie. Badania Uniwersytetu w Scranton sugerują z kolei, że mniej niż 10 proc. ludzi osiąga swoje cele noworoczne.

– Najczęstszy problem to podejście: wszystko albo nic. Próbujemy się całkowicie zdrowo odżywiać, a to też może iść w stronę ortoreksji i może np. wpływać na kontakty społeczne, na jakość życia. Nie chodzi o to, żeby w ogóle nie jeść słodczy czy chipsów. Różnica między lekarstwem a trucizną jest w dawce i ważne jest, ile tego jemy w stosunku do zbilansowanego jedzenia. Kolejna kwestia to myślenie: dzisiaj już zgrzeszyłam, to cały dzień na marne. I wtedy ten stracony dzień przeradza się w kolejny, i w ten sposób odpuszczamy. Trzeba to traktować punktowo – tłumaczy psycholożka i terapeutka zaburzeń odżywiania. – Trzeba też uwzględnić, że nie zawsze będzie kolorowo. Czasami przetrwanie danego dnia jest już wystarczającym sukcesem. Nie dodawajmy sobie jakichś postanowień odnośnie do aktywności sportowej, jedzenia, nie besztajmy się i nie karzmy, jeżeli się złamiemy. Nie jest to najlepsza forma motywacji. Bo motywacja negatywna służy wygaszaniu, a nie temu, aby zmieniać swoje zachowania.

Wymaganie od siebie idealnego dostosowania się do postawionych sobie celów często przynosi skutek odwrotny od zakładanego. Z kolei świadomość, że błędy będą się zdarzać, pomaga wytrwać w zmianie stylu życia.

– Wyrzuty sumienia są wstępem do zaburzonej relacji z jedzeniem. Wyni-

kają najczęściej z tego, że robimy coś niezgodnego z naszymi zasadami moralnymi. Pamiętajmy też, że zasady my ustalamy i my też możemy ustalić ewentualne odstępstwa – tłumaczy terapeutka zaburzeń odżywiania. – W momencie, w którym dajemy sobie przyzwolenie na popełnianie błędów, na nieosiągnięcie maksy, to jesteśmy też w stanie poprawiać nad wyrzutami sumienia. A nie ma osoby, która osiągnęłaby cel bez jakiegokolwiek wpadki.

Częstym błędem przy odchudzaniu się jest zbyt restrykcyjna dieta – monotonna, o niskiej kaloryczności. Efekt nie zawsze jest zgodny z zamierzonym – głodówka sprawia, że organizm zaczyna magazynować tłuszcz, pozbywa się jedynie wody, stąd początkowo niewielka strata wagi. Poza tym przy powrocie do poprzedniego stylu żywienia pojawia się efekt jojo.

– Długotrwała głodówka może wpłynąć na stan psychiczny. Był taki eksperyment pokazujący, że uczestnicy, którzy byli na diecie głodowej, jedli o wiele mniej, poniżej swojego zapotrzebowania, mieli objawy depresji klinicznej. Spadał też iloraz inteligencji. Oczywiście masa ciała, masa mięśniowa też, więc mimo wszystko warto zrobić to ze specjalistą, który ustawi może niespektakularny, ale stały spadek wagi – mówi psycholożka. – Warto też uwzględnić czynniki stresowe, bo stres może wpływać na to, że częściej sięgamy po jedzenie, więc jeżeli nie mamy innych strategii na stres, to trudno oczekiwać, że nagle zaczniemy inaczej postępować.

Drastyczne ograniczenie kalorii jest dla organizmu dużym stresem. Z umiarem należy też podejść do wprowadzenia aktywności fizycznej, zwłaszcza bardzo forsownej.

– Jeżeli mamy ochotę na aktywność fizyczną, a całe życie byliśmy raczej osobami nieaktywnymi z kanapowym trybem życia, ja bym rekomendowała, aby zrobić to przy pomocy fizjoterapeuty lub trenera personalnego – zaznacza Aleksandra Dejewska-Wysogrocka. – Chodzi o to, żeby nauczyć się ćwiczyć tak, by szanować granice swojego ciała, bo z tym ludzie najczęściej mają problem, że z poziomu zero treningów próbują wskoczyć od razu na trzy–cztery. Wtedy pojawia się bolesność mięśniowa, ból ogólny, bo ciało nie jest przystosowane do takiej ilości sportu, i pojawia się brak motywacji, a to też może prowadzić do kontuzji.

Druga kwestia to nagradzanie siebie za drobne sukcesy.

– Fajnie jest rozłożyć sobie cel na parę mniejszych, bo wtedy mamy większą motywację do tego, żeby coś robić. Dla porównania, jeżeli mamy wiele długów i spłacimy choć najmniejsze zobowiązanie, to już czujemy ulgę, że coś zrobiliśmy i to nas motywuje. Tak samo jest w kwestii jedzenia i aktywności – mówi ekspertka. Newseria (red)

6 rodzajów sushi, których możesz nie znać

Inari sushi, a może chirashi sushi – czym różnią się od siebie poszczególne rodzaje sushi? Z jakich składników się składają? Jakie są nietypowe i mało rozpowszechnione rodzaje sushi? Jak prawidłowo ugotować ryż? Dziś przedstawiamy przewodnik po świecie mniej znanych japońskich przysmaków.

Sushi popularne w Polsce jest już od dawna, a co ciekawe jest dostępne w wielu restauracjach również w tych mniej znanych i mniej oczywistych dla Polaków formach. Oprócz dobrze znanych nam już rodzajów takich jak: nigiri czy maki, warto poznać bardziej nietypowe odmiany sushi. Oto kilka przykładów:

-Inari sushi – rodzaj sushi, w którym gotowany ryż jest pakowany do torebki z cienkiego tofu, a następnie moczony w słodkim sosie sojowym.

- Chirashi sushi – forma sushi bez zawijania, w którym gotowany ryż jest podawany na dnie miski, a na wierzchu układane są różne kawałki ryb, owoce morza i warzywa.

- Temaki sushi – rodzaj bardzo prostego sushi, do którego nie potrzeba maty bambusowej. Arkusze nori zawija się w kształt różka, a do środka wkłada się składniki.

- Oshi sushi – rodzaj sushi, w którym składniki są układane warstwami na dnie drewnianej prostokątnej formy. Po wyjęciu z naczynia sushi jest krojone na kawałki przypominające kształtem prostopadłościany.

- Oyakomaki – czyli ryż uformowany w kulki i owinięty surową rybą, w środku wypełnione farszem (jajkiem przepiőrczym albo ikrą).

