RYBNIK • WODZISŁAW ŚL. • [illegible]ZDRÓJ • RACIBÓRZ • ŻORY • KNURÓW • ORZESZE • CZERWIONKA-LESZCZYNY • RADLIN • RYDUŁTOWY • PSZÓW

3 zł
(w tym 5% VAT)

Nr indeksu
366854

TYGODNIK REGIONALNY

nowiny

ISSN 0239-7021 51
9 770239 702204

Znajdziesz nas także facebook
facebook.com/enowinypl

www.enowiny.pl
21 grudnia 2022 NR 51 (3403)

Życzę, by nadchodzące Święta Bożego Narodzenia przyniosły radość, spokój i wzajemną życzliwość.

Nowy Rok zaś niech będzie czasem pomyślności i sukcesów.

SEJM
Krzysztof Gadowski
Poseł na Sejm RP



REKLAMA

Biało za oknem. Święta za progiem!



REGION. Wielu z nas czeka na te kilka dni przez cały rok. To okazja, aby spotkać się z dawno niewidzianymi znajomymi, odnowić kontakty rodzinne, powiedzieć najbliższym tych kilka prostych, ale jakże ważnych słów. Już wkrótce wszyscy zasiądziemy za wigilijnym stołem i podzielimy się opłatkiem. Świąteczny nastrój przepełnia cały region. W wielu miejscowościach odbywały się bożonarodzeniowe jarmarki. Przez miasta i wioski wędrował święty Mikołaj, teraz na swoją kolej czeka dzieciątko Jezus. W kościołach można zobaczyć fantastycznie przystrojone szopki z okazji narodzin Syna Bożego. Nastrój bożonarodzeniowy jednak to przede wszystkim specyficzna aura, która pozwala nam wierzyć, że wszystko będzie dobrze.

Życzymy Państwu Wesołych Świąt!

Z okazji świąt Bożego Narodzenia redakcja Tygodnika Regionalnego Nowiny życzy Wam Drodzy Czytelnicy wszystkiego, co najlepsze, aby ten świąteczny czas był przepełniony radością, miłością, ciepłem rodzinnym. Niech ten magiczny czas przyniesie wytchnienie od codziennych trosk oraz da siłę i energię do działania na cały następny rok.

Dziękujemy za zaufanie, którym nas obdarzacie!



W NUMERZE

Owczarek na schwał

RADLIN. Horan to polski owczarek podhalański. Ma trzy lata i zwiedził już kawał Europy. Z wywiadu z jego właścicielem dowiecie się, jak to jest hodować dużego rasowego psa pasterskiego z rodowodem. ● STRONA 5

Hybrydowa ekologia

RYBNIK. Miejska spółka zakupiła 11 nowych ekologicznych autobusów o napędzie hybrydowm. Transakcja z Solarisem opiewała na sumę 24 milionów zł. Nowe pojazdy ruszą w trasę rybnickimi ulicami już na początku lipca. ● STRONA 7

Cmentarna wycinka

WODZISŁAW. Na cmentarzu komunalnym wycięto od września 16 drzew. Urząd tłumaczy się, że korzenie drzew zagrażają grobom. Całe szczęście nie planuje się dalszej wycinki. ● STRONA 11

Pojedynek na słowa

RYBNIK. Młodzież z Frycza i Powstańców udowodniła, że potrafi świetnie posługiwać się polszczyzną oraz że nie jest im obca nasza poezja. Zobaczcie, jak to wyglądało w obiektywie Dominika Gajdy. ● STRONA 12

Uwaga Święta!

MAGAZYN. Znajdziecie w nim wszystko, co jest potrzebne na celebrowanie Bożego Narodzenia. Piszemy o potrawach wigilijnych, miejscach, gdzie można spędzić fajnie święta i o tych, o których trzeba zadbać w tym pięknym czasie. ● STRONY 16-27

Kolejne wydanie Tygodnika Regionalnego Nowiny znajdziecie w punktach sprzedaży w środę 4 stycznia. A w nim prezent niespodzianka: kalendarz ścienny na 2023 rok!

NASZYM ZDANIEM

Idą, idą święta!

Przed nam czas radości, ale także zadumy, kontemplacji i głębszej refleksji.

Święta Bożego Narodzenia każą zadać pytanie, co takiego wydarzyło się ponad dwa tysiące lat temu, że w dalszym ciągu jest to jeden z najważniejszych dni w życiu ponad 1,3 miliarda ludzi na świecie. Wierzymy, że wówczas narodził się nasz zbawiciel, który własną krwią zmazał winy ludzkości. W zamian za ofiarę ze swojego życia Chrystus chciał tylko jednej rzeczy — by człowiek kierował się w swoim życiu takimi cnotami jak: wiara, nadzieja i miłość. Przez wieki religijny fundament nieco (w niektórych kulturach nawet bardzo) skruszał. Rzeczywistość społeczna od co najmniej osiemnastego stulecia się laicyzuje. Od kościoła odchodzą całe pokolenia. Zjawisko to jest niepokojące o tyle, że wraz z decyzją o mniejszym zaangażowaniu w życie religijne, pojawia się bardzo patologicznie pojmowany indywidualizm. W tej optyce liczy się przede wszystkim „Ja", natomiast drugi człowiek zostaje zepchnięty na plan dalszy. Walczymy z tą ponowoczesną przypadłością właśnie z pomocą świąt Bożego Narodzenia. Idea, że musimy zostawić jedno nakrycie dla przychodzącego gościa jest właśnie emanacją tego nieustannego tarcia pomiędzy naszą skłonnością do egoizmu, a chęcią bezinteresownej pomocy innym. Jednocześnie święta często mają gorzki posmak. Poprzedzają je np. intensywne porządki, gotowanie, dekorowanie domu, strojenie choinek to wszystko powoduje stres. Dlatego w tym numerze chcielibyśmy Wam drodzy Czytelnicy zaproponować spotkanie z szeregiem potraw i poradzić, w jaki sposób „przetrwać święta i nie zwariować". Z magazynu dowiecie się, gdzie można się udać na miejską wigilię, jak przechowywać potrawy bożonarodzeniowe, czy jak udekorować dom. Podobnie jak w innych ważnych momentach w życiu ważna jest przede wszystkim strona mentalna podejścia do świąt. Najważniejsze to myśleć pozytywnie i nie dać się łamać przeciwnościom losu. Niech nagrodą dla nas będą uśmiechy najbliższych i głębokie uczucie satysfakcji z dobrze spędzonego czasu. **LI**

MINĄŁ TYDZIEŃ

RACIBÓRZ. 16 grudnia w siedzibie Państwowej Straży Pożarnej strażacy z ochotniczych straży pożarnych z powiatu raciborskiego, rybnickiego i wodzisławskiego otrzymali promesy na zakup sprzętu. Dokumenty świadczące o przyznaniu środków wręczył wiceminister sprawiedliwości Michał Woś. Łączna kwota, którą otrzymały OSP wyniosła ponad 300 tysięcy zł.

JASTRZĘBIE-ZDRÓJ. Zakończył się remont ul. Bogoczowiec (na wysokości bloków 4 H do 4 N). Wykonana została nawierzchnia asfaltowa wraz z krawężnikiem i zjazdami w zakresie pasa drogowego. Koszt inwestycji to 244 798,17 zł brutto.

JASTRZĘBIE-ZDRÓJ. Dzięki środkom z Jastrzębskiego Budżetu Obywatelskiego powstał nowy plac zabaw, Jest on zlokalizowany w Parku Zdrojowym. Zadanie obejmowało montaż urządzeń tj.: kiwak na sprężynie dla jednej osoby i dla czterech osób, karuzela, równoważnia, domek ze zjeżdżalnią i wielofunkcyjny zestaw zabawowy. Przestrzeń uzupełniono trawą z rolki.

REGION. Polska Organizacja Turystyczna przyznała najważniejsze nagrody w branży turystycznej. Wśród nagrodzonych dwukrotnie znalazł się Festiwal Górnej Odry, będący świętem marki turystycznej Kraina Górnej Odry. Festiwal triumfował w kategorii „Najlepszy produkt turystyczny 2022" oraz „certyfikat internautów".

RYBNIK. 16 grudnia odbyło się tradycyjne, wspólne kolędowanie w Boguszowicach. W tym roku z uwagi na warunki atmosferyczne miało miejsce jednak nie na kładce łączącej Boguszowice Stare z Boguszowicami Osiedlem, ale w tamtejszym domu kultury. **KT**

FOTONOTKA



To był wyjątkowo śnieżny grudzień na rybnickich drogach... **LI**



REKLAMA

ZDARZY SIĘ

REGION. Do końca miesiąca będzie trwał nabór wniosków o przyznanie grantów w ramach projektu „Rozwój zielonej infrastruktury poprzez wsparcie ogrodów działkowych", prowadzony przez Agencję Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa. Zgodnie z aktualnym stanowiskiem agenci jest możliwe, że grudzień (z uwagi na wyczerpanie dostępnych środków) będzie ostatnim miesiącem na ubieganie się o granty w ramach projektu.

RYBNIK. Starostwo Powiatowe informuje, że 22 grudnia będzie przyjmować interesantów do godz. 15. Dzień później urząd ten nie będzie w ogóle otwarty.

WODZISŁAW ŚLĄSKI. Służby Komunalne Miasta informują, że od 24 do 31 grudnia Punkt Selektywnego Zbierania Odpadów Komunalnych przy ul. Marklowickiej 21 F będzie nieczynny dla klientów. Utrudnienia związane są z inwentaryzacją odpadów, zakończeniem ewidencji odpadowej i przygotowaniem placu gospodarczego.

CZERWIONKA-LESZCZYNY. 15 stycznia 2023 roku mija termin składania wniosków o przyznanie stypendium i nagród w dziedzinie sportu. Wysokość stypendium wynosi od 200 do 400 zł. Wniosek o przyznanie stypendium sportowego, nagrody lub wyróżnienia składa zawodnik, lub klub sportowy zrzeszający zawodników w Urzędzie Gminy i Miasta uwzględniając wyniki sportowe osiągnięte w okresie 12 miesięcy 2022 roku.

RYBNIK. Do 23 grudnia w punkcie informacyjnym Halo!Rybnik oraz w urzędzie miasta płonąć będzie betlejemskie światełko pokoju. Każdy zainteresowany może przyjść i odpalić płomień, by następnie zanieść go do swojego domu. Światełko przywieźli ze sobą harcerze. Symbolizuje ono świat bez wojen, trosk, głodu i chorób.

RYBNIK. 8 stycznia o godz.14.30 w kościele w Rybnickiej Kuźni odbędzie się Koncert Świąteczno-Noworoczny. Wystąpią: Rafał Kozik, zespół wokalny 6 na 6, Miejska Orkiestra Dęta Rybnik oraz soliści. Wstęp wolny. **LI**

LKS Gwiazda Skrzyszów świętował 90-lecie!

Włodarze gminy, wiceminister sportu i turystyki, parlamentarzyści, obecni i byli zawodnicy oraz działacze, przyjaciele i sponsorzy uczestniczyli w oficjalnych uroczystościach związanych z 90-leciem klubu LKS-u Gwiazda Skrzyszów, które odbyły się 9 grudnia. Najczęściej jednak wspominano tego, który być już nie mógł, zmarłego w 2021 r. Łucjana Wnuka, byłego honorowego prezesa Gwiazdy.



URZĄD GMINY GODÓW

Odznaki wręczył wiceminister sportu Arkadiusz Czartoryski

PAMIĘTALI O PREZESIE HONOROWYM

To właśnie uhonorowanie ś.p. Łucjana Wnuka stało się jednym z najważniejszych wydarzeń oficjalnej części obchodów jubileuszu, którą poprzedziła msza św. w intencji klubu i osób z nim związanych, odprawiona w kościele pw. Michała Archanioła w Skrzyszowie, przez ks. Witolda Tatarczyka.

Już na sali Gościńca Orła Białego w Skrzyszowie, gdzie odbyła się uroczystość, Wójt Gminy Godów Mariusz Adamczyk i Przewodniczący Rady Gminy w Godowie Antoni Tomas przypomnieli, że uchwałą Rady Gminy 28 listopada 2022 roku boisko w Skrzyszowie otrzymało imię Łucjana Wnuka. Następnie senator Ewa Gawęda w towarzystwie wiceministra sportu i turystyki Arkadiusza Czartoryskiego oraz radnego Sejmiku Województwa Śląskiego, a zarazem sekretarza Gwiazdy Skrzyszów Jarosława Szczęsnego i Wójta Gminy Godów Mariusza Adamczyka wręczyła wdowie po zmarłym, Danucie Wnuk przyznaną, Łucjanowi Wnukowi jeszcze za jego życia, przez Ministerstwo Sportu Złotą Odznakę „Za Zasługi dla Sportu".

ŻYCZENIA W IMIENIU SPOŁECZNOŚCI GMINY GODÓW

Wójt Gminy Godów Mariusz Adamczyk pogratulował skrzyszowskiemu klubowi pięknego jubileuszu, wskazując, jak ważną społecznie odgrywa on rolę. - Poprzez sport wychowujecie młodych ludzi, życzę, byście to nadal skutecznie robili — powiedział Wójt Gminy Godów, który wspólnie z Przewodniczącym Rady Gminy Antonim Tomasem wręczył zawodnikom klubu okazały puchar za zwycięstwo w tegorocznej edycji Gminnego Turnieju o Puchar Wójta. Z kolei na ręce prezesa Surowca trafił kosz słodkości dla młodych zawodników oraz czek finansowy na drobniejsze klubowe wydatki.

Z KART HISTORII

Uroczystość poprowadzili prezes Gwiazdy Krzysztof Surowiec oraz Joanna Bonarek, dyrektor Szkoły Podstawowej w Skrzyszowie i zarazem kierownik sekcji szachów Gwiazdy Skrzyszów, która przedstawiła zarys historii klubu, opracowany w oparciu o wycinki prasowe, kroniki i materiały zebrane głównie przez Bernarda Oślizło. Przypomniała, że pierwszym prezesem klubu był Józef Damec, pierwszy zarząd składał się jeszcze z sekretarza Józefa Oślizło i skarbnika Ignacego Mizi. Multimedialny zapis wydarzeń 90-lecia, przygotowany przez ucznia SP w Skrzyszowie Wiktora Walę, zawierał informacje o sukcesach i ciekawostkach dotyczących Gwiazdy, o budowanym w czynie społecznym boisku i hali oraz o wszystkich sekcjach działających w skrzyszowskim klubie.

UHONOROWANO ZASŁUŻONYCH

Bardzo ważnym elementem obchodów było uhonorowanie osób szczególnie zasłużonych dla klubu - działaczy, zawodników, sponsorów, przyjaciół klubu. Ministerialne odznaki wręczył wiceminister Czartoryski. Złote Odznaki „Za Zasługi dla Sportu" otrzymali: Bernard Oślizło, Andrzej Hudek i Marek Cudnowski. Srebrne Odznaki „Za Zasługi dla Sportu" otrzymali: Krzysztof Surowiec, Henryk Kruczek i Marek Sitek, a Brązową Odznakę „Za Zasługi dla Sportu" wręczono Jarosławowi Szczęsnemu.

Wyróżnienia przyznane przez Polski Związek Piłki Nożnej wręczył Wiceprezes Podokręgu Rybnik Leszek Brzoza. Srebrny Medal „Za Wybitne Osiągnięcia w Rozwoju Piłki Nożnej" otrzymał Rajmund Durczok. Z kolei Złote Odznaki Honorowe PZPN-u otrzymali: Eugeniusz Brzemia, Piotr Dróżdż, Tomasz Dróżdż, Henryk Sienkiewicz i Krzysztof Surowiec. Srebrną Odznakę Honorową PZPN otrzymał Adam Kwiatkowski, a Brązową Odznakę Honorową PZPN otrzymali Mariusz Adamczyk i Marek Sitek. Złote Odznaki Honorowe Śląskiego Związku Piłki Nożnej otrzymali: Jerzy Cudnowski, Edwin Koralewski, Wojciech Oślizło, Edyta Sitek, Zygmunt Skupień, Mirosław Stabla, Jarosław Szczęsny i Robert Żbikowski. Srebrne Odznaki Honorowe ŚlZPN przyznano: Kamilowi Chrobokowi, Grzegorzowi Porwołowi i Mateuszowi Woźnicy, a Brązowe Odznaki Honorowe ŚlZPN otrzymali: Joanna Bonarek, Marian Chrobok, Krystian Sitek, Krzysztof Skrzyszowski, Kacper Surowiec, Adam Szeliga i Tomasz Tomiczek.

Życzenia i upominki Gwieździe złożyli również parlamentarzyści - senator Ewa Gawęda i poseł Krzysztof Gadowski, członek zarządu ŚlZPN Leszek Brzoza, wiceprezes Śląskiego Związku Tenisa Stołowego Roman Fajkus, wiceprzewodniczący Rady Powiatu wodzisławskiego Robert Wala, sołtys Skrzyszowa Roman Marcol, przedstawiciele OSP Skrzyszów i proboszcz parafii w Skrzyszowie, ks. Witold Tatarczyk.

TENIS STOŁOWY WAŻNĄ CZĘŚCIĄ HISTORII GWIAZDY

Podczas uroczystości przypomniano wielokrotnie, że Gwiazda to klub wielosekcyjny. Największe sukcesy święci sekcja tenisa stołowego, która formalnie istnieje od 1957 r., a obecnie występuje w grupie A II ligi mężczyzn. Wiceprezes ŚlZTS Roman Fajkus wręczył odznaki Polskiego Związku Tenisa Stołowego oraz Śląskiego Związku Tenisa Stołowego zasłużonym tenisistom i działaczom sekcji. Złotą Odznakę Honorową PZTS otrzymał Jarosław Kolekta. Srebrną Odznakę Honorową PZTS otrzymał Krzysztof Surowiec. Złote Odznaki Honorowe ŚlZTS otrzymali Filip Jabłoński i Sebastian Juzek, z kolei Brązowe Odznaki Honorowe ŚlZTS otrzymali Kamil Smołka i Bartosz Pustołka.

W Gwieździe działają jeszcze sekcja szachowa (reaktywowana w 2022 r.) oraz sekcja motorowa. **UG GODÓW**



Przyjęcia Bankiety Komunie Wesela
kontakt@restauracjamona.pl
tel. 572 002 027
Mona RESTAURACJA
REKLAMA

Przemoc zaczyna się od słów

WODZISŁAW ŚLĄSKI. 13 grudnia odbyła się konferencja podsumowująca tegoroczną kampanię „Białej wstążki" w powiecie wodzisławskim. W tym roku poświęcona była zjawisku cyberprzemocy. Akcję zorganizował już po raz 16. Powiatowy Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie.



STAROSTWO POWIATOWE WODZISŁAW ŚLĄSKI

Jedną z prelegentek podczas konferencji była rzeczniczka wodzisławskiej policji aspirant sztabowa Małgorzata Koniarska

„Biała wstążka" została zapoczątkowana w 1991 r. w Kanadzie w związku z tragicznymi wydarzeniami, do których doszło 6 grudnia 1989 r. w politechnice w Montrealu. Wówczas pewien mężczyzna strzelając z broni palnej zabił 14 kobiet (wśród nich jedną Polkę), a 13 ciężko ranił. Tłumaczył się ze zbrodni w ten sposób, że nie mógł dostać miejsca na uczelni, gdyż zabrały mu je właśnie przedstawicielki płci pięknej. Nie mógł znieść faktu, że obecnie kobiety są coraz lepiej wykształcone, wyedukowane, wykwalifikowane i stanowią poważną siłę na rynku oświaty i pracy. Niezrównoważony mężczyzna twierdził, że taka sytuacja zagraża „naturalnemu porządkowi świata" i że należy z tym walczyć. W ramach sprzeciwu wobec tego bestialstwa zorganizowano wielkie marsze (mające nawet 100 tysięcy uczestników), które były wyrazem sprzeciwu wobec mizoginizmowi, szowinizmowi i wszelkiej dyskryminacji. Podczas wielkich masowych demonstracji mężczyźni wpinali sobie w ubranie białą wstążeczkę na znak tego, że nie stosują wobec kobiet i że reagują, w przypadku, gdy taka sytuacja się zdarzy.

STOP CYBERPRZEMOCY

Tegoroczna kampania Białej Wstążki zorganizowana była pod hasłem „Hejt – przemoc zaczyna się od słów" i dotyczyła przede wszystkim cyberprzemocy. Najkrócej rzecz ujmując cyberprzemoc (ang. Cyberbullying), jest to forma stosowania przemocy przez zastraszanie, prześladowanie, nękanie i wyśmiewanie innych osób za pośrednictwem internetu i innych nowoczesnych form komunikacji, takich jak np. wiadomości tekstowe. Do cyberprzemocy dochodzi za pomocą narzędzi takich jak: emaile, witryny internetowe, portale społecznościowe czy fora dyskusyjne. Dlaczego do nich dochodzi? Panuje powszechne przekonanie, że w internecie jesteśmy anonimowi i że nasze czyny oddziela od rzeczywistych konsekwencji wirtualna kurtyna. Nie ma wówczas potrzeby konfrontacji twarzą w twarz. Sprawca przemocy pozwala sobie na więcej, ukrywając się za internetowym nickiem. Sprawca przemocy jest pozbawiony bardzo często odpowiedzi na własne działania. Nie widzi konsekwencji, cierpienia, które zadaje. Jest pogrążony w świecie „tu i teraz". Psycholodzy uważają, że ofiara cały czas wystawia się na atak, jest dostępna 24 godziny na dobę.

WODZISŁAW MÓWI „NIE"

Na konferencji poświęconej zjawisku cyberprzemocy mówiły przede wszystkim kobiety, które z uwagi na swój zawód wiedzą, jakie rozmiary i kształty przybiera zjawisko cyberprzemocy. Głos zabrały: oficer prasowa Komendy Powiatowej Policji w Wodzisławiu Śląskim asp. szt. Małgorzata Koniarska, psycholog Ewelina Janiak – Wojdyńska oraz kurator-specjalista Zespołu Kuratorskiej Służby Sądowej Iwona Wojtków. Referujące mówiły o swoich doświadczeniach w pracy z cyberprzemocą, o konsekwencjach prawnych, na jakie narażają się nieletni, którzy się jej dopuszczają. Prelegentki podkreślały, że hejt w internecie ma charakter wirtualny, natomiast jego skutki są jak najbardziej realne i mogą wpędzić kogoś w depresję, a w ekstremalnych warunkach prowadzić nawet do targnięcia się na swoje życie.

Sama konferencja była zwieńczeniem działań prowadzonych przez Powiatowy Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie w okresie całej kampania. Pracownicy instytucji zorganizowali szereg spotkań, które konfrontowały ofiary zjawiska, jego świadków oraz sprawców. Prowadzone były także warsztaty, w których brali udział pedagodzy szkolni. W ramach tych spotkań wypracowano modelowy konspekt zajęć profilaktycznych, które są obecnie realizowane w szkołach powiatu wodzisławskiego. LI



REKLAMA

Krawiectwo jest w modzie



JULIA GASZKA

Uroczystego otwarcia pracowni dokonał starosta Leszek Bizoń

RYDUŁTOWY. Uczniowie Zespołu Szkół Licealnych i Technicznych mogą korzystać z nowo doposażonej pracowni krawieckiej. Pracownia będzie szczególnie użytkowana przez uczniów kierunku technik stylista

13 grudnia uroczystego otwarcia nowej pracowni w Zespole Szkół Licealnych i technicznych w Rydułtowach dokonał starosta powiatu wodzisławskiego Leszek Bizoń. W pracowni będą się kształcić przyszli adepci zawodów takich jak: projektanci mody, styliści, organizatorzy pokazów mody, konstruktorzy odzieży, dziennikarze modowi czy fotografowie mody i kostiumografowie. Decyzja o otwarciu nowej pracowni jest pokłosiem otworzenie we wrześniu kierunku w zespole szkół o nazwie technik stylista. Pracownia została doposażona w pięć nowoczesnych maszyn krawieckich. W sali znalazły się ponadto duże lustra, manekiny krawieckie, żelazko z deską. Podczas otwarcia pracowni starosta Leszek Bizoń podkreślił: - Niezwykle się cieszę, że możecie realizować swoje pasje, a przy okazji zdobywać cenne umiejętności. W tym miejscu, w tej pracowni macie wszystko to, co jest potrzebne do nauki krawiectwa. Życzę Wam, abyście z tej możliwości jak najczęściej i jak najbardziej korzystali. Pracownia została doposażona dzięki środkom przyznanym przez Zarząd Powiatu Wodzisławskiego w kwocie 20 tysięcy złotych. LI

Z rodowodem po Europie

RADLIN. Pan Michał Sobik na co dzień jest urzędnikiem. Po pracy jest, jak sam mówi, szczęśliwym posiadaczem psa rasy polski owczarek podhalański, około 25 królików i kota.

Dlaczego akurat podhalan?
Wybrałem psa ze względu na użytkowość. Mieszkam na posesji, która ma ogród i łąkę. Pies był potrzebny do stróżowania. Skorzystałem ze swojej wiedzy na temat psów i postawiłem na Polskiego Owczarka Podhalańskiego. Zwierzęta tej rasy są idealne do tego, by bronić zarówno terenu, jak i domowników.

Jak się wabi pana czworonóg?
W porozumieniu z właścicielką hodowli Polanickie Wzgórze (FCI), z której Horan pochodzi, Panią Beatą nazwałem go Horan. Imię to właściwie wymyśliła Beata. Mnie zależało na krótkim i dźwięcznym imieniu, więc od razu się zgodziłem. Jego przydomek hodowlany to Polanickie Wzgórze. Przydomek hodowlany to jednocześnie nazwa hodowli. To jakby psie nazwisko. Jest to pies rasowy, rodowodowy. Oznacza to, że ma opis drzewa genealogicznego sięgający aż do prapradziadków i dalej. Horan jest tzw. psem rasy dużej, więc w rodowodzie ma wpisane wymagane regulaminem także badania stawów biodrowych. Dodatkowo wykonałem dla własnego spokoju badanie stawów łokciowych, ponieważ chorych psów dysplastycznych nie możemy rozmnażać. Ku mojej radości badanie stawów mojego pupila dało wynik najlepszy z możliwych. Horan jest reproduktorem i musiał przejść również przez przegląd hodowlany. Oceniał go sędzia, czy jest zgodny z fenotypem rasy. W tym roku Horan pozytywnie przeszedł również testy psychiczne, co tylko spotęgowało moją radość.



MICHAŁ SOBIK

Polski Owczarek Podhalański to idealny pies stróżujący

Czy Horan ma rodzeństwo?
Ma i to całkiem liczne. W miocie było ich razem dziesięcioro. Jeden z nich trafił nawet do Stanów Zjednoczonych Jeden z braci mieszka w Zakopanem. Jest on reproduktorem w hodowli.

Ile lat ma Horan?.
10 stycznia skończy trzy latka, czyli jest bardzo młody.

Czy pana pies został już tatą, skoro może być reproduktorem?
Tak. Został już ojcem cztery razy. Ma ponad dwudziestu potomków, którzy mieszkają w różnych krajach europejskich.