- Temari sushi – podobnie jak w przypadku oyakomaki ich podstawę stanowi kulka ryżu przykryta dodatkowym składnikiem. Dużą wagę przywiązuje się do ich wyglądu. Potrafią wyglądać jak prawdziwe małe dzieła sztuki. Nazwa pochodzi od „temari” – piłeczek tradycyjnie wykonanych z różnobarwnego jedwabiu, kiedyś służących do zabawy, a dziś spełniających funkcje dekoracyjne.



Czy nietypowe sushi można zrobić w domu i jak ugotować idealny ryż?

Czasem trudno znaleźć w restauracji czy sklepie mniej popularne rodzaje sushi. Jak w takim razie ich skosztować? Dobrym rozwiązaniem jest samodzielne wykonanie sushi w domu.

Ryż to podstawa. Na początku należy zadbać o to, by kupić odpowiedni rodzaj. Ten powinien odznaczać się wysoką kleistością i posiadać niewielkie nasiona, aby łatwo uformować go w różne kształty. Do przygotowania idealnej konsystencji konieczne jest również dodanie zaprawy do ryżu, składającej się z cukru, octu i wody, na rynku dostępne są gotowe mieszanki np. marki House of Asia.

Chrupiące futomaki z łososiem w tempurze

Składniki:
400 g Ryżu do sushi House of Asia
6 Listków nori House of Asia przeciętych w połowie w pionie
120 ml Octu ryżowego House of Asia
150 g Panierki do tempury House of Asia
5 łyżek cukru
150 g polędwicy z łososa, pokrojonej w paski na szerokość listków nori
1 świeży ogórek, bez nasion, pokrojony w 7 cm cienkie słupki
6 łyżek serka śmietankowego
500 ml oleju, do smażenia
Do podania: Sos sojowy Premium House of Asia
Sposób przygotowania:
Ryż przygotowujemy zgodnie ze wskazówkami na opakowaniu i zalewamy sosem

do sushi. Listek nori kładziemy pionowo na macie (błyszczącą stroną do dołu) i układamy na nim ryż, zostawiając od góry pusty pasek szerokości 1 cm. Przy dolnej krawędzi smarujemy ryż warstwą serka. Na nim układamy łososa i ogórka. Zwijamy delikatnie rulon. Tempurę przygotowujemy zgodnie ze wskazówkami na opakowaniu. W rondel ku rozgrzewamy olej.

Rulon panierujemy najpierw w suchej tempurze, następnie maczamy go już w przygotowanej tempurze. Wrzucamy go na rozgrzany do 180° C olej. Smażymy przez 2 minuty i natychmiast wyjmujemy na papierowy ręcznik.

Przekładamy na deskę. Za pomocą ostrego noża, gotową rolę kroimy na 5 kawałków. Gotowe sushi podajemy z sosem sojowym.

Futomaki z łososiem i szparagami

Składniki na ryż:
250 g Ryżu do sushi House of Asia
4 łyżki Octu ryżowego House of Asia
320 g wody
1,5 łyżki cukru lub erytrolu
1 płaska łyżeczka soli
Dodatkowo:
4 Liście nori House of Asia
Imbir różowy House of Asia
Sos sojowy do sushi Premium House of Asia
1 opakowanie Pasty wasabi S&B
150 g świeżego łososa
125 g serka kremowego

3 zielone szparagi lub ½ ogórka
½ malej marchewki
½ awokado
Sposób przygotowania:
Ryż dokładnie przepłucz kilka razy w misce, każdorazowo wylewając wodę. Następnie zalej ryż 320 ml wody, zagotuj i gotuj jeszcze 2 minuty. Zmniejsz gaz do minimum, przykryj garnek folią aluminiową i pokrywką i paruj tak przez 20 minut.

Ocet podgrzej, a następnie rozpuść w nim cukier i sól. Ryż po ugotowaniu wylóż na deskę, żeby odparował. Polej zalewą, wymieszaj i ostudź.. W międzyczasie pokrój łososa i warzywa.

Na macie do sushi połóż listek nori (chropatą powierzchnią do góry). Ułóż na nim zwilżonymi palcami ryż, zostawiając ok. 2 cm wolnego miejsca na górze. Nie dociskaj ryżu, tylko delikatnie go rozprzódaj. Następnie, około 1 cm od dolnej krawędzi listka, rozsmaruj kremowy serek. Następnie wyciśnij pastę wasabi i ułóż paski dodatków: łososa, awokado, szparagi i marchewkę.

Zwijaj rolki sushi od dolnej strony, korzystając przy tym z matki. Zwijaj całość do momentu, aż matka obejmie wszystkie dodatki. Całość dociśnij dokładnie palcami od spodu przez matkę. Odsłoń jej górną część i zawijaj ciałniej, po czym znowu dociśnij, aż zawiniesz całą rolę.

Pokrój sushi na pół i na mniejsze kawałki. Podawaj z dodatkowym wasabi, różowym imbirem oraz sosem sojowym.

Uramaki i kaburamaki sushi

Składniki:
400 g Ryżu do sushi House of Asia
6 Listków nori House of Asia
120 ml Octu ryżowego House of Asia
6 pasków Rzodkwi marynowanej House of Asia
6 łyżek cukru
1 papryka pokrojona w cienkie słupki

12 paluszków surimi
3 łyżki kolorowego sezamu
6 łyżeczek serka śmietankowego
50 g surowego fileta z łososa
1 awokado
Do podania:
Sos sojowy House of Asia
Imbir marynowany House of Asia
Pasta wasabi House of Asia

Sposób przygotowania:
Ryż przygotuj wg. przepisu na opakowaniu. Uramaki: Liść nori połóż na bambusowej macie, błyszczącą stroną do dołu i ułóż na nim cienką warstwę ryżu, zostawiając od góry i od dołu pusty pasek o szerokości 1,5 cm. Ryż będzie się łatwiej nakładać, jak zwilżysz dłonie wodą.

Ryż posyp sezamem i odwróć listek tak, aby ryż znalazł się pod spodem. Rozsmaruj na dole liścia 1 łyżeczkę serka śmietankowego i ułóż surimi, paprykę i rzodkiew. Zwiń ciasno rulon. Dla ułatwienia krojenia, ostrze noża zwilż wodą. Rulon pokrój na 10 kawałków. Kaburamaki: Łososa pokrój na cienkie plastry 2 x 5 cm. Awokado obierz ze skóry, wyjmij pestkę i pokrój w cienkie plastry. Liść nori połóż na bambusowej macie, błyszczącą stroną do dołu i ułóż na nim cienką warstwę ryżu, zostawiając od góry i od dołu pusty pasek o szerokości 1,5 cm. Ryż będzie się łatwiej nakładać, jak zwilżysz dłonie wodą. Odwróć listek tak, aby ryż znalazł się pod spodem. Rozsmaruj na dole liścia 1 łyżeczkę serka śmietankowego i ułóż surimi, paprykę i rzodkiew. Zwiń ciasno rulon. Dla ułatwienia krojenia, ostrze noża zwilż wodą. Rulon pokrój na 10 kawałków.