Horan, mimo młodego wieku, jest już nie lada podróżnikiem. Gdzie bywał?
Jeździmy od dwóch lat. Szczytowy okres naszych podróży przypadł właśnie na ten sezon. Występowaliśmy na ringach w Polsce, w Austrii, Czechach, Słowacji, Węgrzech i w Chorwacji. To był bardzo udany rok. Mój Podhalan był wysoko oceniany przez sędziów międzynarodowych, zarówno tych polskich, jak i zagranicznych. Dla mnie zwycięstwa w Polsce są ważne, bo przecież to jest nasza, rodzima rasa i Horan ma tutaj dużo większą konkurencję. Zawsze mówię, że to jest nasza duma narodowa, bo przecież to rasa, którą wychowali górale na Podhalu, która jest silna i odważna.

Jakie Horan w tym roku odnosił sukcesy?
11 razy został zwycięzcą rasy na wystawach, z czego dwa razy odnosił triumfy w Polsce. Raz został zwycięzcą płci przeciwnej. 12 razy sięgał po wniosek na międzynarodowego championa piękności. W tym roku Horan został Championem Polski, został również Championem Chorwacji. Został także Narodowym Zwycięzcą Czech, Zwycięzcą Zagrzebia, Zwycięzcą Wels. Jest także zdobywcą Winter Trophy oraz Winner Christmas w Austrii.

Jakim psem jest Horan?
Jest to pies o iście góralskim temperamencie. Jest wyjątkowo aktywny w nocy. To prawidłowa cecha podhalanów. Wzięła się stąd, że w dzień bacowie i juhasi doglądali owiec na halach, natomiast w nocy, gdy już spali, swoje obowiązki brały na siebie właśnie psy. Jest odważny, zdecydowany i asertywny. Potrafi samodzielnie podejmować decyzje. Jest to zdecydowany obrońca wszystkiego, co do niego należy – łącznie z rodziną i terytorium. Świetnie się sprawdza jako stróż innych zwierząt.

Jaki jest stosunek Horana do reszty rodziny i do innych zwierząt?
Z moim obserwacji wynika, że Polski Owczarek Podhalański to pies jednego właściciela. Te psy mają jednego przewodnika, a resztę domowników jedynie tolerują i słuchają w ograniczonym zakresie. Jak wspomniałem wcześniej to doskonały pies stróżujący, więc ma silnie rozwinięty instynkt odpowiedzialności za powierzone mu zwierzęta. Tak jest na przykład z moimi królikami belgijskimi olbrzymami, których doglądam wraz z Horanem. LI

OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW

ROZDAJEMY GŁOŚNIKI!

wykonaj BADANIE TECHNICZNE pojazdu DOWOLNEJ MARKI za 99 ZŁ* i zgarnij GŁOŚNIK BLUETOOTH ZA 1 ZŁ!**



AUTO JUNIOR
Rybnik, ul. Żorska 77
(przy salonie KIA)

*cena podstawowego badania technicznego pojazdu do 3,5 tony
**promocja dla nowych klientów Okręgowej Stacji Kontroli Pojazdów Auto Junior

32 42 31 800 recepcja@autojunior.pl

REKLAMA

Wiceminister sportu Arkadiusz Czartoryski wręczył symboliczny czek



JASTRZĘBIE-ZDRÓJ. 18 listopada wiceminister sportu, Arkadiusz Czartoryski odwiedził Pawłowice i Jastrzębie-Zdrój, przekazując symboliczny czek z informacją o dofinansowaniu z Ministerstwa Sportu i Turystyki.

- Budżet Ministerstwa Sportu to prawie 3,5 mld zł. To środki finansowe przeznaczone na inwestycje, a więc boiska, stadiony, baseny, ale są to też miękkie projekty, a więc dofinansowania do stowarzyszeń czy klubów sportowych. - Przyjechałem na zaproszenie posła Grzegorza Matusiak, by wspólnie zachęcać lokalne społeczności do aplikowania o te środki. Namawiamy i przekonujemy do czynnego udziału w ministerialnych programach, takich jak „Sportowa Polska", „Strzelnica" czy „Klub", który jest wprost dedykowany dla klubów sportowych – powiedział wiceminister sportu, Arkadiusz Czartoryski.

Powołane w ubiegłym roku Ministerstwo Sportu i Turystki, czynnie wspiera projekty sportowe także w naszym regionie, na przykład w Jastrzębiu-Zdroju ponad 220 tys. zł otrzymały drużyny młodzieżowe tutejszego GKS-u. Ukoronowaniem tych działań, było wręczenie symbolicznego, ministerialnego czeku na ponad milion dwieście tysięcy złotych przeznaczonych na budowę lodowiska i toru curlingowego w Pawłowicach.

Minister Czartoryski podkreślił, iż resort realizuje wiele programów, których celem jest szeroko rozumiane wspieranie sportu amatorskiego i profesjonalnego, ze szczególnym akcentem na aktywność fizyczna dzieci i młodzieży.

– To są niezwykle ważne środki, bo mogą stanowić dla samorządów finansowy filar przy budowaniu strategii rozwoju sportu na poziomie lokalnym. Są też istotnym wsparciem dla klubów i stowarzyszeń, ale także dla rodziców najmłodszych sportowców, dla których rozwijanie sportowych pasji swoich dzieci często jest sporym wyzwaniem dla domowego budżetu – podkreślił Arkadiusz Czartoryski.

Jego zdaniem, równie ważna jest promocja ministerialnych projektów, tak by środki dotarły do jak najszerszego grona odbiorców, dlatego tak ważne są działania promocyjne, podejmowane przez posła Grzegorza Matusiaka.

– To parlamentarzysta, który jest znany w Sejmie i Senacie ze swojej aktywności, ze wspierania polskiego sportu. Sam często angażuje się w przedsięwzięcia których celem jest rozwijanie sportu, szczególnie tego na poziomie lokalnym – dodał minister Czartoryski. **RED**



REKLAMA

Spółka ma przebudować model gospodarowania odpadami

RYBNIK. 15 grudnia zgodę na powołanie spółki wyrazili rybniccy radni. Powstanie nowoczesne centrum gospodarowania odpadami.


ZDJĘCIE ILUSTRACYJNE

Centrum Zielonej Energii Subregionu Zachodniego powstanie wraz z sortownią, instalacją komunalną, instalacją do przetwarzania odpadów biodegradowalnych, wielkogabarytowych, a także budowlanych. Główną inwestycją będzie jednak budowa instalacji termicznego przekształcania odpadów, co umożliwi produkcje energii cieplnej i elektrycznej.

- Ta inwestycja ma zagwarantować mieszkańcom stabilizację cen za odbiór odpadów i stabilizację procesu odbioru odpadów. Jednocześnie osiągnięte zostaną przez Miasto zakładane w Rozporządzeniu Ministra Klimatu i Środowiska poziomy przygotowania do ponownego użycia i recyklingu odpadów komunalnych - informuje prezydent Rybnika Piotr Kuczera.

W ramach powołanej spółki znajdą się także: punkty selektywnego zbierania odpadków komunalnych, składowisko odpadów, kompostownia oraz biogazownia. W przyszłości spółka chce posiadać własne zaplecze transportowe, co pozwoli skierować ofertę do gmin Subregionu Zachodniego. **MS**

Miasto czerpie energię ze słońca i oszczędza ponad 800 tys. złotych


UM JASTRZĘBIE-ZDRÓJ

JASTRZĘBIE-ZDRÓJ. Miasto wykorzystuje 100 proc. możliwości, jakie dają instalacje fotowoltaiczne i oszczędza prawie 810 tys. złotych.

Jastrzębie-Zdrój od 2017 roku zintensyfikowało w działania, dotyczące montażu instalacji paneli fotowoltaicznych. W ciągu ostatnich trzech lat na terenie miasta zostało zakończonych 15 tego rodzaju inwestycji. Wszystkie konstrukcje zostały wykonane na budynkach użyteczności publicznej, mowa tutaj o budynku Basenu Laguna, Kąpieliska Zdrój, Zespołu Szkół nr 6 i 12 oraz Przedszkola nr 7 i 10. Łączna moc zbudowanej instalacji na koniec 2021 roku wynosiła 422 kWp. Taka instalacja pozwoliła wyprodukować w tym okresie 1 418 MWh, za czym idzie oszczędność na poziomie ponad 808 tys. złotych. Oszczędności finansowe to nie jedyny pozytywny aspekt takiej instalacji. Pozwala ona znacznie ograniczyć produkcję CO_2, co w tym przypadku przełożyło się na zredukowanie emisji aż do 749 ton. W 2022 roku zostały zbudowane trzy instalacje fotowoltaiczne, a w trakcie realizacji są kolejne cztery. Miasto planuje kolejne instalacje jeszcze w tym roku, które pozwolą zaoszczędzić dodatkowe 150 tys. złotych.

W obliczu obecnej sytuacji rynkowej montaż instalacji fotowoltaicznych jest pewną inwestycją, której koszt przy obecnych cenach energii zwraca się po dwóch lub trzech latach. To jedyny sposób na uniezależnienie się od dostawcy energii. Mamy już wiele zakończonych zadań w tym zakresie, pomimo tego nie zwalniamy tempa - podkreśliła Anna Hetman, prezydent Miasta Jastrzębie-Zdrój. **MS**

Skrzaty mają swoją szkołę



UM WODZISŁAW ŚLĄSKI

Wodzisławskie skrzaty są wykonane z niebywałą precyzją i dbałością o detale

WODZISŁAW ŚLĄSKI. Najpierw powstały mieszkania, później przyszedł czas na miejsca pracy. Teraz wodzisławskie skrzaty otrzymały własną placówkę oświatową. W starym mieście rozrasta się kolonia niewielkich istot, które stanowią nie lada atrakcję dla mieszkańców i przyjezdnych. To skrzaty, które „zamieszkały" w niewielkich, specjalnie dla nich stworzonych mieszkaniach.

Wszystko zostało zanurzone w historycznej aranżacji, jaką jest zabytkowa struktura Rynku i jego okolic. Mikroinstalacje ze skrzatami to prawdziwe dzieła sztuki. Wykonane są z pieczołowitością i dbałością o detale. Małe skrzaty przypominają w każdym calu wyobrażenia, które znamy z książek dla najmłodszych. Krewni krasnoludków reprezentują różne profesje, które w pewnym stopniu również oddają charakterystykę regionu. Na razie możemy podziwiać osiem instalacji rodem z baśniowego uniwersum. Są to skrzaty zajmujące przestrzeń m.in. we własnym mieszkaniu, w salonie, w kopalni, na farmie. W planach jest zagospodarowanie dziewiątej lokalizacji. Pomysł zrodził się za sprawą trwającej akcji „DzieJesień Festiwal" w 2021 r., w czasie której do przedstawicieli urzędu miasta zgłosił się z inicjatywą Rafał Wolny, właściciel firmy Mały Drewniany Domek, który zajmuje się tworzeniem na zamówienie drewnianych miniatur.

Wcześniejszym efektem prac artysty jest diorama ze skrzatami umieszczona na zewnątrz budynku Cechu Rzemieślników. W przestrzennej makiecie widać bowiem doskonale, jak z wytężeniem pracują rzeźnik, aptekarz, cukiernik i zegarmistrz. Twórca, jak we wszystkich przypadkach, z pietyzmem i precyzją oddał charakter ich profesji. W promocję projektu zabrał się nawet prezydent miasta Mieczysław Kieca, który chętnie dzieli się wrażeniami z wizytacji u przedstawicieli maleńkiego świata w mediach społecznościowych. - Postanowiliśmy wykorzystać historyczną architekturę naszego pięknego miasta, by zaprezentować wszystkim nowy, oryginalny, miejski projekt. Zabytkowe schody, piwniczne okna, kamienne podstawy latarni, szczeliny...- mówi prezydent.

Wodzisław Śląski zyskał nowych sąsiadów w wersji mikro. Ich przybycie pod koniec 2021 roku poprzedziła budowa nowej kopalni przy ulicy Księżnej Konstancji 5, pizzerii u zbiegu ulic Głowackiego i Kubsza, drewnianych domków także przy ulicy Kubsza (pod numerem 15) i przy Rynku 13. Mali mieszkańcy nieustannie powiększają swój miniaturowy świat, dlatego do powstałych już pomieszczeń dołączyła piekarnia przy Rynku 24, farma przy Rynku 29, dwupiętrowy apartament przy ulicy Kubsza 17, Cech Rzemieślników przy ul. Zamkowej 5.

Teraz do mieszkań, lokali gastronomicznych oraz miejsc pracy małych mieszkańców wodzisławskiego centrum dołączyła... szkoła. Uczelnię wodzisławskich skrzatów znaleźć można przy Rynku 17, w kamienicy, w której mieści się restauracja Fanaberia. W miniaturowej szkole znajdują się sale lekcyjne z geografii, matematyki i plastyki. Nie mogło również zabraknąć sali wychowania fizycznego, w której miniaturowi sąsiedzi wodzisławian pracują pilnie nad swoją tężyzną fizyczną. LI

Czas hybrydy

RYBNIK. 19 grudnia w Urzędzie Miasta podpisano umowę, dotyczącą zakupu przez spółkę Komunikacja Miejska Rybnik Sp. z.o.o. 11 nowych hybrydowych autobusów od firmy Solaris.



M. KOCZY

Rybnik podpisał umowę na zakup 11 nowych hybrydowych autobusów

Według prezydenta miasta Piotra Kuczery to ukłon nie tylko w stronę ekologii, ale także krok w kierunku wyznaczenia zupełnie nowych standardów w transporcie publicznym. Autobusy mają trafić na ulice 1 lipca przyszłego roku. Koszt inwestycji, na jaką zdecydowała się spółka to 24 miliony zł brutto i kupowane są ze środków własnych tego przedsiębiorstwa. Łukasz Kosobucki prezes Komunikacji Miejskiej Sp. z.o.o powiedział: - To autobusy niskoemisyjne. Są to pełne hybrydy, czyli ruszamy z przystanku z zatrzymania na silniku elektrycznym, następnie po osiągnięciu pewnej prędkości i odpowiednim naładowaniu superkondensatorów ruszamy na silniku spalinowym. W miejscu, w którym powstaje największa ilość spalin, bo przy ruszaniu, gdy potrzeba największej ilości energii, mamy zeroemisyjność. – Autobusy te zużywają dużo mniej paliwa. Spółka zakupiła dziewięć autobusów trzydrzwiowych w kompletacji typowo miejskiej i dwa autobusy dwudrzwiowe z dłuższymi siedzeniami, które gdy nie będą służyć w organizacji transportu publicznego w weekendy, mogą być wykorzystywane w celach komercyjnych np., na wycieczki. Autobusy są wyposażone w półki bagażowe, w tachograf, tak by mogły wyjechać poza miasto oraz w defibrylatory. Cena wynajmu autobusu będzie uzależniona od aktualnych kosztów, czyli wynagrodzenia kierowcy oraz ceny paliwa. Według prezesa spółki nowością będzie również wystrój wnętrz autobusów, zwłaszcza w aspekcie kolorystycznym, który ma nawiązywać do naszych domów (wykładzina będzie miała fakturę drewnopodobną). Głos zabrał również Rafał Zajas Dyrektor Sprzedaży Regionu Południowego Solaris Bus & Coach Sp. z o. o. Według niego: - W tych autobusach silnik spalinowy jest tylko agregatem prądotwórczym. W tym modelu w miejscu skrzyni biegów jest tylko układ hybrydowy, który przenosi napęd na oś. Oczywiście autobusy będą wyposażone w monitoring, klimatyzację i nowoczesny system informacji pasażerskiej.

Dyrektor Zajas pochwalił się także tym, że autobusy będą mogły wjeżdżać na przystanki (podobnie będzie w przypadku skrzyżowań i przymusowych zatrzymań na światłach) z zerową emisją. W dodatku zwiększony zostanie komfort pasażerów, ponieważ autobusy hybrydowe są znacznie cichsze niż ich tradycyjne odpowiedniki. Zadbano również o komfort pracy kierowców. W klimatyzowanej kabinie znajdą się lodówki i coś na co, kierowcy czekali od dawna, czyli niedzielona przednia szyba, tak żeby słupek nie zasłaniał widoczności kierowcy. Nie jest to pierwszy krok Rybnika w kierunku zwalczania niskiej emisji w organizacji transportu publicznego. Prezes Kosobudzki pochwalił się, że: - Mamy w tej chwili 23 autobusy elektryczne, czyli zeroemisyjne, co stanowi 25 procent floty. Niskoemisyjnych hybryd mamy około 12 procent. Czekamy również na rozstrzygnięcie przetargu na 20 zeroemisyjnych autobusów wodorowych. W sumie około 60 procent floty będzie nisko lub zeroemisyjna. LI

Młodzież tworzy projekty dla Rybnika

strefa aktywnej młodzieży



Co robi rybnicka młodzież w soboty? Zdobywa wiedzę dotyczącą pracy projektowej i tworzy rozwiązania do zdiagnozowanych problemów społecznych i ekologicznych w Rybniku.

Już w styczniu 73 uczestników Strefy Aktywnej Młodzieży- SAM wyruszy w teren, aby wcielić w życie wiedzę zdobytą podczas szkoleń i warsztatów. Podczas siedmiu zaplanowanych spotkań młodzież ze szkół podstawowych i ponadpodstawowych zdobyła wiedzę z zakresu 17. Celów Zrównoważonego Rozwoju, planowania i zarządzania projektem, tworzenia kosztorysu, budowania kampanii informacyjnej z wykorzystaniem nowych technologii oraz sposobów pozyskania funduszy na realizację zaplanowanych działań. Każda grupa stworzyła swój autorski projekt działań w naszym mieście!

Kolejny etap SAM, czyli realizacja projektów w wybranym przez grupę otoczeniu ma na celu zweryfikowanie swoich założeń. Przez osiem miesięcy młodzi aktywni będą realizować konkretne projekty, które będą wpływać na nasze miasto i jego mieszkańców, a może w przyszłości rozwiną się w projekty zgłaszane w ramach budżetu obywatelskiego lub innych programów grantowych.

Podczas, gdy uczestnicy pierwszej edycji Strefy Aktywnej Młodzieży będą mierzyć się ze swoimi pomysłami w praktyce, organizator projektu, czyli Stowarzyszenie Oświatowe „Rodzice--Dzieciom" będzie prowadzić rekrutację na liderów, którzy w drugiej edycji projektu będą tworzyć swoje własne zespoły. Szczegóły na bieżąco można śledzić na Facebooku projektu: facebook.com/SAMRybnik.

Projekt jest finansowany ze środków Narodowego Instytutu Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego w ramach Funduszu Inicjatyw Obywatelskich NoweFIO. Wartość dofinansowania ze środków Narodowego Instytutu Wolności – CRSO w ramach Funduszu Inicjatyw Obywatelskich NoweFIO wynosi 296 351,40 zł.

REKLAMA

Wojciech Kiljańczyk: Litr mleka, kilogram ziemniaków

Skończyło się eldorado i gospodarka ręcznie sterowana. Sklepy na Węgrzech wprowadzają limity na produkty z rządowej listy, a to oznacza, że igranie z gospodarką wolnorynkową po prostu się nie opłaca. Kaczyński marzył, żeby w Warszawie był Budapeszt, więc i w tej sprawie poniósł porażkę. Wszyscy przecież odczuwamy presję inflacji, drożyzny kredytowej, spadku siły nabywczej pieniądza, a to wszystko dzieje się w szokującym tempie. Nie lata, a miesiące i tygodnie wystarczyły, by upadł mit gospodarki sterowanej przez ludzi Kaczyńskiego i Orbana w czasie kryzysu. Jak były złote czasy, to należało przygotować kraj właśnie na nadchodzące zachwiania na arenie międzynarodowej. Wszystkich dotyka covid czy wojna w Ukrainie, jednak wyraźnie widać, że w krajach rządzonych przez skrajną prawicę, sprawy mają się gorzej. Wprowadzenie cen maksymalnych na produkty spożywcze na Węgrzech jest i dla nas ostrzeżeniem, że przyszłoroczne wybory parlamentarne są kluczowe, a oddanie na dłużej władzy Morawieckiemu, Glapińskiemu i Ziobrze, skończy się i u nas katastrofą. Niedawno w państwie Orbana skończyło się paliwo, co było efektem wcześniejszych decyzji o cenach maksymalnych na ten produkt. Oprócz limitów cenowych, na Węgrzech obowiązują również limity ilościowe. Nie można kupić więcej niż litr mleka, kilogram ziemniaków, jedno pudełko jaj. Polski rząd dotąd wzorujący się na Orbanie w wielu kwestiach zaczął wycofywać się rakiem ze swoich pomysłów gospodarczych oraz sposobu zarządzania sprawami państwowymi. I tak chce zlikwidować tarcze antyinflacyjne czy w końcu wziąć pieniądze z Krajowego Planu Odbudowy. Sprawę sprowokował rynek i międzynarodowy sektor finansowy, który przestał wierzyć premierowi Morawieckiemu przy wycenie rentowności polskiego długu. Nie powinniśmy się jednak łudzić, że nastąpiła drastyczna zmiana kierunku polskiej polityki. Aktualnie odbywa się pudrowanie zupełnie niedoskonałej rzeczywistości, a ruchy władzy centralnej wobec polskich samorządów w postaci pozbawiania ich dochodów własnych, jednoznacznie kwalifikuje obecny rząd, jako element wzmacniający niepewność w i tak trudnych czasach. Niedługo nowy rok, więc rozpocznie się kampania obietnic i szaleństwa przedwyborczego. Wszystko po to, by ogłupiać Polki i Polaków i jeszcze raz zyskać dostęp do państwowych synekur i posad w najdroższym polskim rządzie w ciągu dziesiątek lat!



ARCHIWUM

WOJCIECH KILJAŃCZYK
PRZEWODNICZĄCY RADY MIASTA RYBNIKA

W SIECI NAPISALI

Unteria: Aż 50,9 proc. Polaków stwierdza, że obecnie doświadcza pogorszenia własnego zdrowia psychicznego, kondycji psychicznej, samopoczucia bądź pogorszenia funkcjonowania psychicznego w związku ze wzrostem inflacji. Takie są skutki podwyżek cen w sklepach i rat kredytów, a także spadku wartości dochodów.

???? Czyli bierze Pan odpowiedzialność za to, że domy mieszkańców przez fedrunek pod miastem, zamienią się w ruinę a samo miasto w Chorzów bis. Władza zabierze zyski, mieszkańcom zostanie cierpienie oraz poczucie krzywdy.

Krzysztof Jaroch: Boże Narodzenie

Boże Narodzenie tuż, tuż. To czas, kiedy w gronie rodziny i bliskich przewietrzam moją gitarę i śpiewamy razem kolędy. Wspólna wigilia, pasterka i świąteczne spotkania pomagają cieszyć się z narodzenia Jezusa. Pozwalają też nabrać dystansu do otaczającej rzeczywistości, przemyśleć kilka bieżących spraw i pielęgnować naszą tradycję.

Według Słownika Języka Polskiego święta te są obchodzone przez chrześcijan na pamiątkę narodzenia Chrystusa. Choć już sama ich nazwa posiada rodowód chrześcijański, to ten w dzisiejszej przestrzeni publicznej wyraźnie gdzieś się.gubi Z roku na rok widać, że w branży handlowej sezon świąteczny zaczyna się coraz wcześniej. Jeszcze kilka lat temu akcentem rozpoczynającym Christmas time był listopadowy Czarny Piątek, później Wszystkich Świętych czy Halloween. Dzisiaj nikogo już nie dziwią czekoladowe Mikołaje i choinki na półkach sklepowych już w październiku. Tegorocznym hitem była jednak reklama z ciężarówką najbardziej znanego bezalkoholowego napoju gazowanego na świecie, która została wyemitowana już w połowie września.

Coraz częściej można spotkać się organizacją spotkań wigilijnych bez akcentów religijnych czy życzeniami świątecznymi bez wskazywania, o jakie święta chodzi. Pod koniec ubiegłego roku wiceprzewodnicząca Komisji Europejskiej w wewnętrznym przewodniku „komunikacji inkluzywnej" (przeznaczonej dla wszystkich) opublikowała sformułowania, których powinni unikać urzędnicy unijni. Wśród nich znalazło się m.in. „Boże Narodzenie" jako termin, który należało zastąpić zwrotem „okres świąteczny". Na cenzurowanym znalazło się również imię Maria, bo ma rodowód chrześcijański, a zaproponowano używanie bardziej kosmopolitycznego imienia - Malika. Jednak po szumie medialnym pani komisarz ds. równości wycofała się ze swoich propozycji, choć zapowiedziała, że musi je jeszcze przepracować.

Ostatnio spotkałem się też ze zwrotem „świecka Wigilia", który brzmi dla mnie jak oksymoron. No, ale coraz starszy jestem i wielu spraw mogę nie rozumieć. Jeśli jednak uważam, że tradycja chrześcijańska narusza moje uczucia religijne, a narodzin Jezusa nie było, to analogicznie nie powinienem obchodzić Wigilii i Bożego Narodzenia. Znam takie osoby i nie mam nic przeciwko ich przekonaniom, bo są w nich konsekwentne, a przez to autentyczne. Wypranie z treści religijnych tradycji bożonarodzeniowej w myśl poprawności politycznej, wolności i tolerancji dalekie jest jednak od autentyczności.

Kupiłem więc opłatek oraz choinkę. I stroję moją gitarę, by w wigilijny wieczór zaśpiewać kolędy w gronie rodziny i bliskich. Z życzliwością składam też wszystkim życzenia dobrego Bożego Narodzenia.



ARCHIWUM

KRZYSZTOF JAROCH
POLITOLOG, PRZEWODNICZĄCY ZARZĄDU DZIELNICY ZEBRZYDOWICE W RYBNIKU

Piote Szereda: Brak równowagi w Jastrzębskim Budżecie na 2023 r.

Jastrzębski budżet na rok 2023 nie jest budżetem zrównoważonym. Główny powodem jest brak pozycji umożliwiających rozwój inwestycji na duże działalności gospodarcze. Cześć Rady Miasta uważa, że ten budżet jest zrównoważony, ale moim zdaniem tylko pod względem matematycznym, chyba że weźmiemy pod uwagę, że praktycznie w każdym sołectwie, w każdym osiedlu będą realizowane inwestycje od schodów terenowych na ulicy Krasickiego (dwa lata oczekiwana) po modernizację ul. Wyzwolenia, skrzyżowania na Wodzisławskiej i Podhalańskiej itd. po modernizację ul 1 Maja i budowy Instytut Dziedzictwa, dalsze etapy OWN oraz ścieżek rekreacyjnych przy stawach na ul. Wodzisławskiej, po najważniejszą inwestycję kolejową! Jednak pani prezydent nie potrafi lub nie chce ująć w swoich zadaniach realizacji programów pro gospodarczych.

Zapominamy, że w pierwszej kolejności trzeba przeznaczyć pieniądze na projekty nowych zadań związanych z gospodarką. W trybie pilnym powinniśmy zaprojektować i przygotować tereny pod inwestycje gospodarcze. Uzbroić je w media i stworzyć ciąg komunikacyjny. Rozpocząć projektowanie i organizowanie własnej nowoczesnej komunikacji miejskiej, wybudować gminny odbiór odpadów komunalnych, zaprojektować i wybudować minimum 100 mieszkań komunalnych na wynajem. Miasto musi zacząć tworzyć inwestycje, które spowodują, że kasa miejska będzie zasilana podatkami od nieruchomości i budowli z nowo powstałych obiektów gospodarczych. Niestety, budujemy za ponad 30 milinów Instytut Dziedzictwa (zamiast muzeum, które byłoby utrzymywane przez Ministerstwo Kultury), na który to w przyszłym roku na utrzymanie wydamy ponad 4 miliony złotych. Betonujemy ul. 1 Maja za kolejne 30 milionów złotych i liczymy, że otworzy się pięć restauracji, gdzie zostanie zatrudnianych 100 pracowników.