Na każdym kawałku ułóż naprzemiennie plastry łososa i awokado.

Uramaki i kaburamaki podawaj z sosem sojowym, odrobiną pasty wasabi oraz marynowanym imbirem.

Wegetariańskie sushi z awokado

Składniki:
250 g Ryżu do sushi House of Asia (wystarczy na 4 rolki)
2 Liście nori House of Asia
1 łyżeczka Pasty wasabi S&B
1 łyżeczka Czarnego lub Białego sezamu House of Asia
2 dojrzałe awokado, pokrojone na cienkie i szerokie plastry
75 g opakowania serka Philadelphia
Do podania:
Sos sojowy Premium House of Asia
Imbir do sushi różowy House of Asia
Sos teriyaki House of Asia
Sposób przygotowania:

Ugotuj ryż zgodnie z przepisem na opakowaniu. Połóż połowę liścia nori na macie bambusowej owiniętej folią spożywczą. Nałóż ryż rozciągając go na całym liściu, następnie odwróć ryżem do dołu. Rozsmaruj serek Philadelphia, wasabi i awokado. Zwiń rolę i na wierzch ułóż szerokie plastry awokado.

Sushi pokrój na 6 kawałków i podaj z sosem sojowym i pastą wasabi. Na koniec posyp białym lub czarnym, sezamem. Podawaj sushi z sosem sojowym Premium i imbirem.



KSIAŻKI



Kobiety z Czerwonych Bagien Grażyna Jeromin-Galuszka Wydawnictwo Prószyński i ska

Wzruszająca i doskonale napisana historia kilku pokoleń niezwykłych kobiet.

W Czerwonych Bagnach od zawsze mieszkaly kobiety. Mężczyźni pojawiali się tu na krótko i odchodzili. Na zawsze. Klątwa czy przypadek? Julianna, Amelia, Rozalia, Anastazja – kolejne pokolenia nauczyły się walczyć samotnie z przeciwnościami losu, który nie szczędził im tragicznych doświadczeń. To miejsce było ich azylem, dawało siłę i poczucie bezpieczeństwa.

Minęło sto lat. Do Czerwonych Bagien przyjeżdża Kornelia, najmłodsza z rodu samotnic, by dojść do siebie po niedawnych ciężkich przejściach. Ona również urodziła córeczkę i też wychowuje ją sama. Zbliża się dzień setnych urodzin prababki Rozy. Dla Kornelii to nowy początek...

Nie możesz dokonać wyboru, jak umrzeć. Ani kiedy. Możesz tylko zdecydować, jak żyć. Teraz. Joan Baez



Asystentka złooczyńcy Hannah Nicole Maehr Wydawnictwo Prószyński i ska

ASYSTENT POSZUKIWANY: Znany, wysokiej rangi złooczyńca poszukuje lojalnego, rozsądnego asystenta. Nieokreślone obowiązki biurowe, pomoc w kreowaniu przypadkowego chaosu, terroru i innych mrocznych rzeczy. Dyskrekcja obowiązkowa. Doskonałe benefity.

Evie Sage ma na utrzymaniu całą rodzinę, stałe zatrudnienie jest więc w jej sytuacji wręcz niezbędne. Nic więc dziwnego, że przyjmuje ofertę pracy od najniebezpieczniejszego złooczyńcy w całym królestwie Rennewald... tym bardziej że szef – mimo wybuchowego temperamentu – jest wyjątkowo seksownym facetem.

Mija czas, a Evie przyzwyczaja się do zwisających z sufitu odciętych głów, zwłok na biurku i wdeptywania

w zabłąkane gałki oczne w najmniej spodziewanych miejscach. Sielanka nie trwa jednak długo – dziewczyna zaczyna podejrzewać, że wielkiemu złooczyńcy grozi jeszcze większe niebezpieczeństwo. Asystentka Złego postanawia dowiedzieć się, kto sabotuje jego działania, i odplacić sprawcy pięknym za nadobne. Jest gotowa zrobić naprawdę wszystko, by rozwiązać zagadkę... nawet jeśli będzie to wymagało od niej pewnych poświęceń...

Bo przecież żadna praca nie hańbi, prawda?



Colorado Kid Stephen King Wydawnictwo Prószyński i ska

Powrót na półki po osiemnastu latach, w nowym eleganckim wydaniu.

Na jednej z plaż wyspy Moose-Lookit zostają znalezione zwłoki mężczyzny. Policji jego śmierć wydaje się łatwa do wyjaśnienia, jednak lokalni dziennikarze czują, że kryje się za nią coś więcej. Razem z nowo przybyłą praktykantką mężczyźni zgłębiają historię Colorado Kida, który okazuje się grafikiem zatrudnionym w agencji reklamowej. To jednak tylko początek tajemnicy – detektywi amatorzy dowiadują się na temat zmarłego coraz więcej, ale każda kolejna informacja sprawia, że rozumieją coraz mniej...



Jak pokonać swoje zmęczenie. Pięć kroków do odzyskania energii

Karina Antram
Wydawnictwa MUZA

Autorka pokazuje, jak metodą małych kroków pokonać uczucie ciągłego zmęczenia, odzyskać zdrowie oraz energię i odmienić swoje życie na lepsze. Poradnik Kariny Antram wyróżnia się tym, że nie proponuje jednej metody dla wszystkich, ale pokazuje czytelnikom, jak odnaleźć przyczynę swojego zmęczenia i dobrać do niej właściwe działania.



KINO mok.pl

(MSK) – Mała Sala Kinowa [nr 203, I piętro]

(SW) – Sala Widowiskowa [główna, parter]

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

27 stycznia
18:00 – BABY BOOM, CZYLI KOGEŁ MOGEŁ 5 (MSK)
20:15 – KOS (MSK)

28 stycznia
14:00 – KOS (SW)
16:00 – EKIPA Z DŻUNGLI. MISJA RATUNKOWA (SW)
18:00 – BABY BOOM, CZYLI KOGEŁ MOGEŁ 5 (SW)
20:15 – BABY BOOM, CZYLI KOGEŁ MOGEŁ 5 (SW)
20:15 – KOS (MSK)

29 stycznia
16:00 – EKIPA Z DŻUNGLI. MISJA RATUNKOWA (SW)
18:00 – KOS (SW)
18:00 – BABY BOOM, CZYLI KOGEŁ MOGEŁ 5 (MSK)
20:15 – BABY BOOM, CZYLI KOGEŁ MOGEŁ 5 (SW)
20:15 – KOS (MSK)

30 stycznia
16:00 – EKIPA Z DŻUNGLI. MISJA RATUNKOWA (SW)
18:00 – KOS (SW)
18:00 – BABY BOOM, CZYLI KOGEŁ MOGEŁ 5 (MSK)
20:15 – BABY BOOM, CZYLI KOGEŁ MOGEŁ 5 (SW)
20:15 – KOS (MSK)



Skandal w rodzinie

reżyseria Marek Ślosarski
SKANDAL W RODZINIE – spektakl z piosenkami

Do śmiechu, rozrywki, refleksji. Świetne, nowe aranżacje, starych i znanych lub mniej znanych utworów.

Klimatyczny pensjonat w górach i

FILHARMONIA CZĘSTOCHOWSKA im. Bronisława Hubermana
ul. Wilsona 16 filharmonia.com.pl

Jezioro łabędzie

Jezioro łabędzie to największy fenomen sztuki baletowej, który już od ponad stu lat niezmiennie zachwyca publiczność całego świata.

Ponadczasowa historia miłosna o księżniczce zaklętej w łabędzia opowiada nam o prawdach uniwersalnych: o ludzkich namiętnościach, o walce dobra ze złem, o zdradzie, bólu, ale przede wszystkim o potędze miłości. Bajkowa

oryginalni goście. Wyśpiewają co im w duszy gra, leży na sercu, a czasem nawet doskwiera.

Scenariusz oparty jest na piosenkach z repertuaru m.in. Wojciecha Młynarskiego, Zbigniewa Wodeckiego, Marka Grechuty, Andrzeja Zauchy w nowych aranżacjach Michała Walczaka.

Reżyseria, ruch sceniczny, koncepcja scenograficzna - Marek Ślosarski., asystent reżysera: Mariusz Korek

Obsada: Iwona Chołuj, Teresa Dzielska, Agata Ochota-Hutyra, Marta Honzatko, Małgorzata Marciniak, Waldemar Cudzik, Adam Hutyra, Maciej Półtorak

Zespół w składzie: Michał Walczak – kierownik muzyczny, gitary, stomp box, Michał Rorat – instrumenty klawiszowe, Michał Trąbski – gitara basowa

Spektakl można zobaczyć w Teatrze Mickiewicza:

2024-01-27, godz. 19:00

2024-01-28, godz. 19:00

www.teatr-mickiewicza.pl

Częstochowa

opowieść połączona z genialną muzyką jednego z najwybitniejszych kompozytorów - Piotra Czajkowskiego, wprowadzą każdego widza w piękny, magiczny świat baletu klasycznego.

źródło: materiały organizatora

28 I 2024 niedziela

godzina 18:00, sala koncertowa



NOWOŚCI KINO



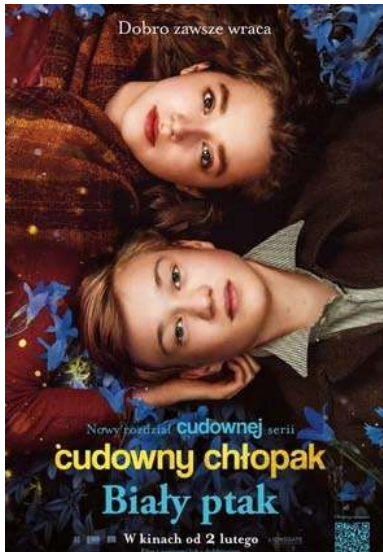
Obsesja

Aktorka Elizabeth (Natalie Portman) jest zafascynowana Gracie (Julianne Moore): historią jej życia, jej małżeństwem, domem, dziećmi. Korzystając z zaproszenia, szczegółowo obserwuje jej życie z bliska i coraz odważniej wkracza w świat, w którym początkowo miała być jedynie gościem. Zawodowa fascynacja z czasem przeradza się w niebezpieczną grę pozorów, w której każdy będzie pilnie strzegł swoich tajemnic – i swojej wersji prawdy.

GATUNEK FILMU: Dramat, Thriller
OBSADA: Natalie Portman, Julianne Moore, Charles Melton