Może cieszyć fakt, że w budżecie znalazły się środki na podwyżki na wynagrodzenie dla pracowników samorządu. Faktyczny wzrost realnego wygrodzenia miesięcznego sięga 7,5%. To dobry krok w dobrą stronę, Pozytywne strony tego budżetu to kwota 500 tys. zł na nowoczesny wóz strażacki z dużą drabiną dla naszej Państwowej Straży Pożarnej, dodatkowe 200 tysięcy złotych na rozwój sportu dla młodzieży i dzieci w naszym mieście. Dobrze, że inwestycje, które mamy zaplanowane i już są realizowane, nie będą zagrożone w 2023 r.



ARCHIWUM

PIOTR SZEREDA
PRZEWODNICZĄCY RADY MIASTA JASTRZĘBIA-ZDROJU

Po pijaku próbował wręczyć łapówkę



KPP RACIBÓRZ

Jechał po pijaku, a na domiar złego, chciał przekupić policjantów

RACIBÓRZ. Nie dość, że jechał na podwójnym gazie, to zaproponował policjantom 1000 zł za odstąpienie od wykonywanych wobec niego czynności. Teraz grozi mu nawet 10 lat więzienia.

16 grudnia policjanci z raciborskiej drogówki zauważyli, że tor jazdy pewnego volkswagena passata jest bardzo dziwny. Nie tłumaczyły go warunki pogodowe, które jak wiemy w ubiegłym tygodniu, były fatalne. Mundurowi szybko podjęli decyzję o tym, by zatrzymać kierowcę auta do kontroli. Był to przysłowiowy strzał w 10. Okazało się, że po zatrzymaniu pojazdu ood kierującego, było czuć woń alkoholu. Szybkie badanie alkomatem wykazało, że 23-latek ma ponad dwa promile. Nie był to jednak koniec problemów raciborzanina. Zamiast wykazać skruchę, postanowił zagrać va banque i zaproponował funkcjonariuszom 1 tys. złotych łapówki za to, by ukręcić łeb sprawie. Przeliczył się. Policjanci zatrzymali go i odstawili do aresztu. Teraz odpowie przed sądem nie tylko za prowadzenie pojazdu w stanie upojenia alkoholowego, ale także za próbę przekupstwa. - Za ten ostatni czyn grozi mu kara nawet 10 lat pozbawienia wolności – zaznacza oficer prasowy raciborskiej komendy nadkomisarz Mirosław Szymański. LI

Jak on tam wpadł?



KMP RYBNIK

Strażacy z policją potrzebowali tylko dwóch godzin, by dotrzeć do zaginionego

RYBNIK. W czasie śnieżnej zamieci 39-latek wpadł do studzienki kanalizacyjnej. Tylko dzięki przytomności umysłu, telefonowi komórkowemu i działaniu służb skończyło się tylko na strachu.

Do bardzo niestandardowej akcji ratowniczej doszło 16 grudnia w dzielnicy Niewiadom. Dyżurujący w komendzie policjant o godz. 8 odebrał zgłoszenie od Wojewódzkiego Centrum Powiadamiania Ratunkowego w Katowicach, że do studzienki kanalizacyjnej przy ulicy Sportowej za kopalnią Ignacy wpadł mężczyzna i nie potrafi się z niej od kilkunastu godzin wydostać. Przerażony mężczyzna wykazał się bystrością umysłu i skorzystał z telefonu alarmowego. Na wskazany teren skierowani zostali policjanci i straż pożarna. - Ofiara wypadku co dziesięć minut dzwoniła pod 112 i nasłuchiwała, czy pojawiają się sygnały dźwiękowe. Poszukiwania utrudniały warunki atmosferyczne – nieustannie padający śnieg. Na szczęście tuż po 10.00, dzięki sprawnej współpracy służb, 39-latek został odnaleziony na hałdach w studzience, a następnie przekazany medykom z pogotowia ratunkowego - poinformowała rzeczniczka rybnickiej policji starsza aspirant Bogusława Kobeszko. LI

Potrącona nastolatka

MARKLOWICE. Do niebezpiecznego zdarzenia drogowego doszło w Marklowicach 16 grudnia przy ulicy Wyzwolenia.

Kierujący mazdą najechał w tył toyoty przed przejściem dla pieszych. Uszkodzona toyota wjechała na pasy i potrąciła 17-latkę. Na szczęście, jak się okazało, dziewczyna nie odniosła żadnych poważnych obrażeń. Kierujący mazdą 25-letni mieszkaniec Wodzisławia Śląskiego poniósł konsekwencje tego, że nie zachował należytej ostrożności i otrzymał mandat w wysokości 3 tysięcy złotych. Do zdarzenia doszło przy wyjątkowo niesprzyjającej aurze. Kierowcy jechali po zaśnieżonej drodze. - Trudne warunki na drogach wymagają od kierujących zachowania szczególnej uwagi, a przede wszystkim zdjęcia nogi z gazu. – apeluje aspirant sztabowa Małgorzata Koniarska z wodzisławskiej komendy. LI

MOKATE
A Family Business

Z okazji Świąt Bożego Narodzenia i zbliżającego się Nowego Roku życzymy zdrowia, spokoju i miłości. Niech to będzie piękny, przepełniony radością czas w gronie najbliższych.

Zarząd i Pracownicy Grupy MOKATE



REKLAMA

Spotkanie wigilijne z burmistrzem



REKLAMA


KATARZYNA MAZUR / UGIM CZERWIONKA-LESZCZYNY

CZERWIONKA-LESZCZYNY. 19 grudnia w Centrum Kulturalno-Edukacyjnym w Czerwionce-Leszczynach odbyło się spotkanie wigilijne

Udział w spotkaniu wigilijnym wzięli udział osoby samotne, zagrożone wykluczenie, wykluczone, ale także osoby starsze, które Święta Bożego Narodzenia spędzają samotnie. Obecni przełamali i podzielili się opłatkiem, składając sobie serdeczne życzenia. W spotkaniu uczestniczyli: Burmistrz Gminy i Miasta Czerwionka-Leszczyny Wiesław Janiszewski, Przewodniczący Rady Miejskiej w Czerwionce-Leszczynach Bernard Strzoda, Pełnomocnik ds. społecznych Aleksandra Chudzik, Skarbnik Gminy i Miasta Zbigniew Wojtyło, Zastępca Dyrektora Ośrodka Pomocy Społecznej w Czerwionce-Leszczynach Beata Augustyn, Ksiądz Dziekan Dekanatu Dębieńsko Roman Kiwadowicz oraz pracownicy Ośrodka Pomocy Społecznej w Czerwionce-Leszczynach.

-Cieszę się, że w tym roku, po dwóch latach przerwy spowodowanej pandemią koronawirusa możemy dziś uczestniczyć w naszym tradycyjnym wigilijnym spotkaniu. W tym szczególnym czasie łamiemy się opłatkiem i składamy sobie życzenia na nadchodzące święta oraz Nowy Rok. Życzę Wam zdrowia, spokoju i wsparcia, nie tylko w czasie Bożego Narodzenia, ale przez cały rok - mówił Burmistrz, Wiesław Janiszewski. MS



REKLAMA

Po dwóch latach powraca kalendarz „Jestem z Rybnika”


M. KOCZY / UM RYBNIK

RYBNIK. 19 grudnia w budynku Szybu Kościuszko Zabytkowej Kopalni Ignacy w Rybniku odbyła się premiera kalendarza prezentującego ludzi z pasją

Po dwóch latach pandemicznych z piątą edycją powraca kalendarz, który w latach 2018-2019 uzyskał tytuł najlepszego kalendarza administracyjnego podczas Międzynarodowego Festiwalu i Konkursu Kalendarzy Zoom Art w Katowicach. Zdjęcia bohaterów do kalendarza wykonał Marcin Giba, a zakupić go można w punkcie „Halo! Rybnik” przy ul. Jana III Sobieskiego. Na kalendarzu znajduje się m.in.: Zenon Pochcioł, Aleksander Jagodziński, Rafał Wolny, Kacper Kordas, Izabela Rajter, Martyna Fojcik, Adam Suchorab, Inna Oliinyk, Dominika Hanke, Paweł Mitura-Zielonka, Kamil Radecki oraz Michał Błażewicz.

- W tym roku do sesji zdjęciowej zaprosiliśmy osoby, które swoimi pasjami, pracą, życiorysami powodują, że świat jest ciekawszy. I tak w kalendarzu zobaczymy m.in. pasjonata przebudowy motocykli, twórcę gier planszowych, trenera personalnego, pasjonatkę jazdy na rowerze szosowym, czy właścicielkę zagrody dla zwierząt, także tych porzuconych – zapowiada Robert Cebula, naczelnik Wydziału Marketingu i Mediów Urzędu Miasta Rybnika. MS

Cmentarna wycinka



ŁUKASZ CHRZĄSZCZ

Nowe kwatery wymagają wycinki starych drzew

WODZISŁAW ŚLĄSKI.
Na terenie nekropolii od kilku lat prowadzona jest systematyczna wycinka drzew pod nowe groby.

Jeden z wielkich francuskich poetów Guillaume Apollinaire napisał, że cmentarz jest ogrodem, co ma piękna wiele. W świetle nowoczesnych założeń planistycznych cmentarze bowiem to nie tylko miejsca pochówku, ale także zadumy, terapii, archiwum na wolnym powietrzu, ogrodu pamięci. To miejsce sacrum naznaczone nie jest li tylko kilkuminutowymi odwiedzinami grobów najbliższych w dzień zaduszny, ale przede wszystkim uniwersalnej refleksji na temat przemijania, własnego bycia. Nic tak nie konfrontuje kruchości naszego życia, jak obecność drzew posadzonych pokolenia przed nami. Dlatego w wielu regulaminach polskich cmentarzy są one traktowane jako parki.

Tak jest również w przypadku Wodzisławia Śląskiego. Tamtejszej nekropolii komunalnej przyjrzał się wnikliwie radny Łukasz Chrząszcz i to, co zobaczył, wprawiło w osłupienie. Przygotowanie miejsc pod nowe kwatery wiązało się bowiem ze zmasowaną wycinką drzew. W swojej interpelacji złożonej do urzędu miasta napisał on, że: - W Regulaminie Cmentarza Komunalnego w Wodzisławiu jest zapis „Cmentarz utrzymywany jest jako teren zieleni o założeniu parkowym". Tego typu przestrzeń wymaga istnienia zieleni, w tym również drzew. Tymczasem nowe sektory, które powstają na cmentarzu, są pozbawiane roślinności niskiej i wysokiej, w tym drzew, które rosły tam od dziesiątek lat: akacji, dębów, brzózek i innych. Brak roślinności i drzew powoduje bardzo wysoką temperaturę w okresie letnim, co ma się nijak do założeń cmentarza jako terenu zieleni.

Radny zapytał także, kto zezwolił na wycięcie ponad 90 procent wysokich drzew, by były możliwe nowe pochówki. Okazuje się, że o wycinkę wnioskował w 2016 r. ówczesny szef Służb Komunalnych Miasta. Otrzymał on zgodę ze strony starosty wodzisławskiego. Jednocześnie doszło do nasadzeń zastępczych na terenie cmentarza komunalnego. Drewno, które zostało pozyskane przy okazji ścięcia drzew, trafiło do kotłowni SKM w celach opałowych. Na zarzut, jak mają się wycinki do pojmowania cmentarza jako parku, służby komunalne odpowiadają, że: – W regulaminie cmentarza zaznaczono, że zieleń ma charakter parkowy, a nie leśny. Pozostawienie zbyt dużych drzew w kwaterach grzebalnych może stanowić zagrożenie dla nagrobków poprzez zbyt duży system korzeniowy, wysadzający nagrobki lub poprzez zniszczony system korzeniowy przy kopaniu grobów, drzewo może obumrzeć i powalić się na okoliczne nagrobki. Obecnie sami dysponenci grobów wnioskują o wycinkę drzew, które niegdyś nasadzili.

Podniesiona wątpliwość, że są w Polsce nekropolie, w których występuje mnóstwo zieleni wysokiej, jak na przykład na cmentarzu powązkowskim również nie znalazła w oczach służb komunalnych dużego uznania. Według pracowników tej instytucji nie można bowiem porównywać cmentarza komunalnego z drugiej połowy XX w. z XVIII-wieczną nekropolią. Zasięgnęliśmy języka, jak wyglądały kwestie ostatnich wycinek. - We wrześniu zawnioskowaliśmy o usunięcie 16 drzew i krzewów (w większości są to tuje, cyprysiki, świerk i dąb szypułkowy), które stanowią zagrożenie dla użytkowników cmentarza, ponieważ znajdują się między grobami zmarłych lub w nieznacznej odległości od grobów, dodatkowo systemy korzeniowe naruszają sąsiadujące groby oraz strukturę chodników. Zawnioskowane przez SKM wycinki drzew i krzewów są również po przeanalizowaniu wniosków złożonych przez użytkowników cmentarza do SKM o ich wycinkę. 13 grudnia otrzymaliśmy decyzję zezwalającą na wycinkę drzew wraz z obowiązkiem nasadzenia nowych 15 drzew w zamian za te usunięte, które będą nasadzone na terenie Cmentarza Komunalnego w Wodzisławiu Śląskim. Na chwilę obecną nie planujemy dalszej wycinki drzew – informuje nas Mateusz Jamioła z Urzędu Miasta. LI





Pojedynek na Słowa w Teatrze Ziemi Rybnickiej

RYBNIK. Pojedynek na Słowa zagościł w Rybniku już po raz 18. i była to pełnoletność z przytupem. Zobaczcie, jak wydarzenie wyglądało w obiektywie Dominika Gajdy.

14 grudnia na deskach Teatru Ziemi Rybnickiej na słowa pojedynkowali się uczniowie z rybnickich ogólniaków. W szranki o miano władców nieskazitelnej polszczyzny stanęły ekipy z Liceum im. Powstańców Śląskich oraz Liceum im. Andrzeja Frycza Modrzewskiego. Uczniowie rozpoczęli wymianę słownych strzałów punktualnie w samo południe. Drużyny zaangażowane w językową batalię składały się z sześciu członków oraz osoby akompaniującej. W bitwach, w konkursie interpretacji poezji, mierzyli się ponadto nauczyciele z obydwu szkół. Widzowie mieli okazję zaznajomić się z tekstami m.in. Janusza Odrowąża. Tadeusza Różewicza czy Juliana Tuwima. W ramach wydarzenia odbył się także koncert grupy Maciej Miecznikowski Trio pod wiele mówiącą nazwą „Piosenka jest dobra wszystko". Słuchacze zgromadzeni na sali mieli okazję po raz kolejny bawić się przy cenionych evergreenach artystów takich jak: Władysław Szpilman, Andrzej Zaucha, Piotr Szczepanik, Wojciech Młynarski, Louis Armstrong, Nat King Cole czy Prince. Ostatecznie pojedynek na słowa wygrali zawodnicy z Liceum im. Powstańców Śląskich. Organizatorem imprezy była Fundacja Elektrowni Rybnik. LI



ZDJĘCIA: DOMINIK GAJDA

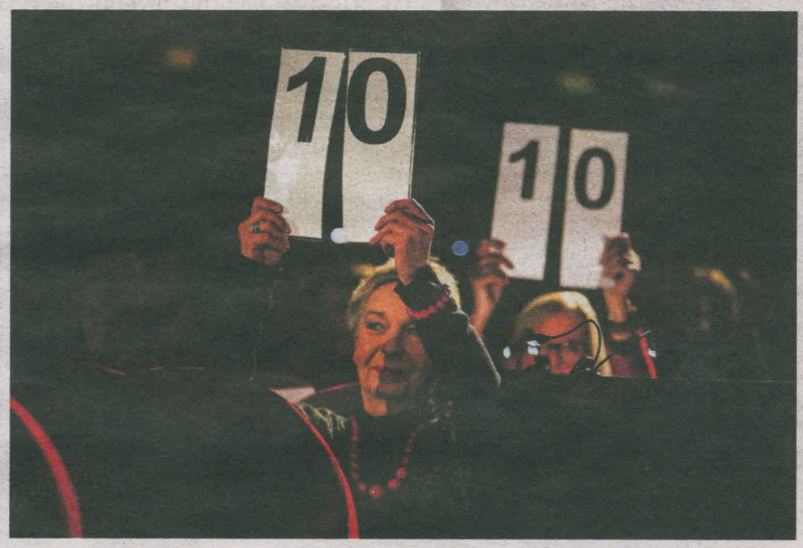
Sala wypełniona była po brzegi



Uczniowie z rybnickich ogólniaków pokazali jak pięknie potrafią władać językiem ojczystym



Gwiazdą wieczoru był Maciej Miecznikowski



Miłośnicy języka polskiego mieli nie lada zagwozdkę, jak ocenić występy zawodników



Zawody zgromadziły całą rzeszę fanów



Dozwolone były zarówno recytacje, jak i śpiew

Wypadek na oblodzonym chodniku – pech czy zaniedbanie?



MATERIAŁY PRASOWE

Porad udziela radca prawny Kamil Owczarek z Żor

Na pytania Czytelników „Nowin", dotyczące spraw cywilnych, odpowiada radca prawny **Kamil Owczarek** z Żor. Piszcie o swoich wątpliwościach na: leszek.iwulski@enowiny.rybnik.pl.

Czytelnik zwrócił się z zapytaniem, jakie powinien podjąć czynności i działania w związku z wypadkiem, któremu uległ podczas zimowego spaceru na oblodzonym i nieodśnieżonym chodniku?

Czytelnik wyjaśnił, że podczas spaceru po chodniku pośliznął się i doznał poważnych obrażeń polegających na złamaniu ręki. Niezwłocznie po upadku zadzwonił po pomoc medyczną, która została mu udzielona w publicznej placówce służby zdrowia. Chodnik, na którym doszło do zdarzenia, był zaśnieżony oraz oblodzony. Czy w takiej sytuacji czytelnik ma uprawnienie do żądania określonej rekompensaty od podmiotu odpowiedzialnego za utrzymanie chodnika w należytym stanie oraz wobec kogo zgłaszać roszczenia pozostające w związku ze zdarzeniem?

Aktualne warunki pogodowe obfitują w tego typu zdarzenia. W przypadku znacznych opadów śniegu nie zawsze udaje się doprowadzić każdy chodnik i ulicę do stanu nadającego się do bezpiecznego poruszania się przez pieszych i kierowców. Podkreślić trzeba, że obowiązkiem każdego właściciela nieruchomości jest utrzymywanie nieruchomości w należytym stanie. W szczególności dotyczy to nieruchomości, które służą do użytku wspólnego czy publicznego takich jak drogi i chodniki. Ewentualne roszczenia z tytułu nienależytego utrzymania dróg (chodników) należy zgłaszać wobec właściciela, ewentualnie zarządcy danej nieruchomości. Ustalenie dō kogo należy dana nieruchomość, może nie być wcale takie łatwe. O ile w przypadku dróg publicznych będzie to z reguły właściwa jednostka samorządu terytorialnego lub Skarb Państwa, o tyle przy gruntach prywatnych może to nastręczać wiele trudności. Tutaj mogą wchodzić w grę spółdzielnie mieszkaniowe, wspólnoty budynków oraz osoby prywatne. Ustalenie właściciela (zarządcy) danej nieruchomości jest bardzo ważne, ponieważ to do tego podmiotu należy następnie zgłosić roszczenia.

W pierwszej kolejności w przypadku takiego niefortunnego upadku dobrze jest pamiętać o sporządzeniu dokumentacji fotograficznej lub filmowej miejsca zdarzenia. Trudno jednak o tym myśleć, gdy wskutek wypadku doszło do złamania lub innych bolesnych doznać. Wówczas dobrze jest poprosić osobę trzecią, która sporządzi dla celów dowodowych zdjęcia lub filmy potwierdzające, że chodnik czy droga były nieodśnieżone i oblodzone rozsądnie jest również pamiętać, aby osoby uzyskać dane kontaktowe (numer telefonu) świadków zdarzenia. Z reguły bowiem osobom poszkodowanym ktoś pomaga wstać, wezwać pomoc. Taki kontakt umożliwi w razie ewentualnego procesu możliwość skorzystania z pomocy naocznego świadka zdarzenia, który potwierdzi istotne dla sprawy okoliczności.

Osoba poszkodowana przede wszystkim jest uprawniona do żądania od zobowiązanego naprawy szkód pozostających w związku z wypadkiem. Będą to wszelkiego rodzaju koszty poniesione wskutek upadku: takie jak zakupy lekarstw, wizyty medyczne, opłaty związane z koniecznością pomocy osoby trzeciej itp. wydatki. Odszkodowanie jest policzalne, ponieważ każdy wydatek w zasadzie jesteśmy w stanie udokumentować. Dobrze o tym pamiętać i kompletować paragony (faktury) dotyczące wydatków, będących konsekwencją zdarzenia.

Poza odszkodowaniem osoba poszkodowana jest uprawniona do żądania zadośćuczynienia z tytułu doznanego bólu i cierpienia. To roszczenie jest niepoliczalne i zawsze indywidualnie oceniane przez sąd w konkretnej sprawie. Wysokość zadośćuczynienia jest uzależniona od wielu aspektów takich jak: rozmiar cierpień, rodzaj obrażeń, okres pobytu w szpitalu, okres rehabilitacji itd.



PIXABAY

Zimą ze względu na swoje bezpieczeństwo należy szczególnie dbać o stan naszego pojazdu

Zimą zadbajmy o samochód

Zimą nasz stalowy rumak jest narażony na wszechobecne zagrożenia, które w konsekwencji mogą prowadzić do zniszczenia pojazdu. Oto garść rad, które na pewno przydadzą się o tej porze roku, by utrzymać samochód w należytym stanie.

Po pierwsze należy dbać o czystość auta. Częste mycie ze względu na niskie temperatury nie jest takie proste, ale warto zainwestować kilkadziesiąt złotych, by chronić swój pojazd. Dzieje się tak dlatego, że zimą wilgoć jest wszędzie, w dodatku nasz pojazd ma cały czas styczność z różnymi substancjami chemicznymi (np. sól), które są prawdziwą toksyną dla karoserii. Prewencyjnie można obok mycia samochodu zadbać o woskowanie, ponieważ w ten sposób zadbamy o lakier. Wosk tworzy warstwę ochronną, dzięki której nie przedostają się drobiny zanieczyszczeń. Zgodnie z zaleceniami profesjonalistów należy postawić na myjnię zamkniętą, ponieważ tam proces mycia jest dokładniejszy. Jeśli korzystamy, z myjni ręcznej pamiętajmy, by myć samochód z góry do dołu. Nie czyścimy samochodu w temperaturze poniżej zera stopni Celsjusza. Druga rzecz, o którą musimy zadbać to dbałość o stan akumulatora, który jest stale wystawiany na niebezpieczeństwo ze względu na mróz. Trzeba pilnować o to, by co jakiś czas go doładować. Ze względu na panującą szarość, szybko przychodzący zmierzch oraz możliwe opady śniegu należy także stale zwracać uwagę na stan oświetlenia naszego pojazdu. Pamiętajmy o tym, żeby odśnieżać samochód ostrożnie. Korzystajmy ze szczotek z delikatnym włosiem. Dzięki temu nie porysujemy lakieru. W kryzysowej sytuacji przyda się także płyn zapobiegający zamrażaniu zamków i odmrażacz do szyb. Śnieg z dachu możemy ściągać za pomocą teleskopowej miotełki, bo ma duży zasięg. Na koniec dodajmy o odśnieżeniu tablic rejestracyjnych. Jeśli tego nie zrobimy, policjant może nam wlepić mandat w wysokości 200 zł. LI

GRUPA JSW JSK

Jastrzębska Spółka Kolejowa Sp. z o.o.
poszukuje kandydatów na następujące stanowiska:

1. Dyżurny Ruchu
2. Nastawniczy
3. Dróżnik Przejazdowy
4. Automatyk urządzeń sterowania ruchem kolejowym



Miejsce pracy: województwo śląskie

Wymiar etatu: 1/1

Wymagania:
1. Świadectwo złożenia egzaminu kwalifikacyjnego na dane stanowisko.
2. Stan zdrowia pozwalający na wykonywanie zawodu.
3. Dobra organizacja pracy.
4. Sumienność i odpowiedzialność.
5. Umiejętność pracy w zespole.
6. Odporność na stres.

Oferujemy:
1. Zatrudnienie na podstawie umowy o pracę.
2. Praca w stabilnej, rozwijającej się firmie.
3. Możliwość rozwoju zawodowego.
4. Benefity pozapłacowe (karty multisport, karty przedpłacone).
5. Pracowniczy Program Emerytalny PPE.

Wymagane dokumenty:
1. CV.
2. List motywacyjny.

Wysyłając zgłoszenie prosimy o zamieszczenie w CV poniższej klauzuli:
Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych innych niż wskazane art. 221 KP w celach niezbędnych dla realizacji procesu rekrutacji na podstawie art. 6 ust. 1 lit. a) RODO przez Jastrzębską Spółkę Kolejową Sp. z o.o. z siedzibą w Jastrzębiu-Zdroju 44-330 przy ul. Górniczej 1, wpisanej do rejestru przedsiębiorców prowadzonego przez Sąd Rejonowy w Gliwicach, Wydział X Gospodarczy KRS pod numerem KRS0000017437

Wymagane dokumenty należy złożyć w sekretariacie Spółki w Jastrzębiu-Zdroj przy ul. Górniczej 1 lub przesłać drogą elektroniczną na adres: jsk@jsk.pl.

REKLAMA

Henryk Powieśnik gościem Ślōnskigo Sztwortku

RYBNIK. Henryk Powieśnik mieszkaniec Szczerbic podczas kolejnego spotkania z cyklu Ślōnski Sztwortek opowiedział o swojej podróży na Madagaskar. Wydarzenie odbyło się 15 grudnia w halo!Rybnik. Zorganizowała je Demokratyczna Unia Regionalistów Śląskich, a rozmowę prowadził Marcin Petters.



KAROLINA TREŁA

Henryk Powieśnik i Marcin Petters

Podróż Henryka Powieśnika trwała od 21 lipca do 15 sierpnia 2016 roku. Pojechał tam wraz ze znajomymi z Pszczyny - Anną oraz Andrzejem. Podróżnicy pokonali łącznie ponad 3 tys. km, zwiedzali parki narodowe, poznali życie tamtejszych mieszkańców oraz zaznajomili się z miejscową kuchnią.

- Jak przeszedłem na pyndzyjo, dostałem geltak za to i trzeba było coś z tym zrobić. Do tej wyprawy doszło więc przez przypadek. Moi przyjaciele, którzy dużo podróżują po całym świecie, zaproponowali mi wspólną wyprawę – przekazał Henryk Powieśnik.

Żeby dotrzeć na miejsce, podróżnicy musieli kilkakrotnie zmieniać samolot i wyruszać z różnych miejsc, ponieważ bezpośredni lot z Polski nie był możliwy – przekazał Henryk Powieśnik.

- Lecieliśmy fligrem do Berlina, stamtąd do Nairobi, a następnie do stolicy Madagaskaru – Antananarywy. Niestety, nie było lotów bezpośrednich. Wszystko załatwialiśmy prywatnie, przez internet, kontaktując się z biurem na Madagaskarze. Na miejscu mieliśmy auto do dyspozycji oraz szoferów – relacjonował Henryk Powieśnik.

Przygotowania do podróży rozpoczęły się już pół roku przed wyjazdem. Dzięki radom swoich znajomych podróżnik wiedział, na co powinien zwrócić szczególną uwagę.

- Przygotowując się do podróży, wymieniłem 500 euro (co dało w przeliczeniu ok. 2 mln tamtejszych ariarów – red.), to wystarczyło na całą wyprawę. Koszt wszystkich biletów wyniósł około 7 tys. złotych. Mój plecak miał około 20 kg. Wziąłem też różnego typu lekarstwa, bandaże, a nawet zastrzyk z adrenaliną. Przed przyjazdem w takie miejsce trzeba zadbać o swoje bezpieczeństwo, bo lekarze bywają tam bardzo rzadko. Obawialiśmy się malarii, niestety nie ma na nią zastrzyków, są jedynie tabletki, które są bardzo drogie. Doktor mi mówił, że już tydzień przed wyjazdem powinienem jeść dziennie po jednej tabletce i tydzień po nim. To jednak kosztowałoby majątek. Moi znajomi kiedyś już to zażywali i mieli problemy z żołądkiem, więc zrezygnowali. Lekarz przepisał mi więc cztery tabletki, w razie, gdyby malarla mnie zaatakowała. Gdyby doszło do takiej sytuacji, trzeba jak najszybciej jechać do szpitala. Pół roku przez wyjazdem musiałem się też zaszczepić na wściekliznę – przekazał podróżnik.

Z relacji mężczyzny wynika, że już na początku wyprawy doszło do niebezpiecznych sytuacji.

- Spaliśmy w jednym z hoteli w stolicy kraju. Pierwszej nocy wybraliśmy się na spacer i od razu ukradziono aparat mojej znajomej. Była przestraszona, pamiętam, że goniliśmy tego złodzieja, ale obok niego nagle pojawiło się więcej kolegów i wbiegli w boczne uliczki miasta, więc zrezygnowaliśmy - przekazał mężczyzna.

- Łącznie pokonaliśmy tam około 3 tys. kilometrów. Rozpoczęliśmy w stolicy, zwiedziliśmy parki narodowe, odpoczywaliśmy nad morzem. Zauważyliśmy, że mieszkańcy poruszają się przede wszystkim autobusami, które odjeżdżają dopiero wtedy, gdy są zapełnione. Tam w każdym miejscu można też kupić jedzenie, nawet w nocy jest coś otwarte – wspomina Henryk Powieśnik.

- Byliśmy w miejscu, gdzie produkowano różne rzeczy z odpadów. To było bardzo ciekawe, przywiozłem stamtąd zrobiony z różnych materiałów miniaturowy rower, były tam bardzo piękne rzeczy. Wiele ozdób tworzą tam również z rogów krów - dodaje.

Życie codzienne tubylców również zwróciło uwagę podróżników.

- Zauważyłem, że chłopy robią na polu, a kobiety i dzieci ciągle coś noszą, ale też ciężko pracują. Ilekroć pojawialiśmy się gdzieś, to szybko zbiegały się dzieci i dawaliśmy im coś do jedzenia. W górach widzieliśmy też wiele grobowców, ponieważ mieszkańcy sądzą, że im wyżej odbędzie się pochówek, tym bliżej nieba będzie ta zmarła osoba – relacjonuje rybniczanin.

- Podróż bardzo mi się podobała, jechałbym drugi raz. Bardzo piękne miejsce, dużo terenów górzystych. Owoce są tam bardzo dobre, mają zupełnie inny smak. Często jedliśmy też warzywa, ryby, owoce morza – tam to bardzo popularne dania – dodaje Henryk Powieśnik i zaznacza, że to miejsce trzeba zobaczyć, choć raz na własne oczy. **KT**

„Miłość zmarłej matki ratuje syna" II

Między lasami zwanymi „Niwami" i „Wałchą" znajduje się polana, z której rozchodzi się siedem leśnych ścieżek. Od lat było to miejsce o złej sławie – taka żorska „Łysa Góra". Tu mieli się spotykać okoliczni czarownicy ze swoim panem – diabłem! W tym miejscu miano też podpisać niejeden cyrograf na ludzką duszę.



GRYMLINO

Pewien gospodarz z Dąbia (dziś żorska dzielnica Kleszczów), któremu nieźle się powodziło, chociaż niespecjalnie przykładał się do pracy, miał parobka imieniem Walek. Chłopak był sierotą i zaznał w życiu wiele biedy, dlatego stale przemyśliwał nad tym, jak dorobić się bogactw bez pracy. Ponieważ gospodarstwo, w którym pracował, opływało w dostatki, a jego właściciel znikał czasem w nocy na długie godziny, chłopak doszedł do wniosku, że chłop kradnie, dlatego pewnej nocy poszedł za nim. Choć pora była późna, a noc bardzo ciemna, gospodarz skierował się w stronę „Wałchy" i Walek szybko zorientował się, że zmierza on w stronę „siedmiu dróg". Wystraszony parobek zapomniał o ostrożności i chłop go zauważył. Nakazał zawrócić Walkowi do domu, ostrzegając, że inaczej napyta biedy im obu. Kiedy chłopak się ociągał, gospodarz przyobiecał go nauczyć odpowiednich czarów. Jak się okazało, chłop wrócił do domu grubo po północy z workiem pełnym pieniędzy.

Nazajutrz dał parobkowi czarną księgę, którą należało przeczytać przy świetle księżyca, ale Walek nie potrafił czytać, więc sam gospodarz objaśnił go, co ma czynić, żeby spotkać się z diabłem na owych „siedmiu drogach". Przykazał mu także, żeby szedł prosto do celu i nie zważał na to, co usłyszy czy zobaczy, bo inaczej będzie z nim źle!

Chłopak bardzo pragnął bogactw, ale w duchu wzdrygał się, że ma je zdobyć za cenę własnej duszy. Kiedy tylko wszedł do lasu, coś za nim zaczęło chichotać, wyć, zgrzytać i nawoływać. Wydawało mu się, że ktoś za nim stąpa, że łapie go za ubranie i ciągnie za włosy, lecz on szedł wytrwale naprzód, choć serce łomotało mu jak oszalałe. Zatrzymał się dopiero wtedy, kiedy usłyszał głos swej dawno zmarłej matki:

-Nie chodź tam synku! Nie chodź...inaczej cię uczyłam...- i zobaczył tuż przed sobą jej rozpływającą się postać.

Wtedy iście szatański śmiech zaświdrował w uszach młodziana, więc przerażony zawrócił i pognał na oślep wprost przed siebie, ale nie był sam, bo aż do skraju lasu prowadziło go maleńkie, jasne światełko. Ostatkiem sił wybiegł na otwartą przestrzeń, ale potknął się i przewrócił, padając twarzą w mokre trawy...

Nazajutrz znaleziono go na wpół żywego na łąkach nad Śmieszkiem. Ściskał w dłoni spłowiały szkaplerz, jedyną rzecz, którą pozostawiła mu w spadku zmarła matka. Chłopak wrócił do przytomności dopiero po kilku dniach. Kiedy nieco wydobrzał, gospodarz zawołał go do siebie i wymógł na nim, że nie piśnie nikomu ani słowa o tej przygodzie.

Parobek dotrzymał obietnicy. Dopiero wiele lat po śmierci swego gospodarza opowiedział tę historię swoim wnukom ku przestrodze!

Grymlino

Makówki opanowały halę targową



ZDJĘCIA: DOMINIK GAJDA

Każdy mógł skosztować tego popularnego śląskiego deseru



Gospodynie z radością częstowały uczestników wydarzenia



Święto Makówek cieszyło się wielkim powodzeniem



Każde koło gospodyń wiejskich miało swój przepis na najlepsze makówki

CZERWIONKA-LESZCZYNY. 17 grudnia w hali targowej w Czerwionce jak co roku odbyło się Święto Makówek. Mieszkańcy mieli okazję spróbować tradycyjnych, śląskich specjałów.

To wyjątkowe święto przyciągnęło miłośników tego śląskiego deseru, czyli tradycyjnych, śląskich makówek. Nie zabrakło degustacji, śpiewania kolęd oraz typowych świątecznych upominków. - Co roku spotykamy się na Święcie Makówek, żeby skosztować tego wyjątkowego, świątecznego deseru. Nagrodźmy wielkimi brawami przedstawicielki Kół Gospodyń Wiejskich z terenu Czerwionki-Leszczyn, które je przygotowują - zapowiedział Burmistrz Czerwionki-Leszczyn Wiesław Janiszewski. Burmistrz złożył również przybyłym mieszkańcom życzenia świąteczne. - Życzę Państwu wspaniałych, rodzinnych świąt Bożego Narodzenia. Niech Nowy Rok przyniesie spełnienie marzeń - dodał. W świąteczny nastrój wprowadziły zespoły: Ale Babki, Ali i Dominiki Michniewicz oraz Natalii Gierlich. Gospodynie, które przygotowały makówki, wspólnie twierdzą, że to proste danie bez którego wielu z nas nie wyobraża sobie świąt, powstaje na bazie gotowanego maku z bakaliami, który jest przekładany warstwami bułki, sucharków lub chałki. Te tradycyjne powinny zostać przygotowane z wyprzedzeniem. Dopiero podczas leżakowania w lodówce, nabierają idealnej konsystencji.

Uczestnicy mogli też kupić ozdoby świąteczne, natomiast najmniejsi uczestnicy wydarzenia wzięli udział w świątecznej kolejce szynowej oraz skorzystali z karuzeli weneckiej. Pojawili się również szczudlarze, kuglarze oraz Mikołaj. Uczestnicy wzięli też udział w konkursie i mogli wygrać jedną ze stu choinek. Nagrodzono również laureatów konkursu „Kartka świąteczna z Czerwionki-Leszczyn". KT

Pastelowe święta w Halo!Rybnik

RYBNIK. Andrzej Żylak, honorowy konsul Chorwacji, stylista ubioru, propagator kultury bałkańskiej, wielki fan kolorowych kapeluszy, krawatów i muszek odwiedził centrum informacji turystycznej.

Wielkimi krokami zbliżają się święta Bożego Narodzenia. Wielu z nas już na długo przed świętym wieczorem zastanawia się, co na siebie włożyć, aby podczas tego spotkania z najbliższymi prezentować się jak najlepiej. Z pomocą w doborze odpowiedniego ubioru przychodzi Andrzej Żylak, którego wystąpienia mogliśmy posłuchać 12 grudnia w halo!Rybnik.

Zaproszony gość podczas spotkania zapoznawał przybyłych słuchaczy ze sposobami, w jakie mogą oni dodać swoim stylizacjom wyrazistości, jak sprawić, żeby podczas świąt Bożego Narodzenia prezentować się jak najlepiej. Zwrócił uwagę, że ubieramy się przede wszystkim dla siebie, nie powinniśmy zwracać uwagi na to, co powiedzą na nasz temat inni. Nie oznacza to jednak, że możemy usiąść przy wigilijnym stole w dresie, nie trzymając się żadnych reguł, czy obowiązujących standardów. Nie musimy co roku kupować nowego garnituru, czy eleganckiej sukienki. Diabeł tkwi w szczegółach.

Żylak zauważył, że blisko 50 procent mężczyzn nie widzi kolorów, za to blisko 80 procent kobiet widzi kolory i potrafi dostrzec niuanse między nimi. Aby dodać naszym kreacjom świeżości należy skupić się na dodatkach. Starannie dobrana poszetka, pasująca do koloru spodni czy marynarki, czy kapelusz w kolorze sukienki potrafi dać nowe życie naszym ubraniom.

Żeby wyglądać elegancko, ograniczmy się do dwóch, maksymalnie trzech kolorów. Stylista kilkukrotnie zachęcił słuchających do wychodzenia ze swojej strefy komfortu i eksperymentowania kolorami, ponieważ nawet to, w jaki sposób jesteśmy ubrani, może pozytywnie wpłynąć na nasz nastrój oraz otoczenie, w jakim się obracamy. Ma to związek z teorią kolorów, która mówi o wpływie kolorów na otoczenie. Przykładowo, kolor niebieski wzbudza zaufanie, kolor żółty ma związek z nadzieją, natomiast zielony uspokaja. Nie bójmy się eksperymentować z kolorami. JK

Odsłonięto mozaikę św. Barbary na budynku cechowni w KWK Ruch Zofiówka

JASTRZĘBIE-ZDRÓJ. 15 grudnia odbyła się uroczystość odsłonięcia mozaiki witrażowej z wizerunkiem świętej Barbary. Powstała ona na ścianie cechowni kopalni „Borynia-Zofiówka" Ruch Zofiówka.

Uroczystość rozpoczęła się od konferencji w której wystąpili przedstawiciele Śląskiego Centrum Wolności i Solidarności w Katowicach, Karol Chwastek oraz dr Dariusz Węgrzyn. W konferencji uczestniczył także ks. Prałat Bernard Czarnecki oraz podsekretarz stanu w Ministerstwie Aktywów Państwowych, Piotr Puzik. Nie zabrakło także dużego grona społeczności górniczej Jastrzębskiej Spółki Węglowej. Konferencja miała zagadnienia historyczne związane z wydarzeniami z 1981 roku. Mowa tutaj o pacyfikacji śląskich kopalń, ale także ku czci Górników zabitych podczas pacyfikacji KWK „Wujek". W nocy z 12 na 13 grudnia 1981 roku gen. Wojciech Jaruzelski wprowadził na terenie całej Polskiej Rzeczypospolitej Ludowej stan



S. Zbrateu

wojenny, powołując Wojskową Radę Ocalenia Narodowego. NSZZ „Solidarność" została zdelegalizowana, a działaczy związku internowano i umieszczono w strzeżonych przez SB ośrodkach odosobnienia. Na ulicach pojawili się żołnierze Ludowego Wojska Polskiego oraz funkcjonariusze ZOMO, którzy pacyfikowali, próbujące strajkować zakłady pracy. 16 grudnia Ministerstwo Spraw Wewnętrznych zezwoliło na użycie broni i wkrótce padł rozkaz strzelania do górników w kopalni „Wujek".

Dużą część działaczy NSZZ „Solidarność" uwięziono, związek zdelegalizowano 15 grudnia 1981 roku – na początku stanu wojennego – wojsko i milicja użyły broni przeciwko górnikom ówczesnej kopalni „Manifest Lipcowy" (dziś to Ruch Zofiówka).

W 41. rocznicę tych wydarzeń oficjalnie zaprezentowano mozaikę witrażową z podobizną świętej Barbary, która powstała w niespełna pół roku i składa się z tysięcy elementów.

– Odsłaniamy dzisiaj mozaikę, która upamiętnia bohaterstwo uczestników tamtych dni. Szanowni uczestnicy tamtych wydarzeń, pamiętamy i dziękujemy za to, co zrobiliście dla nas i dla Ojczyzny. Czujemy się zobligowani być strażnikiem historii, aby to, co wydarzyło się na jastrzębskiej ziemi nigdy nie zostało zapomniane – powiedział Tomasz Cudny, prezes zarządu JSW S.A.

Dawna kopalnia „Manifest Lipcowy" była pierwszym zakładem przemysłowym, w którym funkcjonariusze ZOMO użyli broni palnej wobec strajkujących górników. 15 grudnia 1981 roku górniczy protest tłumiło 1700 milicjantów i żołnierzy, uzbrojonych także w czołgi i wozy bojowe. W pacyfikacji rannych zostało czterech górników. Dzień później, 16 grudnia spacyfikowano kopalnię „Wujek" w Katowicach, gdzie zginęło dziewięciu górników, a 21 zostało rannych. Następnego dnia ogień został otwarty podczas solidarnościowych protestów w Gdańsku. Zginęła jedna osoba, a dwie zostały ranne. Do 28 grudnia wszystkie strajki zostały rozbite.

– Z perspektywy minionych lat zdajemy sobie sprawę, że potrzeba było aktu wyjątkowej odwagi, aby w tamtym czasie przeciwstawić się złu, które reprezentował system komunistyczny. Trzeba było głęboko wierzyć w sens walki, aby podjąć ryzyko buntu i upomnieć się o sprawiedliwość i godność ludzi pracy. Ofiara i poświęcenie górników z jastrzębskich kopalń to dla nas wielka lekcja solidarności – napisał wicepremier Jacek Sasin w liście odczytanym podczas uroczystości przez Piotra Pyzika, podsekretarza stanu. MS

Podaruj sobie psią miłość na nowy rok!

ZDJĘCIA: SCHRONISKO DLA ZWIERZĄT W RYBNIKU



Jumper



Chico



Prezes



Pola



Diego

REGION. Przed nami ostatnie dni tego roku, coś się kończy, coś nowego się zaczyna. Może wśród noworocznych postanowień znajdzie się pomysł na adopcję nowego przyjaciela?

Przedstawiamy psy, które nadal czekają w schroniskach. Każdy z nich jest odrobaczony, zaczipowany i wykastrowany. Pamiętajmy, że adopcja zwierzęcia to poważna decyzja. Nie traktujmy ich jako prezent świąteczny, który może zostać oddany po kilku dniach.

Schronisko dla zwierząt w Rybniku w dalszym ciągu szuka domów dla swoich podopiecznych. Jumper to pies, który od roku czeka na nową rodzinę. Nie akceptuje innych psów, umie zachować się w samochodzie i chętnie spaceruje na smyczy. Jest pełen energii i spragniony towarzystwa człowieka. Skaza to suczka z temperamentem, bez problemu dogaduje się z innymi psami. Ma lekką nadwagę. Volt to bardzo energiczny psiak, szczególnie podczas spacerów. Można zauważyć, że miał dobre relacje z człowiekiem, trudno jednak ocenić, czy dogada się z innym psem. Chico to bardzo sympatyczny psiak, bywa jednak nieco wycofany. Bolek jest spokojny i chętnie spaceruje na smyczy, z dystansem podchodzi do innych psów. Chętny do kontaktu z człowiekiem. Widać, że nie zaznał wiele dobroci, jednak chce być blisko człowieka. Pola to starsza sunia, spokojna, nauczona czystości, nie sprawia problemów. Ma usunięty tłuszczako-włókniak z części kolanowej, zatem będzie wymagała suplementacji dla stawów, może też potrzebować leków przeciwzapalnych. Prezes to duży i energiczny pies. Ciągnie na smyczy, ponieważ brakuje mu regularnego ruchu. Niestety nie przepada za kotami oraz innymi psami. Diego już długo czeka na dom, kocha towarzystwo człowieka, niestety nie akceptuje innych psów. **KT**



REKLAMA

Bez fajerwerków

Podobnie jak ludzie, zwierzęta reagują nerwowo na dźwięk wybuchających petard, czy sztucznych ogni. Psy zrywają się ze smyczy. Większa część z nich wraca później do domu, ale niektóre giną bezpowrotnie. Fajerwerki są również bardzo niebezpieczne dla ptaków. Podczas wybuchów przerażone zwierzęta wzbijają się do góry i zderzają z szybami, drzewami lub innymi przestrzeniami, z którymi kontakt może grozić poważnym zranieniem. Przez petardy cierpią także ludzie, zwłaszcza dotknięci spektrum autyzmu lub nadwrażliwością zmysłów. **LI**

Dbajmy o naszych czworonożnych przyjaciół

W zimę szczególnie powinniśmy zadbać o zwierzęta. O to aby było im ciepło, o stałym dostępie do wody oraz pożywienia.



FREEPIK.COM

Pamiętajmy o tym, że wiele zwierząt szuka domów, a kotki i pieski w schroniskach można odwiedzać. Każde miejskie schronisko ucieszy się z przywiezionych koców oraz karmy, a w ramach wolontariatu można również wyprowadzać pieski na spacer. W przypadku adopcji pupila pamiętajmy o odpowiedzialności za naszego przyjaciela do końca życia. **EA**

50 lat Elektrowni Rybnik





Chyba żaden z mieszkańców Rybnika nie jest w stanie wyobrazić sobie krajobrazu miasta bez elektrowni. Dokładnie 31 grudnia 1972 roku rozpoczęły pracę pierwsze bloki energetyczne. Wraz z zakładem powstało osiedle mieszkaniowe, infrastruktura komunikacyjna i drogowa, zbiornik wodny, a także Fundacja Elektrowni Rybnik.

BUDOWA I URUCHOMIENIE PIERWSZYCH BLOKÓW ENERGETYCZNYCH ZAKŁADU

5 marca tego roku minęły 53 lata od momentu, kiedy na teren Elektrowni Rybnik wjechały pierwsze spychacze i rozpoczęła się budowa obiektów zakładu.

Konstrukcja elektrowni zakładała chłodzenie jej bloków przez chłodnie kominowe oraz sztuczny zbiornik wodny, dlatego też zakres prac był ogromny. 1968 to rok, kiedy rozpoczęto działania związane z przygotowaniem sztucznego jeziora na rzece Rudzie, zwanego obecnie zalewem Rybnickim stanowiącym jedną z wizytówek miasta.

Pierwszy blok rybnickiego zakładu rozpoczął produkcję energii elektrycznej w grudniu 1972 roku. W ciągu następnych 13 miesięcy oddano do użytku kolejne trzy bloki. W 1978 roku rozpoczęły produkcję tzw. bloki drugiego etapu, czyli od 5 do 8.

ELEKTROWNIA I MIASTO

Wraz z budową elektrowni rozbudowywana była także cała infrastruktura niezbędna do jej funkcjonowania. W 1973 roku oddano do użytku nową szosę łączącą dzielnicę Orzepowice z elektrownią. Przy zakładzie powstały wtedy trzy pierwsze bloki osiedla mieszkaniowego, które stopniowo rozrastało się do obecnych rozmiarów.

Zbudowano również nowe mosty, pawilon handlowy, a cała dzielnica Rybnicka Kuźnia doczekała się utwardzonych dróg i linii autobusowej uruchomionej pod koniec 1977 roku.

Zakład w swojej historii niejednokrotnie zmieniał nazwę i właścicieli. W 2017 roku stał się częścią Grupy Kapitałowej PGE. Obecnie Elektrownia Rybnik funkcjonuje jako oddział spółki PGE Górnictwo i Energetyka Konwencjonalna S.A.

Rybnicka elektrownia na stałe wpisała się w krajobraz Rybnika. Cieszymy się, że przez te lata byliśmy utożsamiani nie tylko z produkcją energii, ale także z solidnym pracodawcą oraz firmą, która działa na rzecz miasta i jego mieszkańców, inwestując w infrastrukturę, zakładając Fundację i sponsorując liczne inicjatywy kulturalne, edukacyjne i sportowe – mówi Bernard Ptaszyński, Dyrektor PGE GiEK S.A. Oddział Elektrownia Rybnik.

DZIAŁANIA PROEKOLOGICZNE

Od początku swojego istnienia elektrownia dbała o przestrzeganie norm środowiskowych oraz wprowadzanie nowych technologii. Funkcjonowała w niej własna opatentowana technologia półsuchego odsiarczania spalin zastąpiona w 2008 roku przez jedną z pierwszych w Polsce instalację mokrego odsiarczania spalin IMOS I. W ostatnich latach zbudowano instalację IMOS II, instalację katalitycznego oraz niekatalitycznego odazotowania spalin, nowoczesną oczyszczalnię ścieków, a także instalację do współspalania biomasy.

Obecnie moc wytwórcza zakładu wynosi 1350 MW. Elektrownia stosuje najwyższej jakości system zarządzania potwierdzony normami PN-EN ISO 9001, PN-EN ISO 14001, PN-EN ISO/IEC 27001 oraz PN-ISO 45001.

FUNDACJA ELEKTROWNI RYBNIK

Od 2004 roku działa także Fundacja Elektrowni Rybnik, kontynuująca projekty ośrodka kulturalnego, edukacyjnego i sportowego stworzonego w sąsiedztwie zakładu. Obecnie wraz z kompleksem basenowo-rehabilitacyjnym jest to największa tego typu placówka w mieście. Oprócz prowadzenia licznych kół zainteresowań, zajęć sportowych oraz edukacyjnych dla dzieci i młodzieży, Fundacja organizuje także wydarzenia znane na arenie ogólnopolskiej, takie jak Ogólnopolski Festiwal Piosenki Artystycznej OFPA czy Międzynarodowy Festiwal Fotografii.

NIE TYLKO PRĄD

Od początku działalności rybnickiej elektrowni przyświecało motto: „Dzielimy się tym, co mamy". Dlatego wspiera ona szereg inicjatyw kulturalnych i sportowych, a wśród nich Miejski Klub Szachowy w Rybniku, Klub Sportowy „Kejza Team" Rybnik, Towarzystwo Sportowe ROW Rybnik oraz Klub Sportowy ROW 1964 Rybnik, a także projekty związane z pomocą osobom niepełnosprawnym, współpracując od lat z Olimpiadami Specjalnymi Polska, Stowarzyszeniem „Oligos" czy Warsztatami Terapii Zajęciowej.

– PGE Górnictwo i Energetyka Konwencjonalna w swoich działaniach nie zapomina o społecznej odpowiedzialności biznesu. Szczególnie ważne jest dla nas wspieranie osób niepełnosprawnych w tym, aby mogły w pełni uczestniczyć w życiu społecznym. Bardzo cieszy nas, że możemy być częścią projektów, które umożliwiając niepełnosprawnym zawodnikom sportową rywalizację, angażują także naszych pracowników – mówi Andrzej Legeżyński, Prezes Zarządu PGE GiEK S.A.



Jak przechowywać świąteczne potrawy?

REGION. Podczas świąt Bożego Narodzenia chcemy, aby nasze stoły były pełne, obfite w różnorodne potrawy. Często okazuje się jednak, że nie jesteśmy w stanie wszystkiego zjeść, część więc się marnuje lub ląduje w koszu. Jak możemy temu zaradzić?



PIXABAY

Podczas świąt dużo gotujemy, zadbajmy jednak o to, by nie marnować jedzenia

Istotne jest odpowiednie przechowywanie potraw, dzięki czemu możemy je wykorzystać w późniejszym czasie. Większość świątecznych dań może spędzić w lodówce kilka dni. W ten sposób warto zabezpieczyć dania w których nie znajduje się majonez czy śmietana. Jeśli na naszym stole przeważają potrawy w których są wyżej wymienione dodatki, powinniśmy je skonsumować w przeciągu 3 – 4 dni od przyrządzenia. Najlepszym sposobem na przechowywanie wielu dań jest natomiast mrożenie ich. Które dania możemy zatem mrozić?

Ryby – świeże mogą być przechowywane w zamrażalniku nawet 2 – 3 miesiące. Po obróbce mogą tam spędzić pół roku, jednak pamiętajmy, że ich smak nie będzie już taki sam. Usmażonego karpia czy łososia możemy przechować w słoiku – należy go jedynie zalać marynatą z wody, octu, cukru i odpowiednich przypraw. W takiej postaci ryba przetrwa nawet kilka tygodni.

Pierogi – ugotowane możemy zamrozić, jednak przed umieszczeniem w chłodziarce muszą być wystudzone i suche. Jeśli mokre pierogi zamrozimy, wtedy się posklejają, smak również nie będzie najlepszy. Zanim włożymy je do zamrażalnika, warto posmarować je olejem.