REŻYSER: Todd Haynes

Film można Oglądać w Cinema City

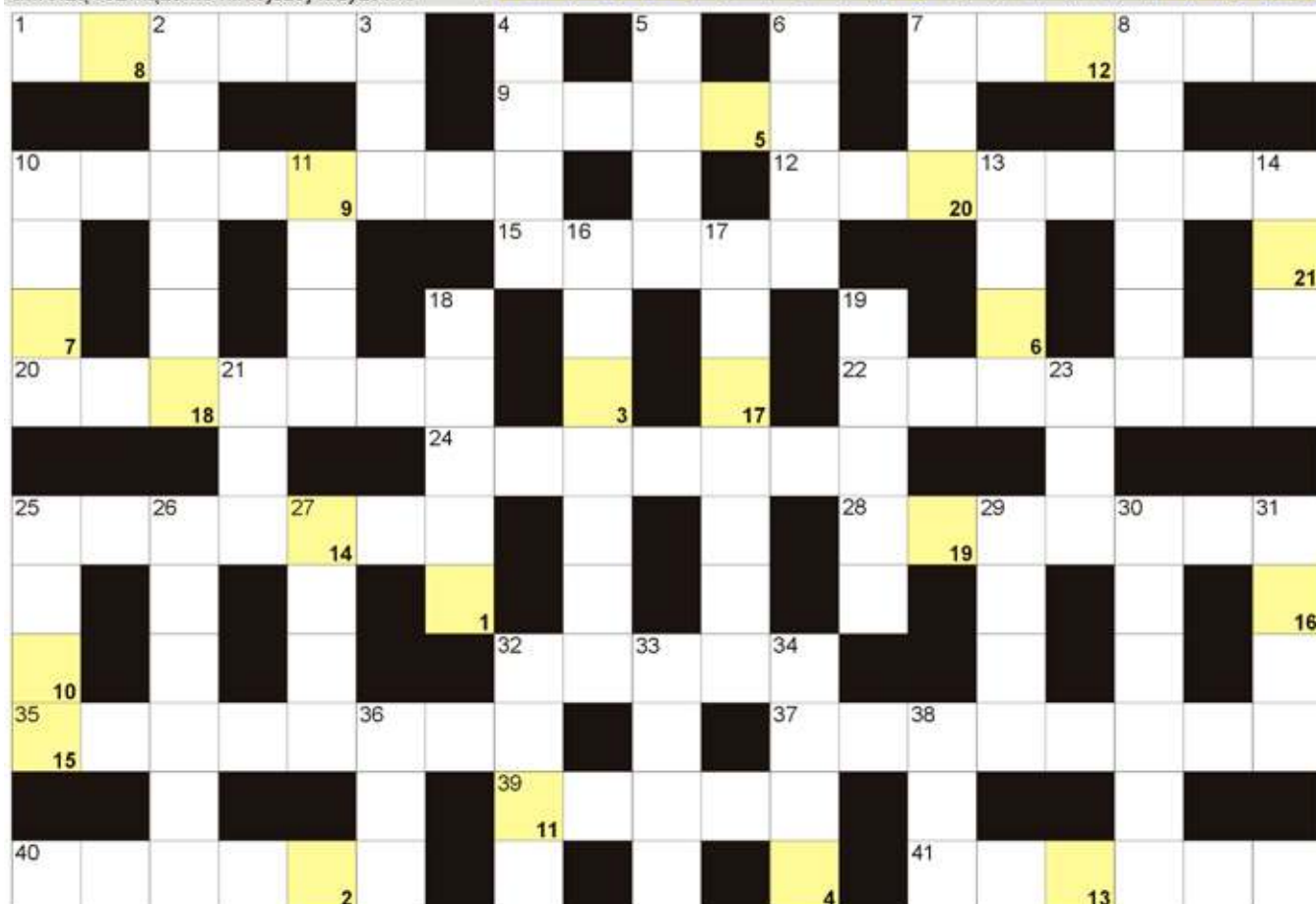


Cudowny chłopak. Biały ptak

Minęło kilka lat od wydarzeń znanych z „Cudownego chłopaka”. Julian usunięty ze szkoły za niekoleżeńskie

KRZYŻÓWKA z HASŁEM Nr 4

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 21 (2024) utworzą rozwiązanie niniejszej krzyżówki



POZIOMO: 1) rzeźba w parku; 7) żółkną na drzewach; 9) stolica włoskiego Piemontu; 10) żona Orfeusza; 12) matka Andromedy; 15) najdłuższa rzeka Francji; 20) wyspa Sulawesi inaczej; 22) i Mars, i Wenus; 24) głębokie na zupe; 25) płynie w Kalinigradzie; 28) stolica Karoliny Północnej; 32) kotki na wierzbie; 35) rządzi w szkole; 37) największa wyspa Tanzanii; 39) gaszone do bielenia drzew; 40) inaczej spór, sprzeczka; 41) "Don ...", opera Giuseppe Verdiego.

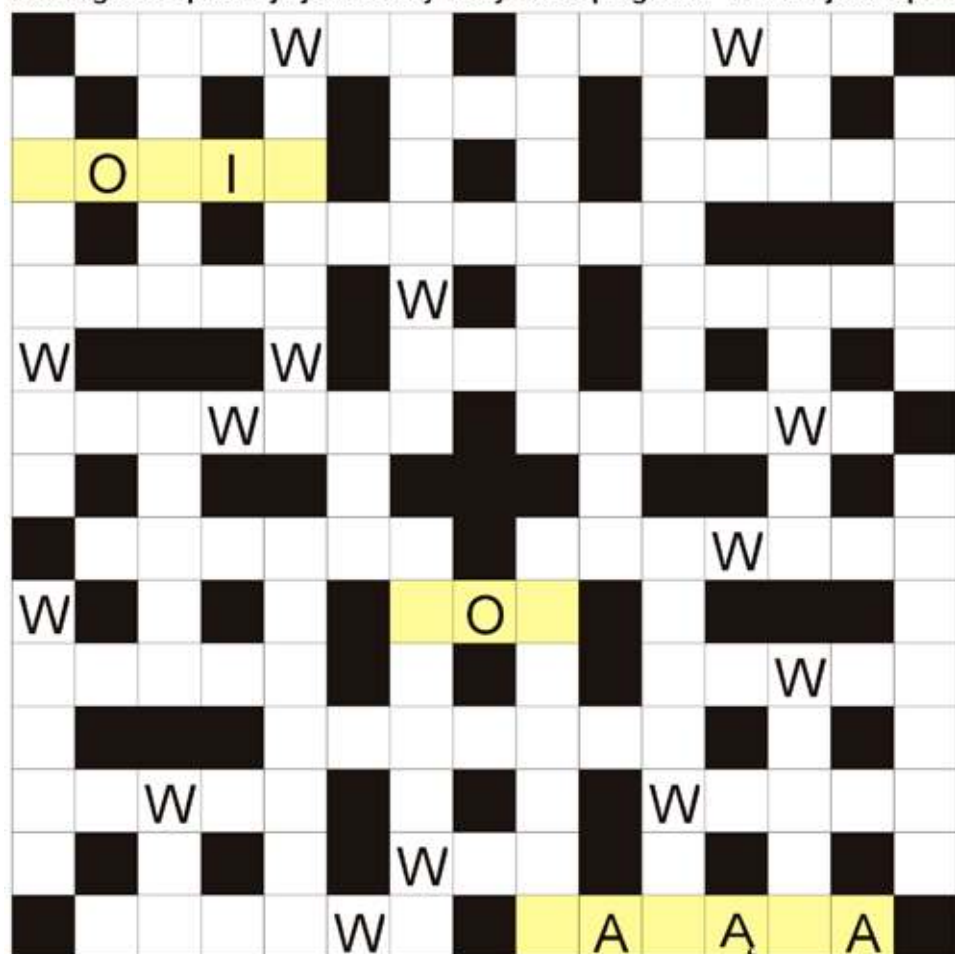
PIONOWO: 2) Proust, słynny francuski pisarz; 3) cenne u słońca; 4) damasceńska na miecze; 5) złoty jaż, ryba; 6) Anna dla przyjaciół; 7) zwierzę z lasu; 8) napisał "Śniadanie u Tiffany'ego"; 10) Clapton, wirtuoz gitary; 11) o kurach i kaczkach; 13) przeciwieństwo snu; 14) inaczej o pogodzie; 16) tereny wokół osiedla; 17) żołnierze przed przysięgą; 18) pierwiastek At; 19) "Carmen", autorstwa Georges Bizeta; 21) elektroencefalografia; 23) kapitan biblijnej arki; 25) stały w gniazdku; 26) nie musi już pracować; 27) mały Aleksander; 29) stolica Górnej Austrii; 30) największe jezioro Gwatemali; 31) jednostka indukcyjności, H; 32) nad oczami; 33) ogórkowa lub krupnik; 34) grecki bajkopisarz z Frygii; 36) rzeka Lizbonie; 38) jedna z pór dnia.