Świąteczne zupy – barszcz, grzybowa, wszystkie możemy zamrozić. Dzięki temu zachowają smak na kilka tygodni. Jeśli nie dodano do nich śmietany, warto je zawekować (gorącą zupę przelewamy do słoika, zakręcamy i obracamy do góry dnem. Po wystygnięciu należy słoik włożyć do lodówki, w takiej formie zupa może leżeć tam kilka tygodni).

Bigos, kapusta z grzybami – mogą zostać zamrożone, po rozmrożeniu nie tracą swoich walorów smakowych.

Świąteczne mięsa i wędliny – przechowujmy je w pojemniku próżniowym, nawet kilka dni. Należy ograniczyć dopływ tlenu, a smak będzie znacznie lepszy. Stosujmy również folię aluminiową, która izoluje żywność, a także nie przepuszcza powietrza oraz pary wodnej. Pamiętajmy, że nadaje się ona wyłącznie do suchych produktów. Możemy je również mrozić, powinniśmy to jednak robić jak najszybciej. Nie zamrażajmy jednak pokrojonych szynek, ponieważ wtedy dochodzi do rozprzestrzeniania szkodliwych dla naszego zdrowia drobnoustrojów.

Ciasta – możemy je mrozić, jednak wcześniej należy owinąć je folią spożywczą (sernik lub makowiec). Piernik wystarczy natomiast owinąć ścierką i przechowywać w chłodnym miejscu, dzięki czemu dłużej zachowa świeżość – to samo dotyczy świątecznych pierników, zamkniętych w szczelnym pojemniku.

Pamiętajmy również o jadłodzielniach, które są w regionie - zawsze możemy zanieść tam nadmiar jedzenia, aby podzielić się z innymi. **KT**



REKLAMA

Pan Józef potrzebuje naszej pomocy



KARINA ZNISZCZOŁ

Pan Józef oraz Karina Zniszczoł

JASTRZĘBIE-ZDRÓJ. Pan Józef przeszedł zawał, a z powodu miażdżycy przeprowadzono amputację obu nóg, mężczyzna zmaga się również z nadciśnieniem. Dzięki pomocy obcych mu ludzi zorganizowano remont jego mieszkania. Środki na ten cel jednak w dalszym ciągu są potrzebne.

Pan Józef od 10 lat porusza się na wózku inwalidzkim, od tego czasu rzadko wychodził z mieszkania. Dzięki pomocy wolontariuszy mężczyzna po raz pierwszy po ponad dekadzie zobaczył, jak wygląda miasto w którym mieszka.

- Gdy poznałam Pana Józefa, zaczęłam opisywać jego sytuację na Facebooku. Początkowo chciałam, żeby ktoś wyremontował tylko łazienkę, ponieważ była w fatalnym stanie. Miał problem z korzystaniem z wanny, będąc na wózku inwalidzkim. Szukałam osób, które mogłyby mi pomóc z remontem. Skontaktował się z nami „fachowiec", który miał wyremontować pomieszczenie, a rozkopał całe mieszkanie i przestał się odzywać – przekazuje Karina Zniszczoł, która zorganizowała pomoc dla mieszkańca Jastrzębia-Zdroju. - Znaleźliśmy osoby, które od podstaw remontują łazienkę, kuchnię, mamy szczęście, ponieważ zawsze znalazł się ktoś, kto chciał pomóc – dodaje.

Karina Zniszczoł poznała Pana Józefa, gdy była wolontariuszką Szlachetnej Paczki. Postanowiła jednak pomóc mężczyźnie na szerszą skalę – nie włączać go do rodzin, które otrzymają pomoc darczyńców, a zorganizować zbiórkę na remont jego mieszkania (czego nie mogłaby zrobić, gdyby jastrzębianin został włączony do Szlachetnej Paczki – red.). W dniu finału zorganizowano jednak dla seniora paczkę żywnościową wraz z niezbędną chemią do domu. - Moje działania związane z pomocą Panu Józefowi nie mają nic wspólnego z projektem Szlachetna Paczka – podkreśla Karina Zniszczoł. - Wszystko, co teraz robię to mój prywatny pomysł – dodaje. To ona zorganizowała zrzutkę na niezbędne materiały remontowo-budowlane, aby odnowić mieszkanie pana Józefa **(znajdziemy ją na stronie zrzutka.pl pod nazwą „Mieszkanie nie pułapka")**. Do tej pory zebrano ok. 12 tys. złotych. Niestety, ta kwota nie jest wystarczająca, ponieważ w mieszkaniu trzeba naprawić wiele rzeczy. Jednak dzięki pomocy darczyńców udało się zebrać niezbędne w mieszkaniu sprzęty. - Jak weszliśmy do mieszkania Pana Józefa po raz pierwszy, to czułam ulatniający się gaz, okazało się, że kuchenka gazowa była zepsuta. Dzięki komisowi, który przekazał ją za darmo, Pan Józef jest już bezpieczny w mieszkaniu – mówi Karina Zniszczoł. - Kolejny darczyńca kupił nową pralkę, udało się również kupić lodówkę, jest też parę mebli, które nie zajmują dużo miejsca i ułatwią Panu Józefowi poruszanie się po mieszkaniu – dodaje kobieta. Pan Józef otrzymał też niezbędny, specjalistyczny wózek inwalidzki, łóżko rehabilitacyjne sterowane pilotem (wynajęte za symboliczną kwotę dzięki pomocy Parafii Ewangelicko-Augsburskiej w Jastrzębiu-Zdroju, które wkrótce zostanie zastąpione nowym).

- Marzeniem pana Józefa było poczucie bezpieczeństwa we własnym mieszkaniu, które jest przystosowane do osób z niepełnosprawnością oraz pewność, że nie spadnie z wózka podczas wykonywania codziennych czynności, takich jak korzystanie z toalety czy codzienna kąpiel. Jego mieszkanie miało starą instalację elektryczną, kontakty oraz gniazdka elektryczne były bardzo wysoko, co utrudniało mu samodzielne korzystanie z nich – aby ich dosięgnąć, używał łapki na muchy. Od wielu lat nie był nawet na spacerze, ponieważ nie miał jak wydostać się z czwartego piętra na którym mieszka – przekazuje Karina Zniszczoł. Pan Józef opuścił swoje mieszkanie dzięki zaangażowaniu Kariny Zniszczoł oraz Grzegorza Stachacza, który zapowiedział, że będzie wychodził z seniorem na spacery, wspiera również prowadzony remont.

Pan Józef nie krył też wzruszenia, gdy po tylu latach mógł opuścić swoje mieszkanie i odwiedzić grób swoich rodziców. W pomoc panu Józefowi zaangażowało się już wiele osób byli to m.in. strażacy z OSP Szeroka, którzy znieśli stare łóżko z domu mężczyzny w zaledwie godzinę po wysłaniu do nich prośby oraz wiele osób, które bezpłatnie przeprowadziły do tej pory remont mieszkania mężczyzny.

Jeśli ktoś chce pomóc Panu Józefowi, może wesprzeć jego zbiórkę, dzięki której mężczyzna będzie mógł kontynuować remont mieszkania, a resztę zebranej kwoty przeznaczyć na niezbędny schodołaz, który umożliwi mu opuszczanie mieszkania. Każdy może również przekazać paczkę żywnościową, chemię do domu, stół, krzesła, koce, ręczniki – typowe rzeczy, które są niezbędne w mieszkaniu. Pomoc jest stale potrzebna, ponieważ mężczyzna jest sam i może liczyć jedynie na pomoc obcych mu ludzi. Okazało się jednak, że wiele osób podało mu pomocną dłoń, a jego życie powoli ulega zmianie – zostań jednym z nich! Zachęcamy do wsparcia zrzutki lub przekazania przedmiotów na licytacje dla Pana Józefa (grupa na Facebooku: "Licytacje dla Józefa - walczymy razem"). W sprawie przekazania potrzebnych rzeczy, można kontaktować się z Kariną Zniszczoł pod nr. telefonu: 531 119 526. **KT**



REKLAMA

Dekorujemy dom na święta



Niech nadchodzące
Święta Bożego Narodzenia
przyniosą Państwu
wiele szczęścia,
wiary oraz nadziei,
a pomyślność nie opuszcza Was
przez każdy dzień Nowego Roku.

życzy
Jan Olbrycht
Poseł do Parlamentu Europejskiego

grupa epl
w parlamencie europejskim

REKLAMA



PIXABAY.COM

Klasyka – dom przystrojony w kolorach czerwonym i złotym

Święta Bożego Narodzenia to jedna z niewielu okazji, kiedy mamy możliwość udekorować naszą przestrzeń, w której mieszkamy.

Chociaż sklepy przesycone są świątecznymi dodatkami i ozdobami, stworzenie pięknie wyglądającego wnętrza wcale nie jest takie proste. Kompozycje, które tworzymy, powinny być ze sobą zgrane, dopasowane do stylu mieszkania i nie powinny przytłaczać ilością.

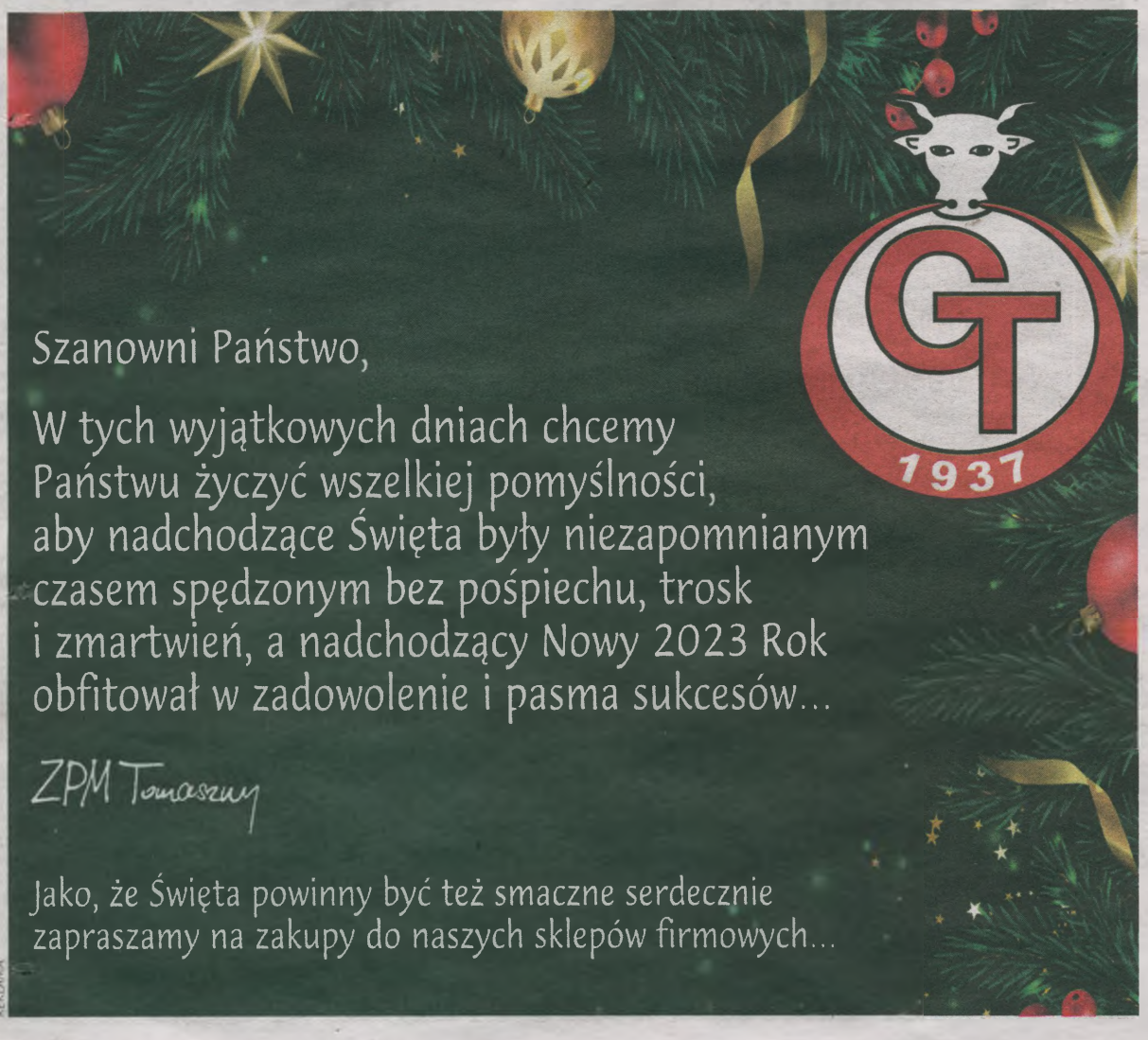
Wydaje się, że „ubrać" dom, by było nastrojowo i świątecznie akurat na Boże Narodzenie, to nic prostszego. W sklepach stacjonarnych i internetowych jest zatrzęsienie ozdób. Wystarczy odpowiedni zasób budżetu i mamy to. Warto jednak tę inwestycję przemyśleć, by była dobra dla naszego portfela i oczekiwanego wrażenia. Nie kupujmy wymarzonych ozdób, jeśli zobaczyliśmy je u koleżanki w domu czy na zdjęciu w internecie. To, że u innych pięknie wyglądały, nie oznacza, że w naszym wnętrzu to się tak samo sprawdzi. W dekorowaniu domu ważne są wszystkie elementy – te nowe i te „zastane", które choć różne, tworzą spójną kompozycję. Dlatego, zanim wybierzemy się na zakupy nowych dekoracji, pomyślmy, w jakim stylu ma być nasza świąteczną przestrzeń.

DODATKI DOPASOWANE DO WYSTROJU WNĘTRZA

Przede wszystkim wybrane dodatki i dekoracje bożonarodzeniowe powinny korespondować z codzienną aranżacją danego miejsca. W stylu loftowym niekoniecznie sprawdzi się wystrój pełen brokatu, kryształków czy turkusu, a we wnętrzach glamour nie do końca dobrze będą wyglądać ozdoby z surowego drewna. Strojenie wnętrza zacznijmy od pomysłu na ozdoby choinkowe. To choinka będzie w centrum uwagi, dlatego jej kolorystyka i sposób ubrania będą determinowały całą resztę. Warto wybrać dwa, maksymalnie trzy przewodnie kolory i konsekwentnie dobierać ozdoby w tych barwach. Obecnie bardzo modne stały się kolorystyczne połączenia złota i czerni czy srebra i czerni. Ta kolorystyka zazwyczaj będzie pasowała do wielu wnętrz, choć jeśli mamy dom urządzony w stylu prowansalskim – to niekoniecznie. Pamiętajmy, że klasyka – czyli ponadczasowe połączenie czerwieni i złota, wpasuje się do każdego wnętrza. Przy takim zestawieniu dodanie trzeciego koloru – np. granatu doda szyku tej stylizacji. Jeśli nasza przestrzeń to proste meble, jasne kolory ścian i drewno, to bardzo dobrze sprawdzi się choinka ubrana w stylu skandynawskim, gdzie minimalizm białych dodatków łączy się z ozdobami wykonanymi z naturalnych materiałów np. z drewna lub nawet z papieru.

NA BOGATO I VINTAGE

Gdy nasz salon ma dużo marmurów, kryształów, czerni i srebra, bądź złota to naszą choinkę też stroimy w stylu glamour. Łączymy czerń, granat czy modne ostatnio pastele ze srebrem lub złotem. Taką choinkę można też przyozdobić szeroką wstążką czy kokardami. Może w tym roku warto spróbować czegoś innego. W social mediach królują ostatnio zdjęcia i zapytania na bombki w kolorze zieleni. Faktycznie na zdjęciach robią wrażenie, ale przy zielonej choince, wieczorem, po zapaleniu lampek – ten kolor zginie. Zatem jeśli chcemy wyjść poza schemat kolorów, może warto postawić na ozdoby w kolorze brązu. Choć kolor ten najczęściej pojawiają się w stylu vintage, to gdy je zestawimy go ze złotem lub bordo stworzy nam to wyrafinowaną aranżację. Jeśli brąz jest dla nas zbyt odważny – spróbujmy, zamiast niego pobawić się kolorem szampańskim. W połączeniu z bordowym nada naszej przestrzeni niezwykłej elegancji. **BK**



REKLAMA

TEATR ZIEMI RYBNICKIEJ ZAPRASZA

Teatr Ziemi Rybnickiej









Kasa biletowa TZR tel. 32 42 22 320, od poniedziałku do piątku w godz. 12:00 - 18:00, weekendy i święta - na dwie godziny przed imprezami.

REKLAMA

Jak przetrwać święta bez stresu

Święta powinny być dla nas czasem radosnego oczekiwania, a nie torturą. Oto kilka rad, jak uczynić ten okres bardziej znośnym dla naszego życia psychicznego.



FREEPIK

Nie pozwólmy, by czas świąt stał się czasem stresu, niezgody i kłótni

Stres to cichy zabójca XXI wieku. Życie współczesnego człowieka obciążone jest wieloma czynnikami, które wpływają na jego powstawanie. Ciągła gonitwa, natłok zajęć, rosnąca odpowiedzialność to tylko niektóre powody, dla których denerwujemy się i czujemy, że nasz organizm za chwilę eksploduje. Biorąc pod uwagę medyczny aspekt, stres to nic innego jak reakcja organizmu w odpowiedzi na wydarzenia, które zakłócają jego równowagę, obciążają lub przekraczają nasze zdolności do skutecznego poradzenia sobie. Wspomniane wydarzenia zakłócające określamy jako stresory. Mogą mieć one różne nasilenie. Istnieją stresory codzienne, poważne i katastrofalne. Denerwujemy się każdego dnia, jednakże w dni, które są dla nas ważne, stres, przychodzi ze zwielokrotnioną siłą. Tak jest również w przypadku Bożego Narodzenia. Przygotowanie potraw wigilijnych, posprzątanie domu, uszykowanie kreacji, rozmowa z dziećmi, to wszystko sprawia, że bardzo często wybuchamy i zamiast cieszyć się atmosferą świąt, to zaczynamy krzyczeć, kląć i podejmować decyzje, których później żałujemy. Tymczasem jest kilka sposobów na to, by nie zwariować w tym specyficznym i ważnym dla nas czasie. Przede wszystkim należy odrzucić perfekcjonizm i nie trzymać się literalnie wszystkich bożonarodzeniowych tradycji. Nikt nam nic nie zrobi, jeśli na wigilijnym stole zabraknie kilku dań. Dom powinien być posprzątany, ale czy musi koniecznie lśnić? Nie można ulegać presji. To nie moment na konkurs na perfekcyjną panią lub perfekcyjnego pana domu. Musimy nauczyć się wybaczać sami sobie drobne niedociągnięcia, których przecież nikt z boku nie zauważy, lub o nich nie nadmieni. Jeśli nie czujemy się najlepiej w kuchni, to nie eksperymentujmy. Czasami lepiej trzymać się przetartych ścieżek i postawić na sprawdzone rozwiązania. Tak jest, zwłaszcza wtedy, gdy ciąży na nas presja czasu. Osobną sprawą jest kontakt z rodziną. Święta to czas właśnie dla niej i chociaż jest to fantastyczna sprawa, to uważajmy, żeby nie stała się ona detonatorem złych emocji. Lepiej zawczasu przygotować się na konwersację z najbliższymi i sprawić by nie przerodziła się w konfrontację lub co gorsza, w otwarty konflikt. Drobne przytyki, niedyskretne pytania, nieprzychylne komentarze zawsze można obrócić w żart, albo działać z zasadą Orwella, że ignorancja to siła. Nauczmy się być asertywni. Szczerze informujmy o własnych emocjach. Nie bądźmy manekinem ćwiczebnym, jeśli jakaś dyskusja nas rani, to informujmy o tym otoczenie i zmieńmy temat.

ALTERNATYWA DLA ŚWIĘTA

Boże Narodzenie niekoniecznie musimy obchodzić w domu. Dla tych, którzy dysponują trochę większym kapitałem, opcją jest wyjazd za granicę. Polacy coraz częściej wybierają ciepłe kraje w tym właśnie czasie. Można w nich odpocząć od zgiełku, panoszącej się wszędzie atmosfery napięcia. To idealna możliwość na poznanie świąt w nowej odsłonie kulturowej, odmiennych zwyczajów. Jeśli natomiast nie mamy grubego portfela, można zmienić krąg kulturowy… we własnym domu. Nikt nie twierdzi, że co roku musimy zasiadać do stołu zastawionego pierogami, czerwonym barszczem, karpiem i makówkami. Możemy zdecydować na to, by podczas wigilii zjeść całkowicie nowe, egzotyczne do tej pory potrawy. Dla wielu osób pożądaną alternatywą mogą być wigilie miejskie lub gminne. Warto wtedy podzwonić po znajomych, umówić się na konkretną godzinę i spędzić ten niezwykły czas w gronie dawno niewidzianych przyjaciół. Można także zamówić stolik w otwartej restauracji i zjeść tradycyjną wieczerzę z rodziną nie bacząc na kwestie sprzątania, mycia talerzy, poplamionego obrusu i wszystkich tych rzeczy, które spędzają nam sen z powiek 24 grudnia. LI



„Chwała na wysokościach Bogu,
a na ziemi pokój ludziom,
w których ma upodobanie.”
(Łuk 2, 14)

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych,
radosnych, spokojnych i rodzinnych
Świąt Bożego Narodzenia
oraz wszelkiej pomyślności
w nadchodzącym 2023 roku

składają
Zarząd i Pracownicy
PGNiG TERMIKA Energetyka Przemysłowa

PGNiG TERMIKA | ENERGETYKA PRZEMYSŁOWA
GRUPA ORLEN

REKLAMA

Poradnik pozytywnego myślenia

Podobno człowiek zmienia się całe życie, a optymistom żyje się łatwiej. A dla Was szklanka jest do połowy pusta czy do połowy pełna?

Jak zwykle z końcem roku budujemy w głowie noworoczne postanowienia, które niekoniecznie do końca konsekwentnie realizujemy. Zwykle po dwóch tygodniach na siłowni robi się większy luz, w zakupowych koszykach zaczynają pojawiać się słodycze, a największa miłość stycznia, czyli „rowerek stacjonarny" z powrotem staje się wieszakiem na ubrania. Kupione, a nie przeczytane książki piętrzą się na półkach, prawdziwą miłość zamieniamy na szybkie randki, a podróżowanie odkładamy ciągle na potem. Dlaczego tak się dzieje i dlaczego, tak szybko odpuszczamy walkę o swoje marzenia? Już w samym kulcie życia „za szybkich, za wściekłych" wpisana jest pewna prawda, że z braku odpowiedniej motywacji stajemy się więźniami naszych złych nawyków.

A jakby tak przewrotnie już w nowym roku z czystą premedytacją i niepohamowaną radością stać się najlepszą wersją siebie. Mocno złapać za ster i krzyknąć „cała naprzód!", a życiem pokierować, jak spragnieni nowych lądów Wikingowie. Konsekwentnie każdego dnia czerpać z życia garściami i zdobyć to, co najtrudniej jest osiągnąć. Przecież jesteśmy nieustannie głodni życia, spragnieni miłości i cały czas szukamy silnych bodźców, darów losu, nowych wrażeń, niemniej jednak często zadowalamy się okruchami naszego życia, bo w dalszym ciągu chcemy wszystko osiągnąć natychmiast, ale żeby docenić jego wartość w życiu, trzeba wiele stracić, wiele razy się podnosić i absolutnie nigdy się nie poddawać, by wkrótce zdobyć świat!

RADOŚĆ ŻYCIA

Czasami tak niewiele potrzeba, aby się uśmiechnąć. Wystarczy poczuć się potrzebnym, dostrzec coś magicznego, albo zatańczyć w deszczu. Nasz nastrój, bądź to, jak postrzegamy świat, jest lustrzanym odbiciem wszystkich z pozoru błahych rzeczy, które każdego dnia nas budują. Dzień po dniu, rok po roku i tak przez całe nasze życie. Pamiętaj, że każda chwila może zmienić wszystko!

KAŻDY MA JAKIŚ DAR

Na pewno wszyscy znają przypowieść o tym, jak Bóg dzielił talentami. Jest to bardzo współczesna historia o inwestycji i nauce przedsiębiorczości, którą każdy z nas powinien w sobie wykształcić i pielęgnować przez całe życie. Im bardziej jesteśmy otwarci na naukę, nabywanie nowej wiedzy i umiejętności, tym bardziej jesteśmy gotowi. Świat jest tak skonstruowany, żeby każdy człowiek nawzajem się dopełniał i korzystał ze „swoich talentów" najlepiej jak potrafi.

NIE MUSISZ SIĘ WPASOWAĆ

Ludzie nie muszą Cię lubić, a Ty nie musisz się wpasować w żadną formę. W samoakceptacji ważne jest, aby pokochać siebie. Mieć świadomość swoich wad i nad nimi pracować, ale dostrzegać i pielęgnować swoje zalety. Życie jest jedną wielką zmienną, a ludzie im bardziej się wyróżniają na tle innych, tym są ciekawsi. Bycie oryginalnym jest atutem i sprawia, że dzięki temu jesteś wyjątkowy.



FREEPIK.COM

NAUKA TO CIĄGŁY ROZWÓJ

Dzięki temu, że mamy stały dostęp do internetu, możemy każdego dnia nabywać nowe umiejętności. Wystarczy jeden CLICK i przenosimy się do „skarbnicy wiedzy wszelkiej". W jednej chwili możemy stać się świadkami operacji na otwartym sercu, poznać tajniki pracy detektywa, zagrać na giełdzie papierów wartościowych, a nawet zobaczyć eksplorację kosmosu.

WYKRZYCZ GŁOŚNO „NIE!"

Asertywność na co dzień jest bardzo ważną cechą do uwolnienia swojego własnego JA! Ile ludzi tyle opinii, więc nie musimy się na wszystko zgadzać jak Boo Boo, wierny towarzysz misia Jogi. Jeśli coś Ci nie odpowiada, pokazuj swoją wyraźną dezaprobatę. Pamiętajmy, że dzięki mówieniu NIE możemy postawić wyraźną granicę, której nikt bez naszej woli nie może przekroczyć. „Odwaga bycia szczęśliwym obejmuje też odwagę bycia nielubianym" - zasłyszane w manufakturze radości.

ZRÓB Z CIAŁA ZBROJĘ

Każdy lekarz powie, że aby być szczęśliwym, należy dbać o aktywność fizyczną i spędzać czas na świeżym powietrzu. Niezależnie od tego, czy lubisz spacerować, ćwiczyć w domowym zaciszu czy też biegać po lesie i niezależnie od tego, ile masz lat, możesz dźwigać ciężary, uprawiać sztuki walki czy ćwiczyć na drążku. Świat należy do odważnych i każdy może sięgnąć gwiazd. Jak to powiedział Marek Aureliusz „Straszną jest rzeczą, kiedy dusza zmęczy się życiem szybciej niż ciało".

BĄDŹ NIEZNISZCZALNY

Każdego dnia problemy, z którymi się zmagamy, wykuwają w nas niezniszczalną zbroję, co jest równoznaczne z tym, że im więcej człowiek przeżył, tym jest silniejszy. Masz w sobie niezliczone pokłady tytanicznej siły, o której nie miałeś pojęcia. Zdefiniuj źródła swoich problemów i w ciszy zastanów się, jak możesz sobie z nimi poradzić. Nie zamartwiaj się tym, na co nie masz wpływu. A jeśli Twoją głowę zalewa lawina natrętnych myśli, powiedz sobie: pomyślę o tym później! „Dopóki walczysz, jesteś zwycięzcą, a nie pokonanym" - św. Augustyn.