JOLKA z HASŁEM Nr 4

Wyrazy z kolorowych bloków czytane rzędami, utworzą hasło:

Na diagramie poniżej ujawniliśmy wszystkie spółgłoski "W". Miejsce wpisu hasła - do odgadnięcia.



Obrazy w cerkwi; część meczu bokserskiego; dla Litwinów Kau-nas; dawna sypialnia; najdłuższa rzeka Mjanmy; warszawskie lodo-wisko przy Łazienkowskiej; najdlu-ższa rzeka Czech; ma stolicę w Cardiff; mielone na mąkę; przepły-wa przez Woroneż; rodzinne mia-sto Joachima Gaucka; jedno z imion Norwida; igły pod drzewem; inaczej basiory; autor "Ziemi Obie-canej"; jest nim solilokwium; dżdżownice ziemne inaczej; ja-pońska wyspa, ojczyzna karate; jałowy bieg w samochodzie; po-tocznie rośliny przy brzegu jeziora; honorowy krwi; zakład produkują-cy piwo; autorka hitu "Szampan"; prostokątny lub równoboczny; Radcliffe, angielska pisarka; pies wyścigowy; na stopie nurka; Virtuti Militari lub Orła Białego; marka zup błyskawicznych z Poznania; królestwo Odyseusza; wsadzany w mrowisko; napęd pojazdu szy-nowego; był nim Shrek; korbowy lub przeciwpowodziowy; wciąga w rzece; dzieło muzyczne lub literackie; ze stolicą w Montevideo; ma-szyna do ubijania asfaltu; facho-wiec ze strugiem.

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 kwadra-tów 3×3 znalazło się po jednej cyfrze od 1 do 9:

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

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

WYKREŚLANKA: znajdź 20 nazw słodkich produktów i deserów. Wykreśl wszystkie od góry do dołu, od lewej do prawej oraz na ukos. Znajdź: baton, wafel, gofry, tort, brownie, sorbet, suflet, racuchy, pudding, lody, kisiel, tiramisu, tarta, nu-gat, krem, muffin, piernik, praliny, strucla, keks.

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

Zapalono znicze na powstańczych mogiłach w 161. rocznicę Powstania Styczniowego w Zawierciu

12 stycznia 2024 roku, z okazji 161. rocznicy wybuchu Powstania Styczniowego, plut. w rez. Damian Liszczyk – członek Okręgu Śląskiego Związku Oficerów Rezerwy Rzeczypospolitej Polskiej wspólnie z prezesem Klubu Miłośników Ziemi Zawierciańskiej Maciejem Świdorskim, odwiedzili miejsca pamięci związane z Powstaniem Styczniowym. W tym roku upamiętniono miejsca oraz mogiły powstańców uczestniczących w bitwie pod Krzykawką oraz potyczką pod Kuźnicą Masłońską na których zapalono symboliczne znicze.



Celem upamiętnienia powstańczego zrywu udano się do Niegowonic (gm. Łazy), gdzie na Cmentarzu Parafialnym znajdują się powstańcze mogiły poległych 8 nieznanymi powstańców z bitwy pod Krzykawką oraz Eugeniusza Łyczkowskiego. Na cmentarzu w Niegowonicach znajduje się okazały pomnik wzniesiony 3 maja 1922 roku, gdzie zostało pochowanych 8 uczestników bitwy pod Krzykawką, którzy polegli pod Głozową k. Grabowej w dniu 5 maja 1863 roku. Korpus dowodzony przez generała Józefa Miniewskiego stacjonujący pod Krzykawką, połączony z włoskim legionem garibaldczyków, został rankiem 5 maja 1863 roku zaatakowany przez oddział rosyjski przybyły spod Olkusza.

W przegranej przez powstańców, bardzo krwawej bitwie, która trwała do godziny 14:00, zginął między innymi włoski pułkownik Francesco Nullo, a jego adiutant porucznik Elia Marchetti ciężko ranny zmarł dwa dni później w Chrzanowie, natomiast Ludwik Caroli, kolejny włoski uczestnik bitwy, dostał się do rosyjskiej niewoli. Symboliczny znicz zapalono również na mogile weterana Powstania Styczniowego Eugeniusza Łyczkowskiego, który zmarł 22 sierpnia 1922 roku w Niegowonicach. Następnie udano się do Kazimierówki na symboliczną powstańczą mogiłę, gdzie byli pochowani polegli powstańcy. Mogiła znajduje się w lesie przy drodze między Łazami i Zawierciem.

W tym miejscu doszło do potyczki pomiędzy wojskami Rosji carskiej a oddziałami polskimi pod dowództwem płk. Teodora Cieszkowskiego podczas Powstania Styczniowego pod Kuźnicą Masłońską. Do walk doszło 22 marca 1863 roku, gdy wojska rosyjskie idące w ślad za oddziałami płk. Cieszkowskiego

napotkały w tym miejscu na obóz rozbity przez jego oddział. Powstańcy wycofali się w kierunku Siewierza, a następnie – zagrożeni otoczeniem przez wojska carskie – do województwa kaliskiego. W trakcie walk poległo dziewięciu powstańców w tym ks. Benwenuty Mańkowski, który został pochowany w Przyrowie k. Częstochowy oraz pochodzący z okolic Piotrkowa Trybunalskiego szlachcic Henryk Wodziński.

Również w obchody 161. rocznicy Powstania Styczniowego należy wpisać prelekcję pt. „Polskie zrywy narodowe 1863 roku”, która odbyła się w dniu 17 stycznia 2024 roku w Miejskim Ośrodku Kultury „Centrum” im. Adama Mickiewicza w Zawierciu. Prelegentem był dr n. hum. Marcin Janeczek.

*Tekst oraz zdjęcia
Damian Liszczyk*



Ferie w Zawierciu

(Zawiercie) Atrakcje jakie czekają na dzieci i młodzież podczas ferii zimowych w Zawierciu. W programie mnóstwo zajęć sportowych, rekreacyjnych, edukacyjnych i kreatywnych.