MINIMALIZM W ŻYCIU

Nie dajmy się zwariować i popaść w konsumpcyjny tryb życia. Na zakupach zastanówmy się, czy aby na pewno jest nam to niezbędne. Naszą klasyfikację wydedukujmy na zasadzie czy dana rzecz jest, aby na pewno nam „przydatna" czy też „użyteczna"? Zastanów się co wyrzucić, co można sprzedać, a co mogłoby się jeszcze komuś przydać. „Żyje się tylko raz, ale jeśli żyjesz dobrze, ten raz wystarczy" - Mae West.

BĄDŹMY EKO

Jeśli jesteśmy eko, łatwiej nam jest zadbać o planetę i szanować pracę innych. Każdą rzecz należy wytworzyć, a każdy niepotrzebny przedmiot zutylizować. Pamiętajmy o tym przy okazji robienia zakupów oraz przy sprawunkach dnia codziennego. Zachowajmy świadomość racjonalnego podejścia do zużywania dóbr materialnych. Przy okazji świąt pamiętajmy, że torbę prezentową można wykorzystać kilka razy (póki się nie pogniecie), a wstążki, kokardy czy też inne ozdoby z materiału można śmiało przeprasować. Bombki co roku się nie tłuką, a kolorowe choinki wyrażają radość.

COŚ DLA DUCHA

Każdego dnia zróbmy sobie prezent w postaci przeczytania rozdziału ciekawej książki, wyszukaniu ciekawostki, dotyczącej historycznego faktu, o którym nie mieliśmy pojęcia czy też namalowania obrazu, który zawiśnie na ścianie w kuchni. Muzyka łagodzi obyczaje, a wyjście do opery zrobi z Ciebie prawdziwego lwa salonowego. Popołudnie z aparatem pozwoli uchwycić wyjątkowe chwile i zatrzyma czas. „Chociaż fotografie nie mogą kłamać, kłamcy mogą fotografować" jak powiedział Lewis Chance.

WALKA Z NAJTWARDSZYM ZAWODNIKIEM

Żeby pokonać siebie, trzeba zawsze iść pod wiatr. Przetarte szlaki zaprowadzą nas do znanych miejsc, gdzie inni już dotarli, samotne wojaże po krętych drogach życia zaprowadzą nas na sam szczyt naszych możliwości. I zupełnie pewne jest, że nie będzie łatwo, ale na pewno będzie warto. Żeby dotrzeć tam, gdzie faktycznie chcesz być, musisz wyjść ze swojej strefy komfortu i dopiero wtedy będziesz w stanie sięgnąć po więcej.

SZALONY TANIEC NA LINIE

Co robimy, żeby się wyróżniać? Czasami wszystko, a tak na dobrą sprawę, żeby być oryginalną, najlepszą wersją siebie nie musimy robić nic. Wystarczy cieszyć się życiem i brać z niego garściami. Fajnie jest potańczyć na linie, szczególnie jak nie ma publiczności, dla własnej frajdy i dobrej zabawy. Tylko dla siebie! „Warto żyć po swojemu i dawać tak żyć innym ludziom" - Zasłyszane z manufaktury.

DZIELMY SIĘ

Nie tylko rzeczami materialnymi, ale dzielmy się dobrem. Pomagajmy sobie nawzajem, bądźmy serdeczni. Postarajmy się otworzyć na potrzeby drugiego człowieka i dać mu kawałek siebie. Dbajmy o naszych przyjaciół, ale pamiętajmy również o osobach samotnych. Tak, żeby za Twoją sprawą, ktoś dzisiaj się uśmiechnął. Spraw, aby Twoja życiowa podróż była pełna pięknych wspomnień i uśmiechów. „Od gwiazd pochodzimy i ku gwiazdom zmierzamy. Życie jest jedynie podróżą w nieznane" - Walter Moers.

MIŁOŚĆ MOTOREM ŚWIATA

Jak to powiedział Albert Camus - „Miłość to taki rodzaj choroby, która ani rozumnych, ani głupich nie oszczędza". I tak na dobrą sprawę najlepsze w niej jest to, że przychodzi, kiedy chce, zrobi z nami, co chce, a my po tej całej burzy motyli leżymy sponiewierani z rozbebeszonym brzuchem i czekamy na cud. Czy, aby na pewno zawsze musimy czuć się spełnieni, mając u boku swoją drugą połowę? Myślę, że nie koniecznie. „Miłość miłością a życie życiem" jak to powiedział Andrzej Sapkowski. Jeśli będziemy szczęśliwi sami ze sobą to zupełnie pewne, że każdy w naszym towarzystwie poczuje się szczęśliwy.

MOŻEMY BYĆ, KIM CHCEMY

Pamiętacie film „Złap mnie jeśli potrafisz" i fenomenalną rolę Leonardo Di Caprio, który to wcielił się w postać najmłodszego i niezwykle ujmującego oszusta w historii kryminalnej? Uroczy Frank Abagnale zafascynowany zawodem pilota z powodzeniem podaje się za jednego z nich, a pewność siebie sprawia, że jego wiarygodność nie budzi żadnych zastrzeżeń. Dzięki sprawnym przeróbkom czeków bankowych, wyłudzał od banków znaczne sumy pieniędzy. Za jego krótkiej, ale jakże „efektownej kariery" był: adwokatem, lekarzem oraz podszywał się za profesora socjologii. Jego oryginalny styl oraz oszustwa na dużą skalę powodują powołanie specjalnej komisji FBI, na której czele staje agent Carl, który po serii nieudanych prób w końcu aresztuje Franka. Koniec końców z powodu swojego młodego wieku i niezwykłych umiejętności Frank w zamian za pracę na rzecz rozwiązywania oszustw bankowych otrzymuje od władz przyzwolenie życia na wolności. A z oszusta staje się wysoko wykwalifikowanym specjalistą od zabezpieczania czeków bankowych.

Nie namawiam do złego, ale jak widać po historii Franka zawsze ogranicza nas tylko wyobraźnia! EA

Prezenty dla seniora

Święta Bożego Narodzenia to idealny czas na robienie prezentów. Najlepsze upominki to takie, które cieszą osobę obdarowaną. Czasem jednak trudno się zdecydować, co może sprawić komuś radość.



PIXABAY

Najlepszym prezentem zawsze będzie czas poświęcony drugiej osobie

Jakie prezenty mogą uszczęśliwić seniora? Na pewno takie, które po prostu mu się przydadzą i będą użyteczne. Tygodniowy pojemnik na leki, który pozwala przygotować niezbędne dawki medykamentów na cały tydzień z podziałem na trzy pory dnia. Warto też wybrać taki, który jest opisany – rano, południe, wieczór – to ułatwi korzystanie z niego. Poszukajmy również takiego, który jest jednocześnie zgniataczem tabletek oraz kubkiem na wodę. Taki mały, przydatny zbiór akcesoriów do przechowywania oraz częściowej obróbki leków ułatwi funkcjonowanie nie jednej osobie, która stale musi przyjmować medykamenty. Przede wszystkim dla tych, którzy muszą przyjmować leki w domu czy w pracy lub podróży.

Kubek wskazujący temperaturę napoju – tego typu gadżet chroni zawartość przed rozlaniem oraz wskazuje, czy obecna temperatura napoju jest dla nas bezpieczna. Często można to stwierdzić dzięki zmieniającej kolory pokrywce.

Talerz utrzymujący ciepło – sprawdza się, gdy dana osoba nie je posiłków szybko, robi sobie przerwy, a jednocześnie nie chce stale wychodzić np. z łóżka, aby je podgrzać.

Uchwyt na klucze – dzięki ergonomicznemu kształtowi każda osoba, która ma problem z trzymaniem oraz przekręcaniem kluczy będzie mogła bez problemu się nimi posługiwać.

Poduszka obrotowa – sprawdza się, w sytuacjach, gdy osoba, która ma problemy z poruszaniem, musi obrócić się o 360 stopni w pozycji siedzącej. Sprawdza się w samochodzie, przy stole czy biurku.

Stolik łóżkowy – ułatwia spożywanie posiłków w łóżku, na fotelu, w pozycji siedzącej lub półleżącej. Może również służyć jako podstawka do pisania lub czytania.

Przyrząd do zdejmowania butów – ułatwia ściąganie obuwia, gdy mamy problem ze schylaniem się lub siadaniem.

Myjka do pielęgnacji i masażu ciała z aplikatorem – warto szukać produktów z długą rękojeścią ze zdejmowanym aplikatorem. Gadżet ten ułatwia codzienną pielęgnację osobom, które mają ograniczony zakres ruchowy i chcą się usamodzielnić m.in. podczas kąpieli.

Rotor do ćwiczeń – można z niego korzystać w warunkach domowych, pomaga przywrócić siłę mięśni. Poprawia też krążenie, wzmacnia koordynację górnych i dolnych kończyn.

Lampka książkowa LED – małe, lekkie narzędzie, które można przyczepić do książki dzięki specjalnemu klipsowi. Sprawdzi się w trudnych warunkach, kiedy będziemy potrzebować oświetlenia.

Otwieracz do słoików – sprawdza się przy odkręcaniu tych najmocniej zamkniętych słoików. Wyposażony w gumę, która nie ślizga się po pokrywce oraz wygodny uchwyt, dzięki czemu nie trzeba sporej siły, aby zdjąć pokrywkę.

Poduszka ortopedyczna – sprawi radość każdemu, kto skarży się na bóle pleców, karku lub po prostu chce zadbać o odpowiednią higienę snu. KT

MASZ PROBLEMY ZE SŁUCHEM?

J. Szweda – dyplomowany protetyk słuchu

Nie rozumiesz mowy, a domownicy skarżą się na Twój głośny telewizor? Odwiedź nas!

BEZPŁATNIE ZBADAMY CI SŁUCH !

Umożliwimy wypróbowanie aparatu słuchowego. Doradzimy, jak uzyskać dofinansowanie do jego zakupu (nawet do 100%).



Prowadzimy sprzedaż, serwis aparatów słuchowych i ciśnieniomierzy wiodących firm.

25 lat na rynku!



Umowa z NFZ

www.aparatyszweda.pl

tel. 32 426 00 88

Czynne od 8.30 do 16.00. Możliwość dojazdu do domu pacjenta

RYBNIK: ul. B.W. Politycznych 10 (naprzeciwko Przychodni Specjalistycznej)

Nasze filie: Żory, Wodzisław Śl., Knurów

REKLAMA

Zwrócą uwagę na potrzeby seniorów

RYBNIK. Wybory do Rybnickiej Rady Seniorów odbyły się 7 grudnia, wtedy też poznaliśmy jej nowy skład. - Mamy dużo pomysłów, jak ułatwić życie seniorom w Rybniku. Wiele mamy do zrobienia - zapowiada Stefania Forajter, członkini rady.

W skład Rady Seniorów wchodzi 15 radnych. Troje z nich zostało wskazanych przez Prezydenta Miasta Rybnika (Tadeusz Szostok, Irena Skatuła, Grażyna Szojer), kolejne trzy osoby wyłoniła Rada Miasta Rybnika (Stefania Forreiter, Andrzej Oświecimski, Jerzy Lazar).

Pozostałe dziewięć osób to przedstawiciele organizacji działających na rzecz osób starszych z terenu Rybnika - kandydatów mogły zgłaszać organizacje działające na rzecz osób starszych. Musieli oni być mieszkańcami miasta mieć ukończone 60 lat w dniu wyboru. W ten sposób członkostwo w radzie seniorów uzyskali: Maria Polanecka-Nabagło, Felicja Skrzypiec, Gerard Kuźnik, Ewa Słota, Barbara Oberaj, Maria Waliszewska, Eugeniusz Zimończyk, Grażyna Kowalska oraz Zdzisław Drążewski.

- W kolejnej kadencji musimy nadal zwracać uwagę na potrzeby seniorów. Wiele starszych osób potrzebuje asystentów, ponieważ wielu z nich nie wychodzi z domu, potrzebują wsparcia w codziennych czynnościach. W Rybniku jest ponad 30 tys. seniorów, uważam, że ciągle jest za mało działań skierowanych do nich. Seniorzy chcą być zauważalni, chcą uczestniczyć w życiu społecznym. Rybnik sprzyja seniorom, jednak musi jeszcze bardzo wiele pokazać, aby poprawić funkcjonowanie osób starszych. KT

PARTNER CYKLU

PULS MED

CENTRUM REHABILITACJI NZOZ Puls-Med

Rehabilitacja:

• domowa • ambulatoryjna

• sportowa • dzieci

Zadzwoń i umów wizytę: 785 565 552

NZOZ Puls-Med

ul. Grunwaldzka 66

44-210 Rybnik

tel. 32 42 362 04

32 42 406 20

www.pulsmed.rybnik.pl

REKLAMA



Niech nadchodzące Święta Bożego Narodzenia
będą czasem pełnym radości spędzonym wspólnie z najbliższymi.

Życzenia zdrowia chyba jeszcze nigdy nie były tak oczywiste jak dziś.

Dołóżmy więc do nich jeszcze trochę świątecznej
magii i szczęścia w nadchodzącym 2023 roku.

Zespół Tesin Medic Clinic

Od 6 lat usuwamy zaćmę w polskiej klinice w Czeskim Cieszynie.
Pełna refundacja, zero kolejek.
+48 690 412 288 | **www.tesinmc.pl**

Na nowy rok – zdrowia!

Prawie połowa Polaków, jak wynika z badań CBOS, przyznaje, że wita Nowy Rok z określonymi postanowieniami. Warto w tych planach uwzględnić troskę o siebie. Bez dobrego zdrowia trudniej będzie nam zrealizować zawodowe czy prywatne marzenia.



Dzięki specjalistycznemu sprzętowi można zadbać o zdrowie w każdym wieku

B.K

Nadejście nowego roku to doskonała okazja do tego, by w ramach noworocznych postanowień wprowadzić zmiany w swoim trybie życia. Wśród nich często pojawia się zmiana diety, zrzucenie wagi czy regularność ćwiczeń. O tym, co zrobić, aby aktywność fizyczna, ale odpowiednia do naszych możliwości i schorzeń, zagościła w naszej codzienności na stałe mówi Dagmara Szudrowicz, fizjoterapeutka z Centrum Rehabilitacji NZOZ Puls-Med w Rybniku: - Na początek musimy wiedzieć, jakie ćwiczenia będą dla nas korzystne. Powszechnie mówi się, że sport to zdrowie. Jednak, jeśli wybierajmy aktywności niewskazane do naszych schorzeń, możemy sobie zrobić więcej krzywdy niż pożytku, np. osoby z osteoporozą powinny unikać nagłych skrętów i obciążeń kręgosłupa. Popularny aerobik, taniec czy bieganie wiążą się ze zbyt dużym ryzykiem kontuzji, a także mocno obciążają osłabione kości i dla nich te aktywności nie są wskazane. I tak każde schorzenie ma swoje dobre ćwiczenia, ale i te, których absolutnie nie powinniśmy wykonywać – tłumaczy.

INWESTYCJA DOBRA DLA KAŻDEGO

Dlatego, zanim zaczniemy rozglądać się za karnetami na zajęcia sportowe czy rekreacyjne, pierwsze co powinniśmy zrobić to udać się na „przegląd" do fizjoterapeuty. – Bardziej dbamy o swój samochód niż o stan naszych mięśni i kości. Nasz organizm też potrzebuje zaopiekowania się. Jeśli nie myślimy o sobie, zadbajmy o swoich bliskich. Dobrym pomysłem na prezent obok książki, kosmetyku, może być właśnie zamówiona wizyta dla zdrowia, np. u fizjoterapeuty. To inwestycja, którą warto podjąć – dodaje.

EKSPERT PODPOWIE

Podczas wizyty fizjoterapeuta oceni stan pacjenta pod kątem funkcjonalnym. Zbada zakres ruchu i siłę mięśniową, i po zebraniu dokładnego wywiadu zdecyduje, jaki rodzaj ćwiczeń będzie dla nas odpowiedni. Wyjaśni, które mięśnie powinniśmy wzmacniać, a które rozciągać, na czym się skupić a czego unikać, aby sobie nie szkodzić. Czasem konieczne jest najpierw skorzystanie z terapii manualnej, aby poprawić ruchomość stawów i pozbyć się nadmiernych napięć w tkankach miękkich. – Bardzo dobrym rozwiązaniem przy różnych bólach, ograniczeniach ruchomości stawów czy nawet gojeniu ran jest zastosowanie urządzenia SIS (Super Indukcyjna Stymulacja). W Rybniku jako jedyna placówka nim dysponujemy. To innowacyjna technologia wykorzystująca pole elektromagnetyczne o wysokiej intensywności, które pozytywnie oddziałuje na ludzką tkankę. Czasem wystarczą dwa trzy zabiegi, by ból, który towarzyszy nam już od dłuższego czasu, ustąpił – dodaje fizjoterapeutka.

MOŻLIWOŚCI ZALEŻNE OD POTRZEB

Fizjoterapeuta może również przeprowadzić instruktaż ćwiczeń, które pacjent będzie później samodzielnie wykonywał w domu. Dzięki temu będzie wiedział nie tylko co, ale i jak ćwiczyć. Czasami, nawet gdy wiemy, jaka aktywność jest dla nas wskazana, ale ćwiczenia wykonujemy źle, możemy doprowadzić do pogłębienia schorzenia, a nie poprawy. Niektórzy, aby wytrwać w postanowieniu, potrzebują niejako „przymusu" w postaci wykupionego karnetu. – Mamy grono pacjentów, którzy przychodzą regularnie na wizyty do ośrodka rehabilitacji i ćwiczą pod kontrolą specjalisty. Po pierwsze dlatego, że taka umówiona wizyta mobilizuje ich do ćwiczeń, a po drugie czują się pewni, że ćwiczenia, które wykonują pod okiem fizjoterapeuty, są poprawne pod względem technicznym i uzyskają pożądany efekt – dodaje Dagmara Szudrowicz.

CO NAGLE TO ZE SZKODĄ

Zawsze z początkiem sezonu, zwłaszcza zimowego, Centrum Rehabilitacji jest wypełnione nowymi pacjentami po urazach. Wszystko dlatego, że po zastoju kilku miesięcy, w okresie urlopu planujemy nadrobić kanapowy styl i przestawiamy się na całkowitą aktywność fizyczną. Nieprzygotowany organizm w wyniku wysiłku, upadków, szybko ulega urazom. – Dlatego też mając takie doświadczenie, przygotowaliśmy dla naszych klientów specjalną propozycję dla narciarzy, snowboardzistów. Przed pojawieniem się na stoku warto nie tylko naostrzyć narty, ale przede wszystkim sprawdzić stan swojego zdrowia, kondycji fizycznej i przygotować się do zjazdów. Sprawdzić to możemy przy pomocy platformy ALFA, która odpowie na wiele pytań co do naszych możliwości. Następnie fizjoterapeuta pokaże jakie ćwiczenia wykonywać, by na stoku było jak najmniej urazów. Pamiętajmy w tym przypadku również o dzieciach, nie pozwólmy im wejść na stok bez przygotowania mięśni do zjazdów. Co sezon widzimy łzy i ból małych pacjentów podczas rehabilitacji po takim „hura" rozpoczętym sezonie zimowym – radzi specjalista z Centrum Rehabilitacji Puls-Med.

REALNE CELE I REGULARNOŚĆ

Planując aktywność fizyczną, stawiajmy sobie realne cele i stopniowo przyzwyczajajmy organizm do wysiłku. Jeśli dotąd nie ćwiczyliśmy w ogóle, nie zaczynajmy od razu od 2 godzin dziennie. I co istotne ważniejsze od rodzaju i miejsca treningów jest to, aby były one stałym elementem naszego życia, w tym i kolejnych latach, a nie tylko niespełnionym postanowieniem noworocznym. **BK**

Gabinet Podologiczny
Jan Cyrulik

Specjalistyczna pielęgnacja i leczenie stóp



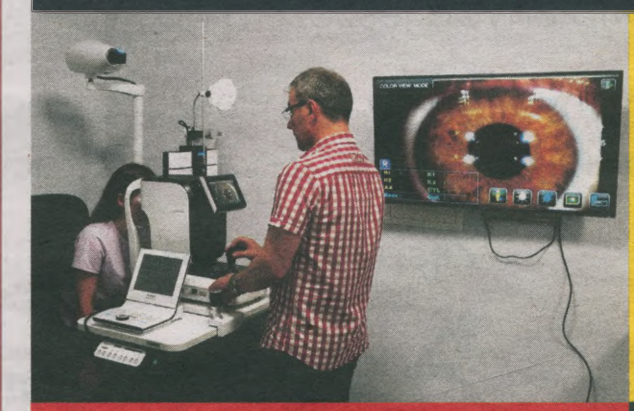
- korekcja wrastających paznokci
- usuwanie odcisków, modzeli, nagniotków
- opieka nad chorymi ze stopą cukrzycową
- pedicure podologiczny
- grzybica skóry i paznokci
- rekonstrukcja i protetyka paznokci stóp
- hiperkeratozy
- paznokcie dystroficzne
- nadpotliwość stóp
- pękające pięty
- brodawki HPV na stopach

UMÓW SIĘ NA KONSULTACJĘ
tel. 730 110 112, www.gabinet.podologiczny.pl
Żory, ul. św. Stanisława 17

REKLAMA

OPTYK eR MARCIN ROGÓŻ

OPTOMETRYSTA
OPTYK
ZAPRASZAMY!



- badanie optometryczne
- usługi optyczne
- okulary progresywne w wyjątkowych cenach
- okulary – raty 0%
- bezpłatne badania wzroku
- duży wybór okularów
- badanie ciśnienia śródgałkowego
- parking przy salonie

Wstąp i zobacz czy możesz widzieć więcej

Zapewniamy fachową obsługę oraz zawsze dobre ceny!

Rybnik, ul. Wawelska 2a/7
Tel. 505 753 427
pn.-pt. 10.00-18.00
sob. 9.00-13.00

www.optyk-er.pl



REKLAMA

Wigilie miejskie dla mieszkańców



UM ŻORY

Wigilia Miejska w Żorach



UM ŻORY

Jarmark Świąteczny w Żorach

REGION. Wigilie miejskie po kilkuletniej przerwie wróciły do wielu miast. W naszym regionie to wspólne świętowanie zorganizowano w Jastrzębiu-Zdroju oraz Żorach.

Na placu im. WOŚP Jastrzębianie wspólnie spędzili ostatni weekend przed świętami Bożego Narodzenia. Uczestnicy miejskiej wigilii mogli połamać się opłatkiem oraz zasiąść do wspólnej, miejskiej wigilii, podczas której próbowali tradycyjnych potraw wigilijnych oraz składali sobie świąteczne życzenia. To zdecydowanie najlepsza część świątecznego jarmarku w mieście. Wielu jastrzębian przybyło, aby wspólnie celebrować ten wyjątkowy świąteczny czas. Dla uczestników przygotowano krokiety oraz barszcz, który przygotowano wspólnie z mieszkańcami w ramach świątecznego gotowania na jarmarku. Podczas miejskiej wigilii obecna była również prezydent Jastrzębia-Zdroju Anna Hetman.

W ramach jarmarku w Jastrzębiu-Zdroju przygotowano również liczne występy artystyczne. Zobaczyliśmy m.in. Big Band KWK Borynia, góralską kapelę Zbójnicy oraz zespół folklorystyczny, współpracujący z jastrzębskim Kołem Gospodyń Wiejskich Niezapominajki. Uczestnicy wydarzenia mogli również kupić ręcznie wykonane ozdoby świąteczne oraz swojskie wyroby, które będą królować na świątecznym stole. Dla najmłodszych przygotowano karuzelę wenecką. Tegoroczny jarmark był o tyle wyjątkowy, że towarzyszyła mu wyjątkowa, świąteczna aura. Okazało się, że organizatorzy musieli wywieźć z placu im. WOŚP blisko 20 wywrotek zapełnionych śniegiem.

Na żorskim rynku również przygotowano wigilię miejską dla mieszkańców. Przygotowano świąteczny poczęstunek - barszcz, krokiety z kapustą i grzybami oraz tradycyjną śląską moczkę.

Podczas organizowanego jarmarku uczestnicy mogli zakupić swojskie wyroby w specjalnie ustawionych domkach handlowych. Odbył się również spektakl w wykonaniu Teatru Katarynka, wystąpiła Isafira, prezentując pokaz z ogniem. Najmłodsi wzięli udział w organizowanych zabawach, animacjach oraz warsztatach, które przygotował Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Żorach. Nie zabrakło też muzycznych elementów – wystąpiła kapela góralska Hajduk, Arka Noego, zespół Nivel, a także zespoły wokalne z placówek Miejskiego Ośrodka Kultury w Żorach. Zwieńczeniem jarmarku był natomiast wjazd świątecznie udekorowanych samochodów na żorski rynek.

Mieszkańcy miast zgodnie twierdzili, że tego typu wydarzenia są bardzo potrzebne. Miejskie spotkania sprzyjają integracji, poznaniu lokalnych artystów, pozostałych mieszkańców miast, a także celebrowaniu świątecznego czasu. Dzięki takim spotkaniom osoby samotne, starsze lub bezdomne mają okazję do spotkania z innymi ludźmi. Często brakuje im rozmowy z drugim człowiekiem, wspólnego posiłku czy świątecznej atmosfery, której nie mogą doświadczyć, siedząc samotnie w domu czy szukając schronienia. Pamiętajmy, że wokół nas jest wiele osób, które najbliższe święta spędzą samotnie - często nie z wyboru, a z przypadku. Integrujmy się podczas miejskich spotkań, ale również na własną rękę. Zapytajmy sąsiada, czy potrzebuje pomocy, towarzystwa lub zwykłej rozmowy - pamiętajmy o tym nie tylko od święta. - Miejskie wigilie to wspaniały czas. Na co dzień nie wychodzę często z domu, nie mam bliskich. Miło jest spędzić czas wśród ludzi i cieszyć się wspólnym towarzystwem - komentuje pani Anna, mieszkanka Żor. **KT**

Od czego zależy waloryzacja emerytury?

Na pytania Czytelników „Nowin" odpowiada **Beata Kopczyńska,** rzeczniczka regionalna Zakładu Ubezpieczeń Społecznych w województwie śląskim.

1 czerwca, co roku przeprowadzona jest waloryzacja składek na koncie emerytalnym. Będę pracowała do 1 czerwca 2023 włącznie i wtedy też kończy mi się umowa o pracę na czas określony. 2 czerwca nie będę pracowała. Tego dnia zamierzam też złożyć wniosek o emeryturę. Natomiast 3 czerwca 2023 r. rozpocznę nową pracę. Czy waloryzacja składek 1 czerwca obejmie moje składki, chociaż to będzie ostatni dzień pracy? Ponadto czy wniosek o emeryturę muszę złożyć dopiero wtedy, kiedy dostanę świadectwo pracy, czy też mogę go złożyć 2 czerwca? Czy w razie czego ten jeden dzień, kiedy nie będę pracowała mam jeszcze ubezpieczenie zdrowotne, na wypadek, gdyby coś mi się stało, czy wtedy będę miała darmową opiekę lekarską?