29 stycznia - 9 lutego

10:00-12:00 – “Historyczne Zawiercie”: zwiedzanie Miejskiej Izby Muzealnej - lekcja historii - ul. Szymańskiego 2 / zapisy: 32 67 236 64

29 stycznia

9:00-14:00 – bezpłatny wstęp na lodowisko OSiR* dla młodzieży szkolnej**

10:00-14:00 – bezpłatny wstęp na kryty basen OSiR* dla młodzieży szkolnej**

11:00-12:00 – gimnastyka dla każdego - duża hala OSiR I ul. Moniuszki 10

11:00-13:00 – zajęcia piłki ręcznej z KS Viret CMC Zawiercie - hala OSiR II ul. Blanowska 40

12:00-14:00 – turniej tenisa ziemnego kat. czerwona z UKS Jura Tennis – duża hala OSiR I, ul. Moniuszki 10

12:00-14:00 – trening w bule – mała hala OSiR I ul. Moniuszki 10

15:00-16:00 – warsztaty i malowanie twarzy przed seansem “Ekipa z dżungli. Misja ratunkowa” - MOK Zawiercie

29 stycznia - 2 lutego

12:00-15:00 (wt-czw), 12:00-18:00 (pt) - gry i zabawy: zróbmy razem grę planszową – Małe Centrum Nauki SOWA / 8/12 zł / bez zapisów

30 stycznia

9:00-14:00 – bezpłatny wstęp na lodowisko OSiR* dla młodzieży szkolnej**

10:00-14:00 – bezpłatny wstęp na kryty basen OSiR* dla młodzieży szkolnej**

10:00-11:30 – warsztaty „Zanim przyjdą Walentynki” - Poczekawka / zapisy 32 67 277 28

10:00-11:00 – zajęcia tenisa stołowego z OSiR i KS Viret CMC Zawiercie gr 1 – hala OSiR III, Piłsudskiego 73a

10:00-11:30 – trening Nordic Walking - Stadion ul. Moniuszki 10 OSiR

10:30-12:00 – zajęcia piłki ręcznej z Fabryką Handballu – hala OSiR - SP 9 ul. Piłsudskiego 117

11:00 - zajęcia Zumba Kids z Edzią - MOK Zawiercie (s. 320) zapisy: 532 349 189

11:00-12:00 – zajęcia tenisa stołowego z OSiR i KS Viret Gr 2 – hala OSiR III, Piłsudskiego 73a

11:00-13:00 – turniej tenisa ziemnego kat. żółta z UKS Jura Tennis – duża hala Moniuszki 10, OSiR I

31 stycznia

9:00-14:00 – bezpłatny wstęp na lodowisko OSiR* dla młodzieży szkolnej**

10:00-14:00 – bezpłatny wstęp na kryty basen OSiR* dla młodzieży szkolnej**

11:00 – zajęcia Zumba Kids z Edzią - MOK Zawiercie (s. 320) zapisy: 532 349 189

10:00-12:00 – gry i zabawy logiczne, hokej stołowy, speedstack z PTK oddział Zawiercie – mała hala OSiR I Moniuszki 10

11:00-12:00 – gimnastyka dla każdego - duża hala OSiR I ul. Moniuszki 10

11:00-13:00 – zajęcia z piłki ręcznej z KS Viret CMC Zawiercie – hala OSiR II ul. Blanowska 40

12:00-14:00 – turniej tenisa ziemnego kat. zielona z UKS Jura Tennis – duża hala Moniuszki 10, OSiR I

12:00-13:30 – nauka gry - speed ball - mała hala OSiR I ul. Moniuszki 10

1 lutego

9:00-14:00 – bezpłatny wstęp na lodowisko OSiR* dla młodzieży szkolnej**

10:00-14:00 – bezpłatny wstęp na kryty basen OSiR* dla młodzieży szkolnej**

11:00 – zajęcia Zumba Kids z Edzią - MOK Zawiercie (s. 320) zapisy: 532 349 189

10:00-12:00 – gry i zabawy logiczne, hokej stołowy, speedstack z PTK oddział Zawiercie – mała hala OSiR I Moniuszki 10

11:00-12:00 – gimnastyka dla każdego - duża hala OSiR I ul. Moniuszki 10

11:00-13:00 – zajęcia z piłki ręcznej z KS Viret CMC Zawiercie – hala OSiR II ul. Blanowska 40

12:00-14:00 – turniej tenisa ziemnego kat. zielona z UKS Jura Tennis – duża hala Moniuszki 10, OSiR I

12:00-13:30 – nauka gry - speed ball - mała hala OSiR I ul. Moniuszki 10

2 lutego

8:00-10:00 – trening piłki siatkowej z MKS Dwójka Zawiercie – hala OSiR I ul. Moniuszki 10

9:00-14:00 – bezpłatny wstęp na lodowisko

OSiR* dla młodzieży szkolnej**

10:00-14:00 – bezpłatny wstęp na kryty basen OSiR* dla młodzieży szkolnej**

10:00-11:30 – nauka gry - speed ball - mała hala OSiR I ul. Moniuszki 10

11:00 – zajęcia Zumba Kids z Edzią - MOK Zawiercie (s. 320) zapisy: 532 349 189

16:00 – kulig „białe szaleństwo” – stadion OSiR I (należy przynieść własne sanki)

4 lutego

17:00 – “Magia kontra nauka” - naukowe pokazy eksperymentów dla dzieci - MOK Zawiercie (s. 305) zapisy: 532 349 189

5 lutego

9:00-14:00 – bezpłatny wstęp na lodowisko OSiR* dla młodzieży szkolnej**

10:00-14:00 – bezpłatny wstęp na kryty basen OSiR* dla młodzieży szkolnej**

9:00-10:30 – trening piłki siatkowej dla początkujących z Aluron CMC Warta Zawiercie – hala OSiR - SP 9 ul. Piłsudskiego 117

9:00-11:00 – zajęcia piłki ręcznej z KS Viret CMC Zawiercie – hala OSiR II ul. Blanowska 40

10:00-11:00 – warsztaty manualne dla dzieci przed filmem “Pies i robot” - MOK Zawiercie

10:00, 12:00 – „Stwórz obrazek nicią malowany” - warsztaty String Art

- Galeria Stara Łaźnia / zapisy: 505 308 209

11:00-12:00 – gimnastyka dla każdego - duża hala Moniuszki 10 OSiR I

11:00 – zajęcia Zumba Kids z Edzią - MOK Zawiercie (s. 305) zapisy: 532 349 189

12:00-14:00 – turniej w bule – mała hala Moniuszki 10, OSiR I

12:00-13:00 – warsztaty manualne dla dzieci przed filmem “Mój brat robot” - MOK Zawiercie

15:00 – „O czym mówią uczucia... Przygody Miśka Zdzisiaka i innych bohaterów z książki Zofii Staneckiej „Basia Wielka księżka o uczuciach” - Filia nr 6 w Krompolowie / zapisy: 788 615 273

6 lutego

12:00-15:00 (wt-czw), 12:00-18:00 (pt) – gry i zabawy: wyklejamy mapę świata - Małe Centrum Nauki SOWA / 8/12 zł / bez zapisów

6-9 lutego gry planszowe dla dzieci i młodzieży - Filia nr 6 w Krompolowie / zapisy: 788 615 273

6 lutego

8:00-18:00 – akcja czytelnicza „Świat Baśni” - Filia nr 2 dla Dzieci i Młodzieży / info: 32 67 243 07

9:00-14:00 – bezpłatny wstęp na lodowisko OSiR* dla młodzieży szkolnej**

10:00-14:00 – bezpłatny wstęp na kryty basen OSiR* dla młodzieży szkolnej**

10:00-11:00 – zajęcia tenisa stołowego z OSiR i KS Viret CMC Zawiercie gr 1 – hala OSiR III, Piłsudskiego 73a

10:00-11:30 – trening Nordic Walking – Stadion ul. Moniuszki 10, OSiR I

10:30-12:00 – zajęcia piłki ręcznej z Fabryką Handballu – hala OSiR przy SP 9 ul. Piłsudskiego 117

11:00-12:00 – zajęcia tenisa stołowego z OSiR i KS Viret CMC Zawiercie gr 2 – hala OSiR III, Piłsudskiego 73a

7 lutego

9:00-14:00 – bezpłatny wstęp na lodowisko OSiR* dla młodzieży szkolnej**

9:00-11:00 – zajęcia piłki ręcznej z KS Viret CMC Zawiercie – hala OSiR II ul. Blanowska 40

10:00-14:00 – bezpłatny wstęp na kryty basen OSiR* dla młodzieży szkolnej**

10:00-12:30 – turniej tenisa ziemnego kat. pomarańczowa z UKS Jura Tennis – hala OSiR ul. Piłsudskiego 117

11:00-12:00 – gimnastyka dla każdego - duża hala ul. Moniuszki 10 OSiR I

12:00-13:30 – nauka gry - speed ball - mała hala OSiR I ul. Moniuszki 10

Ponadto: Zimowe warsztaty z Galerią Stara Łaźnia dla grup: terminy do ustalenia: 505 308 209

Seanse kinowe w super cenach w Kinie MOK Zawiercie

* W przypadku złej pogody imprezy OSiR zostaną odwołane.

** Bezpłatny wstęp na lodowisko i krytą pływalnię za okazaniem legitymacji szkolnej.



SUKCES MKS-U DWÓJKI ZAWIERCIE W JUBILEUSZOWYM TURNIEJU MINISIATKÓWKI

(Zawiercie) W pierwszą sobotę stycznia w Zawierciu odbył się 10 Jubileuszowy Ogólnopolski Turniej Minisiatkówki Dziewcząt w kategorii czwórek. Do rywalizacji przystąpiło 26 czołowych zespołów z siedmiu województw.



W pierwszą sobotę stycznia w Zawierciu odbył się 10 Jubileuszowy Ogólnopolski Turniej Minisiatkówki Dziewcząt w kategorii czwórek. Do rywalizacji przystąpiło 26 czołowych zespołów z siedmiu województw. Zwycięzcami rywalizacji w kategorii czwórek zostały dziewczyny z MKS-u "Dwójki" Zawiercie, które w zawodach nie straciły ani jednego seta w całym turnieju. Drugie miejsce zajęły dziewczyny z MKS-u MOS Wieliczka, a trzecie miejsce przypadło drużynie GAS Gdynia 1. MVP turnieju została Zuzanna Trepka z MKS-u "Dwójki" Zawiercie.

Zwycięska drużyna MKS-u "Dwójki" Zawiercie 1 wystąpił w składzie: Anna Leciak, Hanna Pasikowska, Maja Rok, Hanna Rzepka, Zuzanna Trepka.

Natomiast drugi zespół MKS "Dwójka" Zawiercie turniej zakończyły na 16 miejscu. W składzie były Amelia Apoznańska, Oliwia Mazurkiewicz, Martyna Miśta oraz Magdalena Strzelczyk.

Klasyfikacja końcowa turnieju w kat. „czwórek”:

1. MKS Dwójka Zawiercie 1
2. MKS MOS Wieliczka
3. GAS Gdynia 1
4. SKPS Dunajec Nowy Sącz
5. KS Volley Poznań 1
6. SPS Zbąszynek
7. UKS Varsovia
8. Saska Warszawa
9. Pasek Będzin
10. UKS Świt Drzonków
11. Eco Uni Opole 1
12. UKS Tytan Ostrowy
13. Eco Uni Opole 2



14. MOS WOLA Warszawa 1
15. UKS Dębina Nieporęt
16. MKS Dwójka Zawiercie 2
17. GAS Gdynia 2
18. Wataha Lubin
19. UKS Setbol Oświęcim
20. MOSM Bytom
21. Sikret Gliwice
22. UKS Bytom
23. Tychy SP10
24. KS Volley Poznań 2
25. Mos wola Warszawa 2
26. UKS Wilki Chwaszczyno (tu), foto: profil na FB MKS-u Dwójki Zawiercie

DRUGI TURNIEJ BOKSERSKI O PUCHAR BURMISTRZA SIEWIERZA

(Siewierz) W pierwszą sobotę grudnia w hali sportowej w Siewierzu odbył się II Mikołajkowy Turniej Bokserski o Puchar Burmistrza Miasta i Gminy Siewierz. W turnieju udział wzięło ponad 50 zawodników z kilkunastu klubów bokserskich, w tym również zawodnicy klubu Animmals Boks Siewierz.



W pierwszą sobotę grudnia w hali sportowej w Siewierzu odbył się II Mikołajkowy Turniej Bokserski o Puchar Burmistrza Miasta i Gminy Siewierz. W turnieju udział wzięło ponad 50 zawodników z kilkunastu klubów bokserskich, w tym również zawodnicy klubu Animmals Boks Siewierz.

Dla zainteresowanych treningi sekcji bokserskiej Animmals Boks Siewierz odbywają się we wtorki i czwartki na sali gimnastycznej w Szkole Podstawowej Nr 1 w Siewierzu.

- Zainteresowanie boksem w takiej małej gminie jak Siewierz jest dosyć duże. Przychodzi do nas dużo dzieci w wieku 10-11 lat i uważam, że jest to najlepszy wiek, żeby zacząć trenować tę dyscyplinę sportu. - powiedział trener Krzysztof Szot.

(tu), foto: profil na FB klub Animmals Boks Siewierz



GRUPA
TANDEM

NOWY WYMIAR MOTORYZACJI

AUTORYZOWANY DEALER



CITROËN



FIAT

www.grupatanDEM.pl