ARCHIWUM

Beata Kopczyńska, rzeczniczka regionalna Zakładu Ubezpieczeń Społecznych w województwie śląskim

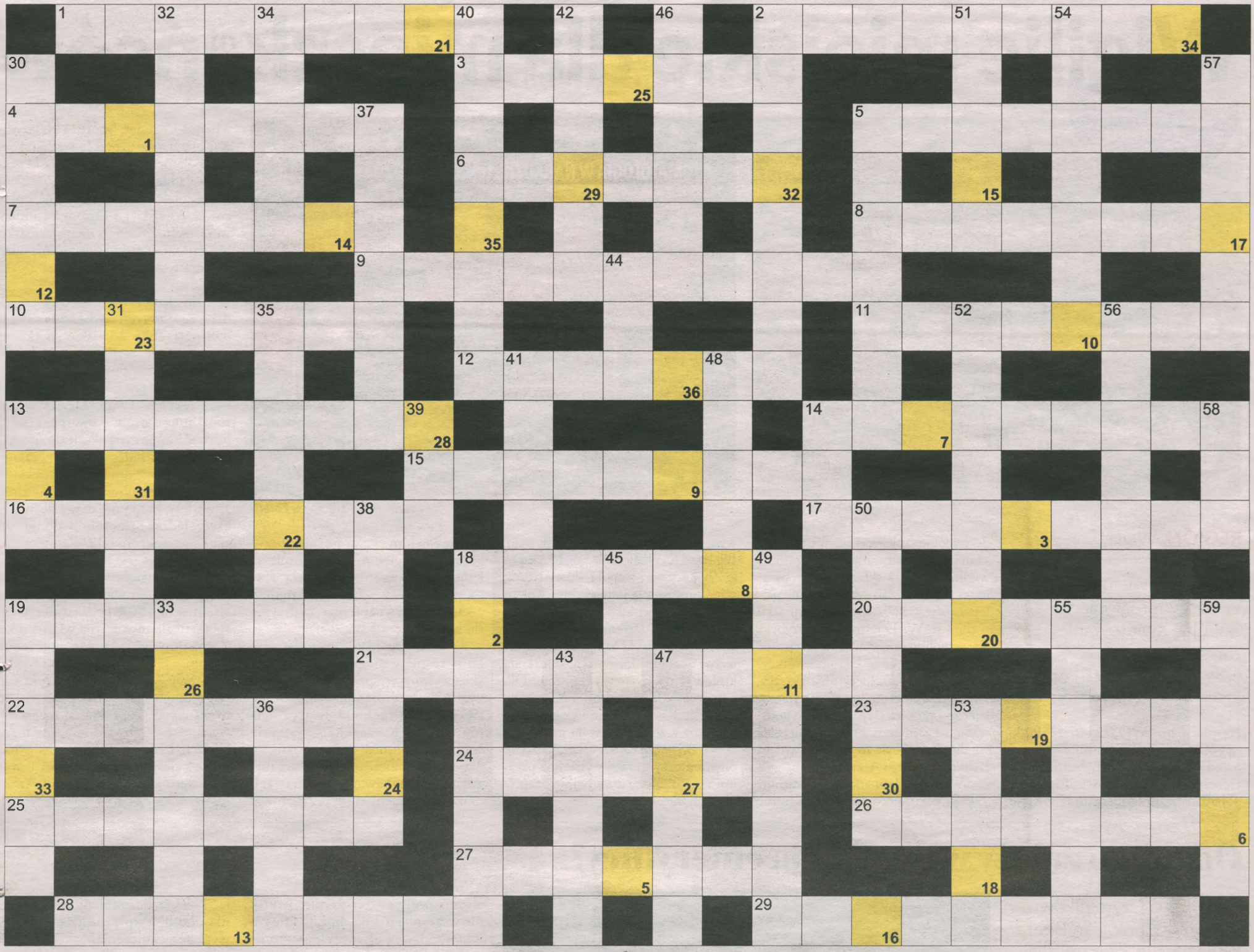
Data, od której ZUS przyzna prawo do emerytury i ją wypłaci, zależy w praktyce od kilku czynników: od daty złożenia wniosku, daty ukończenia wieku emerytalnego, a także od daty rozwiązania stosunku pracy i daty złożenia wniosku o podjęcie zawieszonej wypłaty – w przypadku, gdy wypłata zostanie zawieszona w związku z trwającym stosunkiem pracy.

Emeryturę powszechną przyznajemy od miesiąca, w którym zostanie złożony wniosek o emeryturę, jednak nie wcześniej niż od dnia, w którym wnioskodawca ukończy powszechny wiek emerytalny. Postępowanie w sprawie świadczeń emerytalno-rentowych wszczynamy na wniosek osoby zainteresowanej. Wniosek o ustalenie prawa do emerytury można złożyć w każdym czasie, najlepiej złożyć wniosek nie wcześniej niż 30 dni przed: dniem, w którym łącznie spełnione będą wszystkie warunki niezbędne do uzyskania świadczenia (czyli warunek rozwiązania stosunku pracy, osiągnięcie wieku emerytalnego), dniem, w którym ubezpieczony zamierza przejść na emeryturę.

Jeśli wniosek o emeryturę zostanie złożony podczas trwania stosunku pracy, to ZUS ustali prawo do emerytury powszechnej (zakładając oczywiście, że spełniony jest warunek wiekowy), obliczy jej wysokość, ale zawiesi jej wypłatę. Podjęcie wypłaty emerytury zależy od rozwiązania stosunku pracy z pracodawcą, na rzecz którego wykonywana jest praca bezpośrednio przed nabyciem prawa do emerytury i od złożenia wniosku o podjęcie wypłaty. Osoba, która nabyła prawo do powszechnej emerytury, może podjąć kolejne zatrudnienie – pozostanie ono bez wpływu na prawo czy wypłatę świadczenia.

O tym, czy środki zgromadzone na koncie ubezpieczonego mogą zostać objęte waloryzacją roczną, przeprowadzaną od 1 czerwca danego roku, decyduje data przyznania prawa do emerytury.

Przykładowo, waloryzacją roczną, przeprowadzaną od 1 czerwca 2023 r. będą objęte środki zapisane na koncie ubezpieczonego w przypadku emerytur przyznanych w okresie od 1 czerwca 2023 roku do 31 maja 2024 roku. Przypominam także, że począwszy od 2020 roku, wprowadzone zostały nowe przepisy, korzystne dla osób, które przechodzą na emeryturę w czerwcu. Obecnie osobom, które nabywają prawo do emerytury w czerwcu, ZUS wylicza wysokość emerytury w dwóch wariantach i wybiera ten, który jest dla ubezpieczonego korzystniejszy. Prawo do świadczeń opieki zdrowotnej ustaje po upływie 30 dni od dnia wygaśnięcia obowiązku ubezpieczenia zdrowotnego. To oznacza, że w przypadku ustania stosunku pracy – jeszcze w ciągu 30 kolejnych dni można korzystać z bezpłatnych świadczeń zdrowotnych. **BK**



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 36, utworzą rozwiązanie:

1	2	■	3	4	■	5	6	7	8	■	9	10	11	12	13	14	15	■	16	17	18	19	■	20
21	22	■	23	24	25	26	27	28	■	29	30	31	■	32	33	34	35	36						

POZIOMO: 1) wulkan, symbol Nikaragui; 2) inaczej wielożeństwo; 3) lecą w odcinkach w telewizji; 4) Mikołaj, polski astronom z Torunia; 5) chronią od deszczu i śniegu; 6) Traian, były prezydent Rumunii; 7) lakmusowy dla chemika; 8) pierwsza żona proroka Mahometa; 9) niepraktyczny; 10) matka żony; 11) osoba z pasją, miłośnik, entuzjasta; 12) Południowa z Brazylią; 13) żona Elvisa Presleya; 14) sprzedaje towary za granicą; 15) bezpański, nierasowy kot; 16) kwadratowa czapka żołnierza; 17) naukowiec od ptaków; 18) Samuel, autor "Czekając na Godota"; 19) Szkocja w oryginale; 20) Kamil Grabara i Maciej Szczęsny; 21) znowu trafia do więzienia; 22) sprawdzian ortograficzny; 23) racjonalizm genetyczny; 24) możliwość wczucia się w drugiego; 25) między Marokiem a Libią; 26) pół kobieta i pół ryba, okeanida; 27) rzeka w Tartu; 28) stolica województwa podlaskiego; 29) największe miasto Alaski. **PIONOWO:** 2) groch zwyczajny polny; 5) Ocean Spokojny; 13) w pęczku włoszczyzny; 14) autor powieści "Imię róży"; 18) porcja chleba; 19) Husajn, były dyktator Iraku; 30) nowy wcięty fragment tekstu; 31) achillesa w pięcie; 32) listopad i marzec; 33) główna to aorta; 34) najwyższy głos męski; 35) boczne skrzydło pałacu lub kamienicy; 36) biegówki z wiązaniami; 37) inaczej o drinku; 38) pracownica działu kadr, personalna; 39) Sari, gwiazda opery; 40) rzeka w Głogówku; 41) były rozgrywane na Mundialu w Katarze; 42) żółte w portfelu; 43) aleja lub plac tylko dla pieszych; 44) saneczkowy dla bobsleistów; 45) lodowe na rzekach; 46) "Wielki ...", powieść Francisa Scotta Fitzgeralda; 47) doktor, przyjaciel Sherlocka Holmesa; 48) tulipan lub goździk; 49) włoski region z Florencją; 50) łupanie drzewa siekierą; 51) niewielkie wzniesienie; 52) ksiądz Robak z "Pana Tadeusza"; 53) okres godowy ryb; 54) tropikalne komary; 55) leukocyt; 56) Kukulska, piosenkarka; 57) imię Wiedźmina; 58) inaczej waltornia, instrument; 59) zawieja śnieżna, zadymka.

Rozwiąż krzyżówkę i wygraj BON ZAKUPOWY o wartości 50 zł ufundowany przez **Zakład Rzeźniczo-Wędliniarski ERNESTYN JANETA.**

Rozwiązanie krzyżówki z naklejonym kuponem prosimy wysyłać na kartkach pocztowych w terminie 10 dni od daty ukazania się gazety. Nasz adres: Rybnik, ul. Sobieskiego 15 (II piętro, pasaż).



Rozwiązanie krzyżówki nr 49 z 7 grudnia

„MIKOŁAJA SANIE NIOSĄ DARY NA ROZDANIE"

BON ZAKUPOWY o wartości 50 zł ufundowany przez **Zakład Rzeźniczo-Wędliniarski ERNESTYN JANETA** otrzymują: **CZESŁAW FILIPOWICZ z Rydułtów oraz ZYGMUNT BRZEZINA z Leszczyn. Gratulujemy!**

Po odbiór nagrody prosimy zgłosić się do redakcji „Nowin" w Rybniku, ul. Sobieskiego 15 (II piętro, pasaż). Nagrodę należy odebrać do 10 dni od ukazania się wyników losowania. Zapraszamy do udziału w konkursie.

KUPON Nowiny 51

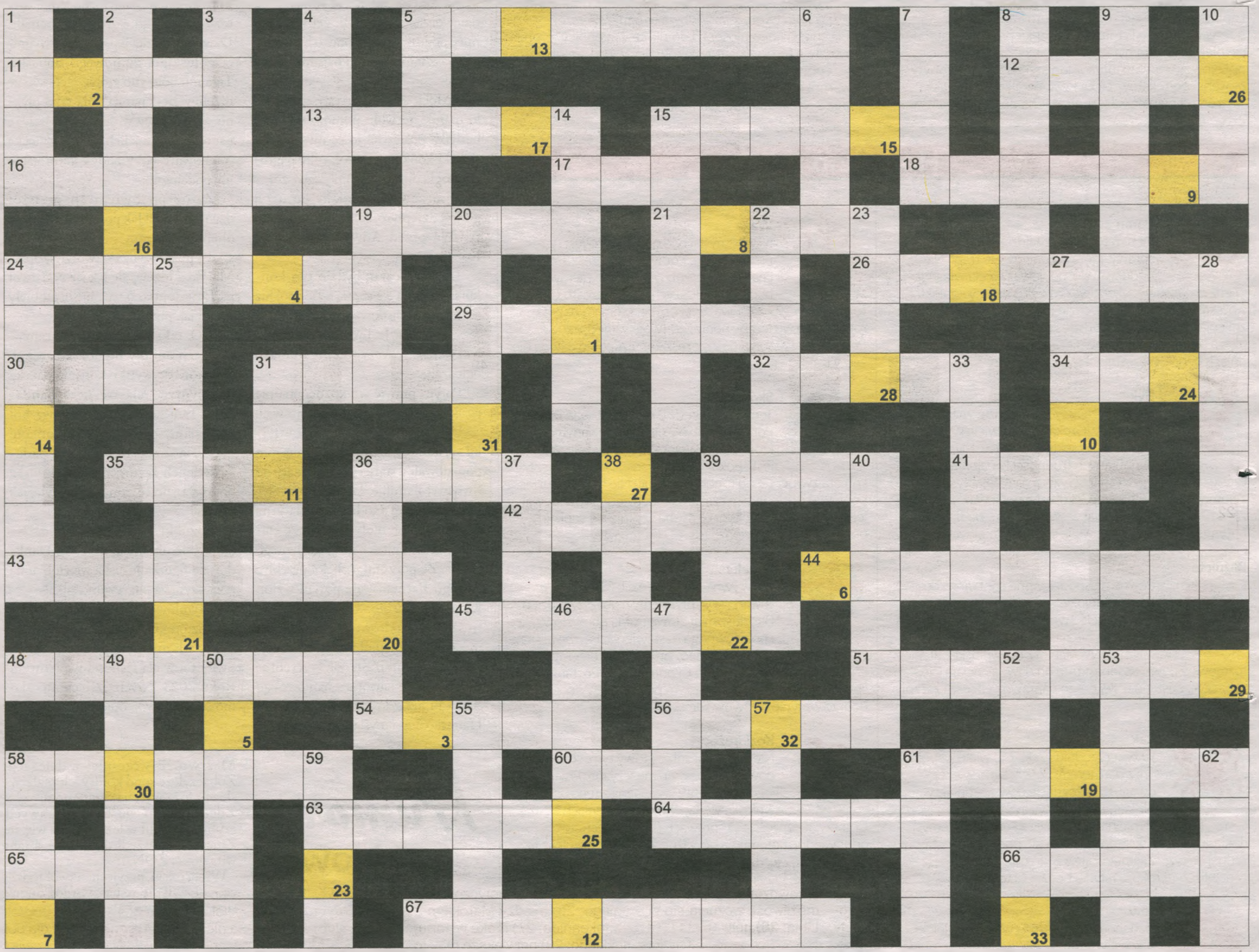
Czynne 7 dni w tygodniu oraz w święta

STOMA DENTAL MEDICOVER

Na nadchodzące święta Bożego Narodzenia życzymy Państwu nieustającej pogody ducha, zdrowia i wszelkiej pomyślności



NOWOCZESNA STOMATOLOGIA W NARKOZIE, tel. 32 / 440 22 12, Rybnik, ul. Kotucza 36



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 33, utworzą rozwiązanie:

1	2	3	4	5	6	7		8	9	10	11	12	13	14	15		16	17	18	19	20	21	22	23
24		25	26		27	28	29	30	31	32	33													

POZIOMO: 5) szybki samolot wojskowy; 11) rybna lub do zębów; 12) zaraza pyska i racic; 13) "Ojciec ...", Powieść Balzaca; 15) słyny twórca teorii ewolucji; 16) rozmowy książkowych bohaterów; 17) inaczej o cyganie; 18) w nich zęby; 19) karma dla zwierząt; 21) zastój w rokowaniach, pat; 24) siedziba zakonu; 26) kanciarstwo, machlojka; 29) najwyższy szczyt Ukrainy; 30) rzymska bogini Księżyca; 31) wirnik maszyny krócej; 32) Marcin, niemiecki reformator religijny; 34) hamulcowy lub do spryskiwaczy; 35) karczoch hiszpański inaczej; 36) grupa przestępcza; 39) dwuspadowy z kominem; 41) wydają wyroki; 42) rzeka graniczna Etiopii i Sudanu; 43) ogórek marynowany w occie; 44) szkolna lub wiejska; 45) miejsce pracy lekarza; 48) różanka, ogród różany; 51) amerykański stan z Lincoln; 54) Barciś, polski aktor; 56) klejąca i filmowa; 58) Karolina, Miss Polonia 2003; 60) część spektaklu; 61) inaczej araukanie, plemię indiańskie; 63) gwałtowny, tropikalny wicher wirowy; 64) dawna karczma, dom zajezdny; 65) wyrównuje poziomy w kanale rzeki; 66) stolica dawnej Biafry; 67) sąsiad Rosjanina i Łotysza.

PIONOWO: 1) dno beczki lub szklanki; 2) stolica Erytrei; 3) największe jezioro na Białorusi; 4) otyły , gruby; 5) imię Konopnickiej; 6) zwojnica elektryczna; 7) waluta w RPA; 8) renifer tundrowy, ren; 9) polski konkurent TVN; 10) rzeka w Wittenberdze; 14) miejski pojazd szynowy; 15) Miedwiediew, były prezydent Rosji; 19) rzeka graniczna pomiędzy Rumunią a Mołdawią; 20) obiekt fortyfikacyjny, bunkier; 22) automatyczna w łazience; 23) gatunek, rodzaj; 24) ozdoba w nosie lub w uchu; 25) bar rybny nad morzem; 27) pigwica właściwa, sączyniec; 28) antonim podwyżki; 31) największa z wysp archipelagu Dodekanezu; 33) drapieżne koty, ostrowidze; 36) najdłuższa rzeka Norwegii; 37) wypłata dla aktora; 38) trawienne lub owocowe; 39) rodzinne miasto Louisa Pasteura; 40) stolica Kuby; 46) znak zodiaku; 47) waga towaru bez opakowania; 49) stawiany oskarżonemu; 50) polecenie dla żołnierza; 52) zbędny, zepsuty przedmiot; 53) duży, pospolity gryzoń; 55) dur plamisty; 57) niewidomy; 58) może być honorowy lub nieproszony; 59) willa z muzeum Karola Szymanowskiego; 61) barwa sierści konia; 62) futerał na okulary.

Czy wiesz, że...

Zdarzyło się 21 grudnia...

Urodził się Przemysław Gintrowski. Był jednym z najbardziej rozpoznawalnych głosów „Solidarności". W 1979, wspólnie z Jackiem Kaczmarskim i Zbigniewem Łapińskim stworzyli trio i przygotowali program poetycki „Mury". Tytułowa piosenka programu stała się nieformalnym hymnem największego na świecie pokojowego ruchu antykomunistycznego. Wykonywał piosenki do tekstów Jacka Kaczmarskiego, Tomasza Jastruna, Zbigniewa Herberta, Jerzego Czecha, Tadeusza Nowaka i Marka Tercza. Współpracował m.in. z Krystyną Jandą i Joanną Trzepiecińską. Był niesamowicie zaangażowany w działalność opozycyjną. Chociaż jego twórczość zdobyła uznanie szerszej publiczności (jego piosenka do filmu „Zmiennicy" zrobiła prawdziwą furorę), nagrywał również w drugim obiegu. Występował dla członków i sympatyków „Solidarności" w warunkach konspiracji. W wolnej Polsce powrócił do grania z Kaczmarskim i Łapińskim.

Horoskop



Baran
W tym tygodniu znajdziesz rozwiązanie sprawy, która od dawna Cię trapi. Nie poddawaj się, ponieważ dzięki własnej wiedzy i uporowi, zakończysz również dawny konflikt z bliską Ci osobą. Wiele będzie też zależeć od Ciebie. Nie zmieniaj decyzji, które podjąłeś dawno temu, ponieważ okażą się trafne. Zaufaj swojej intuicji, w najbliższych dniach będzie niezastąpiona.



Byk
Nadchodzący tydzień będzie wyjątkowo stresujący. Czeka Cię też wiele wyzwań i nowych projektów w pracy. Mimo napotkanych trudności w najbliższym czasie sprostasz wszystkim wyzwaniom. Skorzystaj z pomocy pewnej bliskiej Ci kobiety, ponieważ dzięki niej zamkniesz pewien rozdział w swoim życiu. Bądź bardziej optymistyczny, to ułatwi wiele spraw w kolejnych dniach.

Bliźnięta



Pewne niespodziewane spotkanie, do którego dojdzie na początku tygodnia, zmieni wiele Twoich planów świątecznych. Na nic się nie nastawiaj, bądź większym realistą. Wyciągniesz też wnioski z długiej rozmowy z pewną osobą, która od dawna chciała Cię zobaczyć. Zastanów się, czego naprawdę chcesz i zacznij działać.



Rak
W tym tygodniu czeka Cię wiele wspólnych dni z partnerem. Poświęć mu więcej uwagi, to zażegnacie dawne konflikty. Bliski mężczyzna wyjawi Ci pewien sekret, który wpłynie na Twoją dalszą karierę. Przemyśl dokładnie wszystkie możliwości i nie podejmuj pochopnie żadnej decyzji. Zastanów się, czego dokładnie chcesz w najbliższym roku, a łatwiej będzie Ci to osiągnąć.



Lew
Nadchodzący tydzień zwiastuje wiele sukcesów, jednak teraz musisz bardziej skupić się na swoich obowiązkach. Nie zwracaj uwagi na osoby, które próbują Cię zniechęcić do spełnienia marzeń. Małymi krokami pokonasz największe przeszkody - wiele zależy teraz od Ciebie. Poświęć więcej uwagi swojemu zdrowiu i aktywności fizycznej, odpoczynek i regeneracja są Ci teraz potrzebne.



Panna
Otrzymasz zaproszenie na pewne ważne wydarzenie. Nie rezygnuj z niego, od tego zależy Twoja kariera. Pewna osoba złoży Ci ciekawą propozycję dalekiego wyjazdu. Przemyśl to, ponieważ podróż dobrze Ci zrobi. Wykorzystaj dobrze nadchodzące święta i odwiedź dalekie miejsca. Dzięki temu lepiej się poczujesz i poprawisz swoją kondycję fizyczną. Sprawy finansowe poprawią się od początku kolejnego tygodnia.



Waga
Nie rozmyślaj tyle nad tym, co jest nieuniknione. Pomyśl, co możesz zmienić i na co masz wpływ. Negatywne myśli będą w najbliższych dniach często Ci towarzyszyć. Zwróć uwagę na osobę, która od dawna robi bardzo wiele, aby poprawić Twoje samopoczucie. Pod koniec tygodnia dostrzeżesz coś, czego od dawna nie zauważałeś.



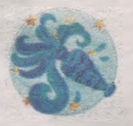
Skorpion
Ten tydzień będzie pełen wyzwań i nauki. Poradzisz sobie z niespodziewanymi kłopotami. Pamiętaj, że najważniejszy jest spokój i opanowanie. Pewna starsza kobieta zwróci się do Ciebie o pomoc. Nie bagatelizuj jej, ponieważ w niedługim czasie sam będziesz potrzebował jej rady. W relacji z bliską Ci osobą szykuje się spokojny, pełen harmonii tydzień.



Strzelec
Pozytywne nastawienie będzie Ci towarzyszyć przez cały najbliższy tydzień. Będziesz miał głowę pełną pomysłów i pozytywnego nastawienia. Pewna bliska Ci osoba złoży Ci niezapowiedzianą wizytę. Przemyśl, czy jej propozycja na pewno Ci odpowiada. Postaraj się spędzić więcej czasu na świeżym powietrzu. Więcej ruchu dobrze wpłynie na Twoje zdrowie.



Koziorożec
Nie zaprzątaj sobie głowy tym, co powiedział pewien mężczyzna. Przemyśl jego argumenty i wyciągnij z tego wnioski. W nadchodzących dniach będzie Ci sprzyjać szczęście w sprawach finansowych. To odpowiedni moment na poważne wydatki. Poczujesz też napływ gotówki, dzięki czemu zrealizujesz swoje plany podróżnicze. Przyjmij zaproszenie na pewne spotkanie - to wiele zmieni w Twoim życiu.



Wodnik
Nie skupiaj się na swoich niepowodzeniach. Początek miesiąca będzie wyjątkowo szczęśliwy. Odpoczniesz i spędzisz czas z najbliższymi. Spędź wieczór z książką lub porozmawiaj z bliską Ci kobietą - obie tego potrzebujecie. Chwile na łonie natury dobrze wpłyną na Twoje samopoczucie. Nie skupiaj się na przeszłości. Co było, już nie wróci.



Ryby
W weekend ktoś, kogo od dawna nie widziałaś, zapuka do Twoich drzwi. Wiele osób będzie szukało kontaktu z Tobą. Przemyśl, czy pewne znajomości warto kontynuować. Pamiętaj, że wszystko zależy od Ciebie. Zwracaj uwagę na swoją punktualność, ponieważ na początku tygodnia będzie Ci wyjątkowo potrzebna. Zmienią się też Twoje plany na kolejny miesiąc, podejdź do tego spokojnie - wszystko jeszcze przed Tobą. KT

Po naszymu

„Konkursowo betlejymka ôd Kozubkōw"

Przed łōni na kolyndzie Kozubkowe dziecka sie pokwolyli, żeby chcieli mieć pod chojinkōm prawo betlejymka. Nasz farorz, co rod bajstluje padoł im tak:

- Mocie starzika artysty, co ôbrozki maluje, to wōm pōmōże tyż tako betlyjka postawić! Jo se myśla, żeby sie jaki kōnkurs przidoł, coby nagroda mogła dostać ta nojpiykniyjszo!

Farorzowi spōmniało sie ô tyj godce dziepiyro, jak łōńskigo roku tydziyń przed Adwyntym spotkoł Kozubczyno:

- Farorzyczku, bydzie tyn kōnkurs? – pytała sie starka.- Bo mōj już sie biere za bajstlowani!

- Kōnkurs? Ja, bydzie!– zasztartowoł farorz. – Wszyjstek na rorotach ôgłosza!

Potym prawie we kożdej chałpie cosik tam starziki a bajtle rychtowali!

U Kozubkōw starzik betlyjka poskłodoł, dziecka piyknie jōm pomalowali a starka poszyła szaty do Świyntyj Familije. Hanusia przeblykła Barbie we modro koszula a na gowa zrobiła ji bioły rōmbek ze etaminy, za to Wojtek ustrojył świyntego Jōzefa. Ze poczōntku chcioł przeblyc swojigo Batmana, ale potym wziōn Kyna ôd Barbie. Co prowda, ôn troszka za modo wyglōndoł, ale jak mu synek przilepioł broda, to wszyjstek bōło akurat! Starzik wyrychtowoł żłobek ze kartōnu a nafilowoł go sianym i już szło kłaść Dzieciōntko! Hanusia długo myślała nad tym, kero lalka bydzie Jezuskiym, bo jedne były troszka za wielgi, a drugie zaś za małe. Dziypiyro starka ji pōmōgła a wybrała goluśkigo, gumowego bobaska. Trza mu bōło yno zrobić pieluszki ze flizeliny. Betlejymka bōła tako piykno, że wszyjscy w dōma byli iści, że nagroda je już jejich! Bezto dziecka wachowały, coby żodyn kamrat nic niy podejrzoł!

Zaroz po Świyntach przyszoł dziyń kolyndy! Jak porzykali, to farorz ôbejrzoł, co tam starzik a dziecka społu postawiyli. Pokwolył szopka, Maryjo a Jōzefa, ale jak sie podziwoł na Dzieciōntko ôczy mu sie zrobiyły wielgi jak piyńć złotych:

- Ô taki nowoczesnyj aranżacyji żech ani niy myśloł... – zaczōn a wziōn do rynki kōnsek patyka ôwiniyntygo elastycznym bandażym. Tam kaj miała być gowa bōł przilepiony taki uśmioty emotikon! Hanusia żodnymu nic niy padała, że jejich zazdrosno suka Jezuska pogryzła yno se sama poradziyła, jak umiała!

Kozubki piyrszego miejsca we konkursie niy mieli, ale za to Hanka dostała figurka Jezuska we żłobku na pocieszyni za pogryziōno lalka!

Grymlino.

Roztōmili Czytelnicy, życza Wōm Wszyjstkim Spokojnych Godnich Świōnt a wiela Radości we Nowym Roku 2023. Niych Dzieciōnteczko mo Nos we swoji ôpiece!

Grymlino

Humor Nowin



Mąż wrócił wcześniej z delegacji. Zobaczył, że spod kołdry ich małżeńskiego łoża wystają cztery nogi. Zdenerwował się bardzo, chwycił gruby kij i walił w leżących, ile wlezie. Zmęczony poszedł do kuchni, a tam wita go..... ŻONA:
- Witaj, misiu, przyjechali twoi rodzice, położyli się w naszym łóżku, już się z nimi przywitałeś?

***

Niedzielny poranek. Na klatce schodowej spotykają się sąsiadki.
- Na Boga, pani Heleno, kto u pani tak strasznie przeklina?
- Marian wybiera się do kościoła i nie może znaleźć książeczki do nabożeństwa.

***

Czego słuchają w Łowiczu?
- Dżemu.

***

Sędzia do oskarżonego:
- Dlaczego żona się chce z panem rozwieźć?
- Sam nie wiem, złociutki...

W TZR będą łupać orzechy



MATERIAŁY PRASOWE

RYBNIK. Już 29 grudnia w teatrze Ziemi Rybnickiej będzie można oglądnąć i posłuchać wykonania baletu Dziadek do orzechów Piotra Czajkowskiego.

Piotr Czajkowski był jednym z najwybitniejszych rosyjskich kompozytorów w XIX w. Był autorem szeregu utworów muzycznych. Do największych zaliczają się balety: „Jezioro łabędzie", „Śpiąca królewna" oraz „Dziadek do orzechów". To ostatnie dzieło weszło na trwałe do kanonu kultury popularnej. Szczególne zainteresowanie wzbudza zwłaszcza w okresie świątecznym i noworocznym. Balet opowiada historię małej Klary, która w czasie przyjęcia bożonarodzeniowego wybiera sobie oryginalny prezent spod choinki. Jest to dziadek do orzechów. W pewnym momencie przedmiot te zostaje zepsuty przez niegrzecznego kuzyna Maszy Fritza. Na szczęście naprawia go ojciec chrzestny Maszy Drosselmeyer. Przyjęcie trwa, a mała Masza zapada w sen. W onirycznej krainie ziszcza się marzenie małej dziewczynki. Momentalnie dojrzewa i zamienia się w piękną księżniczkę. Jej wybrańcem staje się dziadek do orzechów. Niestety okazuje się, że w magicznej, sennej krainie pojawiają się myszy, które chcą opanować królestwo. Do walki z nimi staje wybranek Masza z ołowianymi żołnierzykami. Dziewczyna staje na placu boju wraz ze swoim wybrańcem i dzięki użyciu armaty przyczynia się do ostatecznego triumfu nad gryzoniami. Po walce dziadek do orzechów zamienia się w księcia i razem z Masza udają się w podróż do Krainy Słodyczy. W trakcie wędrówki spotykają wiele fantastycznych postaci, które są ożywiane przez chrzestnego głównej bohaterki. W baśniowej krainie Klara bierze ślub z księciem. Ceremonii zaślubin towarzyszy cały czas radosna muzyka oraz tańce. W końcu dziewczynka budzi się w fotelu z zabawką w ramionach we własnym domu już po przyjęciu bożonarodzeniowym.

Spektakl zaczyna się o godz. 19. Bilety od 110 zł.

Sylwester marzeń tylko w RCK

RACIBÓRZ. Inżynier Mamoń w kultowym już filmie „Rejs" powiedział „Proszę pana, ja jestem umysł ścisły, mnie się podobają melodie, które już raz słyszałem...". Piosenki znane i lubiane usłyszymy w sylwestrową noc.

31 grudnia Raciborskie Centrum Kultury otworzy swoje podwoje dla wielbicieli przebojów sylwestrowej nocy. Słuchacze mogą przygotować się na moc utworów z najbardziej znanych operetek, musicali, filmów. Czeka ich niesamowity wieczór noworoczny z najbardziej rozpoznawalnymi przez ucho standardami muzyki popularnej. O uznanie i gromkie brawa ze strony słuchaczy będą starać się soliści i solistki, którzy ugruntowali już swoją pozycję na polskiej scenie muzyki rozrywkowej. Wśród nich znajdą się: Olivia Ohl-Szulik (sopran), Monika Biederman-Pers (sopran), Tomasz Jedz (tenor), Michał Musioł (tenor) oraz Piotr Karzełek (baryton). Muzykę dopełni atrakcyjna choreografia oraz taniec w wykonaniu duetu Julia Kulawik i Przemysław Łamacz. Ponadczasowe evergreeny zabrzmią w całkowicie nowych aranżacjach zespołu muzycznego pod kierownictwem Mariusza Dubrawskiego, który przez ostatnie kilkanaście lat koncertował z Ireną Santor.

Jak dolecieć do szczęścia

JASTRZĘBIE-ZDRÓJ. W jastrzębskim ośrodku kultury 20 stycznia wystawią spektakl „Boeing, boeing".

Sztuka autorstwa Marco Camelottiego opowiada o dość specyficznym pomyśle na relacje międzyludzkie, jakim jest poligamia. Głównym bohaterem komedii jest pilot lotniczy Max angażujący się w związki z trzema kobietami jednocześnie. W swoim dossier pilot ma więc trzy piękne stewardessy, z trzech różnych państw i latające w trzech liniach lotniczych. Max jest człowiekiem niezwykle skrupulatnym, poukładanym, który w swoim kajecie ma zapisane rozkłady linii lotniczych i spotkania z kochankami i według tego ustawia sobie życie osobiste. Wszystko w życiu lotnika idzie dobrze do momentu, w którym szefostwo przenosi go za stery nowego samolotu. Maszyna jest dużo potężniejsza i dużo szybsza... Jak łatwo się domyślić powoduje to olbrzymie komplikacje w życiu pilota, któremu dotychczasowy rozkład lotów i styl życia muszą iść w zapomnienie. Z kłopotów stara się wyciągnąć Maxa jego kuzyn z Polski Paweł i gospodyni domowa rodem zza naszej wschodniej granicy Nadia. Autorem przekładu sztuki jest Bartosz Wierzbięta, który odpowiadał już za tłumaczenie takich produkcji filmowych jak „Madagaskar" i „Shrek". W obsadzie zobaczymy: Mikołaja Roznerskiego, Karolinę Chapko, Adriannę Kalską, Annę Jarosik, Elżbietę Jarosik oraz Michała Meyera i Bogusława Kudłka. Bilety od 120 zł.



WODZISŁAWSKIE CENTRUM KULTURY

W kościele WNMP wystąpią chóry z całego regionu

Kalendarz imprez

JASTRZĘBIE-ZDRÓJ. Do 27 stycznia potrwa wystawa „U siebie w niebie" będąca połączeniem prac malarskich Aleksandry Sokkali i poezji Hanny Goszyc-Górecznej. Tematem ekspozycji są anioły i wszystko, co z nimi związane. Ekspozycja dostępna od poniedziałku do piątku, w godzinach od 8 do 19. Galeria Epicentrum mieści się przy al. Piłsudskiego 27.

RACIBÓRZ. Do 24 grudnia potrwa akcja „książka niespodzianka". Polega ona na tym, że w Bibliotece wybieramy książkę w ciemno, nie kierując się konkretnym tytułem autorem, ani nawet gatunkiem literackim. Organizatorzy imprezy zaręczają, że wypożyczenie w ten sposób książki może przynieść wiele radości.

RYBNIK. 28 grudnia o godz. 17. na deskach Teatru Ziemi Rybnickiej odbędzie się spektakl „Lekko nie będzie". Jest to zabawna francuska komedia obyczajowa poświęcona zagadnieniu różnicy wieku w związkach. Sztuka jest doborowo obsadzona. Wystąpią m.in. Jan Jankowski, Zofia Zborowska i Julia Rosnowska. Bilety w cenie 120 zł.

RYDUŁTOWY. 30 stycznia Rydułtowskie Centrum Kultury Feniks zaprasza od godz. 10 na odjazdowy bal sylwestrowy dla najmłodszych. Przewidziano m.in. laserowy paintball, neonowe animacje, warsztaty masek i kotylionów sylwestrowych, balonowe szaleństwo oraz przywitanie nowego roku szampanem o godzinie 12. Koszt 50 zł.

PSZÓW. 13 stycznia odbędzie się spektakl dla dzieci pchła szachrajka. W rolach głównych wystąpią lalki. Tytułowa bohaterka odwiedza wiele miejsc, przemierza lądy i oceany. Przygodom małej pchełki towarzyszy muzyka z lat 20. Bilety kosztują 10 zł.

WODZISŁAW ŚLĄSKI. 7 stycznia o godz. 15 Kościół Wniebowzięcia Najświętszej Marii Panny otwiera swoje podwoje dla wodzisławskiego kolędowania. Wystąpią chóry męskie, mieszane i młodzieżowe. Wstęp wolny.



motoryzacja

KUPIĘ
każdy samochód
osobowy i dostawczy
także do remontu
501 011 090
REKLAMA

KUPIĘ KAŻDĄ
TOYOTĘ i MERCEDESA
SPRINTERA
531 666 333
REKLAMA

AUTO SKUP - złomowanie. Tel. 604 793 348.

AUTO-SKUP - gotówka, najlepsze ceny, wszystkie marki i roczniki, dojazd do klienta. Tel. 515 274 430; 602 871 305.

HAKI holownicze Żory. 693 666 864, 609 878 115.

SPRZEDAM Renault Megane kombi, diesel (2006).723 462 063.

usługi

KOMPLEKSOWE remonty wnętrz, malowanie, tapetowanie, gładzie, kafelkowanie. remonty łazienek od A-Z. 604 505 516.

WYCINKA. 723 630 530.

BRUKOWANIE, koparka, płoty. 507 020 554.

DACHY - wszelkie pokrycia - kominy, rynny, podbitka. 790 697 213.

REMONTUJ Z NAMI łazienki, kuchnie, pokoje , NOWOŚĆ – gładzie gipsowe bezpyłowe. Kafelkowanie, przeróbki elektryczne, wodne, gazowe, sufity podwieszane. 601 978 308.

ROLETY, żaluzje - sprzedaż, montaż, serwis, 32 42 38 302, 606 397 347.

ROZBIÓRKI, wyburzenia, wywóz popiołu, gruzu, odpadów budowlanych. 667 296 518.

MYCIE OKIEN. 667 014 173.

DACHY, styropapa, renowacje 513 611 500

KOMINY - frezowanie, uszczelnianie, remonty. Tel. 513 611 500.

zdrowie i uroda

POGOTOWIE stomatologiczne (7 dni w tygodniu) 32 440 22 12

PEŁEN zakres usług stomatologicznych w narkozie 32/ 440 22 12

różne

ZESPÓŁ muzyczny, DJ - profesjonalnie. 500 700 662.

KUPIĘ każdą staroć. 570 750 357.

matrymonialne

POZNAM panią - może być z dzieckiem, wspólne zamieszkanie. 667 808 029.

mieszkania

POKÓJE do wynajęcia, garaże. 791 699 806.

Janusz Bieńkowski
specjalista kardiolog
• UKG, Holter, testy wysiłkowe
• USG-Doppler żył i tętnic
Rybnik, Kościuszki 61
Rejestracja: 531 110 033
lub www.kardiogine.pl
REKLAMA

POŻYCZKI
SZYBKO Z KOMORNIKIEM
32-260-00-33, 516-516-611
Pośrednik CDF S.C. firmy MATPOL FINANSE Sp. z o.o.
REKLAMA

Ogłoszenie o sprostowaniu oczywistej omyłki pisarskiej w obwieszczeniu o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu zmiany Studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania Gminy i Miasta Czerwionka-Leszczyny oraz przedłużeniu terminu w składania uwag.

Burmistrz Gminy i Miasta Czerwionka-Leszczyny prostuje oczywistą omyłkę pisarską w obwieszczeniu z dnia 9 listopada 2022 r. o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu zmiany Studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania Gminy i Miasta Czerwionka-Leszczyny, które opublikowano na stronie internetowej Urzędu Gminy i Miasta Czerwionka-Leszczyny oraz w Biuletynie Informacji Publicznej

W treści obwieszczenia widnieje:
- zapis o treści: „Uwagi i wnioski w postępowaniu w sprawie strategicznej oceny oddziaływania na środowisko, należy wnosić do Burmistrza Gminy i Miasta Czerwionka-Leszczyny na zasadach określonych w art. 18 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym w nieprzekraczalnym terminie **do 5-go stycznia 2022 r.**"
- a powinno być: „Uwagi i wnioski w postępowaniu w sprawie strategicznej oceny oddziaływania na środowisko, należy wnosić do Burmistrza Gminy i Miasta Czerwionka-Leszczyny na zasadach określonych w art. 18 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym w nieprzekraczalnym terminie **do 5-go stycznia 2023 r.**"

Jednocześnie, na podstawie art. 17 pkt 7 i 8 ustawy z dnia 27 marca 2003r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym zawiadamiam o przedłużeniu terminu składania uwag do wyłożonego w dniach od 24.11.2022 r. do 14.12.2022 r. w/w projektu zmiany studium.

Przedłużony termin składania uwag ustala się do dnia 26 stycznia 2023 r.

Pozostałe ustalenia pozostają bez zmian.

Burmistrz Gminy i Miasta
Czerwionka-Leszczyny
Wiesław Janiszewski

REKLAMA

PREZYDENT MIASTA ŻORY

działając zgodnie z art. 35 ustawy z 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (tekst jednolity Dz. U. z 2021 r., poz. 1899 ze zm.),

zawiadamia

o wywieszeniu na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Żory przy Alei Wojska Polskiego 25, III piętro (tablica ogłoszeń Wydziału Skarbu Miasta i tablica przed wejściem do urzędu) **XVII (siedemnastego) w 2022 roku** wykazu nieruchomości, przeznaczonych do zbycia, położonych w Żorach **przy ulicy Komunalnej 7 i przy ulicy Wodzisławskiej.**

Termin do złożenia wniosków przez osoby, którym przysługuje pierwszeństwo w nabyciu nieruchomości na podstawie art. 34 ust. 1 pkt 1 i 2 ustawy z 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (tekst jednolity Dz. U. z 2021 r., poz. 1899 ze zm.) – 6 tygodni od daty wywieszenia wykazu.

Wykaz zostaje wywieszony na okres od **21.12.2022 r. – do 11.01.2023 r.**

Prezydent Miasta Żory
mgr Waldemar Socha

REKLAMA

RADIO TAXI BRAVO
RYBNIK • ŻORY • WODZISŁAW ŚL. • RACIBÓRZ • RYDUŁTOWY • KNURÓW
32 42 39 000
ZAMÓW TAKSÓWKĘ
PRZEZ SMS
LUB ZADZWOŃ
606 46 0000
• Dojazd do klienta bezpłatny
• Odprowadzanie samochodów
• Pomoc w uruchamianiu samochodów
• Zakupy na telefon
• Dowóz dzieci pod wskazany adres
• Centrala czynna całą dobę
REKLAMA

enowiny.pl

TYGODNIK REGIONALNY Nowiny
Szukasz skutecznej reklamy?
Zadzwoń!
513 821 880 519 591 225

DYŻURY SZPITALI

RYBNIK: Orzepowice, ul. Energetyków, tel. 32/429 10 00.

JASTRZĘBIE: Al. Jana Pawła II, tel. 32/478 42 00.

KNURÓW: ul. Niepodległości 8, tel. 32/331 92 02.

ORZESZE: Szpitale w Mikołowie: ul. Waryńskiego 2, tel. 32/325 75 00, 32/325 75 31, ul. Okrzei 27, tel. 32/226 59 77 – 80.

RACIBÓRZ: ul. Gamowska 3, tel. 32/75 55 000.

RYDUŁTOWY: ul. Plebiscytowa 47, tel. 32/457 80 41 – 44.

WODZISŁAW: ul. 26 Marca 51, tel. 32/459 18 00.

ŻORY: ul. Dąbrowskiego 20 (os. Ks. Władysława), tel. 32/434 12 24, 32/434 12 45.

APTEKI CAŁODOBOWE

JASTRZĘBIE: DAMIAN, ul. Harcerska 9, tel. 32/471 91 22.

KNURÓW: Św. Barbary, ul. ks. Koziełka 8, tel. 32/235 13 64.

WODZISŁAW: VIVAT, ul. 26 Marca 18, tel. 32/455 25 52, ESKULAP, ul. 26 Marca 55, tel. 32/455 64 01.

RACIBÓRZ: Pod Różami, ul. Opawska 33, tel. 32/417 90 49.

TELEFONY AWARYJNE W CAŁYM REGIONIE

Centrum Powiadamiania Ratunkowego – 112. Policja – 997. Straż pożarna – 998. Pogotowie ratunkowe – 999. Pogotowie energetyczne – 991. Pogotowie gazowe – 992. Pogotowie ciepłownicze – 993, Pogotowie wodno-kanalizacyjne – 994. Straż miejska – 986.

RYBNIK: Policja, tel. 32/429 52 00, tel. 32/429 52 55. Komisariat w Boguszowicach, tel. 32/439 55 10.

Straż pożarna, tel. 32/439 58 00. Straż miejska, tel. 32/422 72 54. Stacja Pogotowia Ratunkowego, ul. Energetyków 46, tel. 32/428 73 64.

POGOTOWIA: Gazowe, tel. 32/422 34 19, 455 24 02. Wodno-kanalizacyjne (www.pwik-rybnik.pl), tel. 32/422 36 81 (całodobowy), 32/432 80 19, 693 411 199, 697 899 038. Ciepłownicze, tel. 32/422 49 56, 32/422 46 45.
Dźwigowe, tel. 32/422 40 85.
Służby komunalne, tel. 32/432 95 40.
ZGM, tel. 32/422 60 36, 32/429 48 60.
RSM – dyżur, tel. 32/42 210 014.

ŻORY: Policja, tel. 32/478 82 00. Straż pożarna, tel. 32/434 54 38. Miejski Ośrodek Dyspozycyjny, tel. 986, 32/434 14 10.

POGOTOWIA: Gazowe, tel. 32/434 37 18. Wodno-kanalizacyjne (www.pwikzory.pl), tel. 32/434 19 15. Ciepłownicze PEC, ul. Pszczyńska 54, tel. 32/434 91 00-01. Oświetlenie ulic – UM, tel. 32/434 81 44 w godz. 7.30-15.30.

TYGODNIK REGIONALNY Nowiny

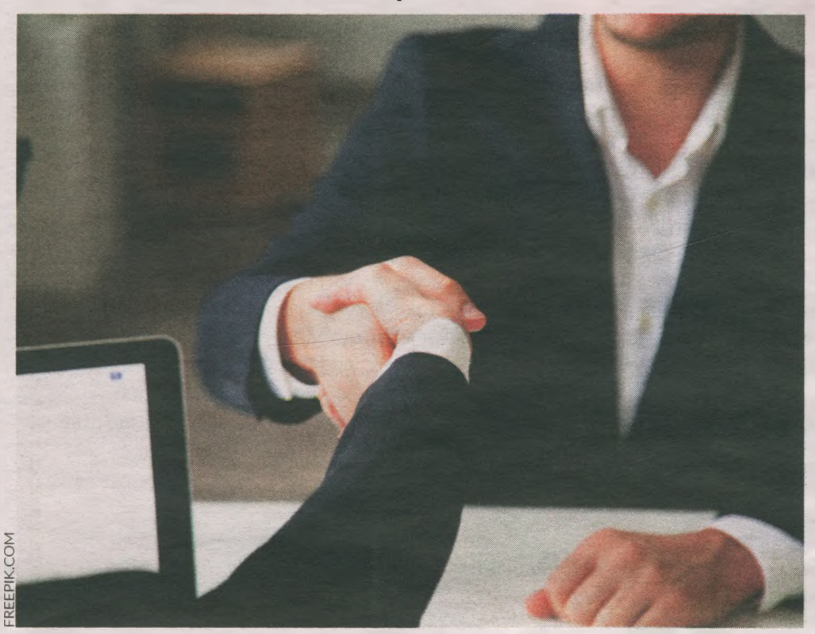
ADRES REDAKCJI
44-200 Rybnik
ul. Sobieskiego 15 (II piętro, pasaż)
redakcja@nowiny.rybnik.pl

Telefony: sekretariat: 32/440 73 50, 513 821 880
Redaguje zespół: REDAKTOR NACZELNY – Mateusz Staszek
WYDAWCA: Fundacja Profesjologia Aktywizacji Rynku Pracy
ŁAMANIE I SKŁAD: „Nowiny".
DRUK: POLSKA PRESS Sp. z o.o., Oddział Poligrafia, Drukarnia Sosnowiec. Nakład: 5500 egz.

BIURO OGŁOSZEŃ, REDAKCJA
RYBNIK, ul. Sobieskiego 15 (II piętro, pasaż)
(czynne: od poniedziałku do piątku od 8.00 do 16.00)
tel. 32/422 13 50, 32 440 73 50, 513 821 880, reklama@nowiny.rybnik.pl
REKLAMA

Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń, zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów i przeredagowywania nadsyłanych materiałów, nie zwraca materiałów niezamówionych

Ponad 1,3 mln umów o dzieło w tym roku


FREEPIK.COM

REGION. Od początku tego roku do ZUS-u zgłoszono 1,27 mln umów o dzieło. To o 6,5 proc. więcej niż w pierwszych trzech kwartałach z ubiegłego roku.

Od 1 stycznia 2021 roku regulacje związane z Tarczą Antykryzysową – pakietem przygotowanym przez rząd, który miał chronić państwo i obywateli przed kryzysem wywołanym pandemią koronawirusa – wprowadzono obowiązek informowania Zakładu Ubezpieczeń Społecznych o zawieranych umowach o dzieło (m.in. dane zamawiającego i wykonawcy, przedmiot dzieła). Zgłoszenia umowy można dokonać wypełniając formularz RUD. Na złożenie informacji do ZUS-u przedsiębiorcy mają siedem dni od dnia zawarcia umowy. Zwolnieni z obowiązku są przedsiębiorcy, którzy umowę o dzieło zawarli z własnym pracownikiem lub z osobą prowadzącą działalność gospodarczą, która złożyła oświadczenie, że realizowane w ramach umowy dzieło wchodzi w zakres prowadzonej przez nią działalności.

– W pierwszych trzech kwartałach 2022 roku przekazano do ZUS-u 853,6 tys. formularzy RUD, na których zgłoszono 1,27 mln umów o dzieło. W porównaniu z poprzednim rokiem odnotowano wzrost składanych formularzy RUD o 8 procent, a liczby zawieranych umów o dzieło o 6,5 procent. Dzięki rejestrowi wreszcie wiemy, ile w Polsce zawarto umów o dzieło, z kim oraz w jakich branżach. To nieocenione informacje dla państwa. Na pewno będą one pomocne do budowania polityki gospodarczej i tej związanej z rynkiem pracy – poinformowała prof. Gertruda Uścińska, prezes Zakładu Ubezpieczeń Społecznych

Najwięcej umów o dzieło wykonują mężczyźni. To największa grupa wykonawców umów cywilnoprawnych. Są to mężczyźni w wieku od 30 do 39 lat. Ponad 5 proc. wszystkich umów było zawieranych z cudzoziemcami. Najczęściej, , bo w 41 proc., byli to obywatele Ukrainy, co nie dziwi z racji na rozpoczętą 24 lutego 2022 roku inwazję przez Federację Rosyjską. Rzadziej, , bo w 14,7 proc., byli obywatele Białorusi. Na trzecim miejscu są Niemcy - 4,3 proc. Najwięcej osób wykonujących umowy cywilnoprawne pracowało w sekcji „działalność profesjonalna, naukowa i techniczna". **MS**

Aplikacja JSW nagrodzona przez Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej

JASTRZĘBIE-ZDRÓJ. Opracowana przez pracowników JSW aplikacja „Kopalnie JSW 360°" została doceniona w 48. edycji Ogólnopolskiego Konkursu Poprawy Warunków Pracy.

Aplikacja JSW została nagrodzona w kategorii „Przedsięwzięcie organizacyjne i edukacyjne". Materiały aplikacji zostały opracowane i zrealizowane przez siedmiu pracowników JSW S.A., JSW Szkolenie i Górnictwo oraz JSW IT Systems. Aplikacja umożliwia wirtualny spacer w oparciu o przygotowany przez pracowników scenariusz, a przy użyciu komputerowej myszki można samodzielnie eksplorować kopalnię. Niezapomniane wrażenia i bliski kontakt z codziennym życiem górnika i kopalni zapewnią jednak profesjonalne gogle VR. Projekt można nadal rozwijać, poszerzając go o kolejne obiekty i miejsca. Zaprojektowana przez grupę kapitałową JSW S.A. aplikacja jest pierwszym tego typu rozwiązaniem w Polsce w zakresie popularyzacji wiedzy o kopalni węgla kamiennego i występujących w niej zagrożeniach.

– W imieniu wszystkich laureatów, chciałem podziękować Pani Minister Marlenie Maląg oraz wszystkim współorganizatorom za przeprowadzenie kolejnej, 48. edycji konkursu oraz możliwość zaprezentowania opracowań związanych z poprawą bezpieczeństwa i warunków pracy. Nagrodę dla JSW dedykuję górnikom, którzy odeszli na wieczną szychtę. Przyznanie nagrody będzie motywacją do jeszcze cięższej pracy i podejmowania innowacyjnych rozwiązań technicznych, naukowo-badawczych i organizacyjnych w przyszłości – powiedział Edward Paździorko, zastępca prezesa zarządu JSW S.A.

Organizowany przez Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej Ogólnopolski Konkurs Poprawy Warunków Pracy jest dedykowany przedsiębiorstwom, instytucjom oraz pracownikom, a jego głównym celem jest rozpowszechnianie rozwiązań poprawiających bezpieczeństwo i warunki pracy. **MS**



MATEUSZ WŁODARCZYK / MINISTERSTWO RODZINY I POLITYKI SPOŁECZNEJ

Do 30 grudnia musisz założyć profil w PUE ZUS



Od 1 stycznia każdy płatnik składek obowiązkowo musi posiadać profil w platformie ZUS.

Zgodnie z przepisami ustawy z dnia 24 czerwca 2021 r. o zmianie ustawy o systemie ubezpieczeń społecznych oraz niektórych innych ustaw, od 1 stycznia 2023 roku każdy płatnik składek, ma ustawowy obowiązek posiadania profilu na Platformie Usług Elektronicznych (PUE) ZUS. Oznacza to, że do 30 grudnia 2022 roku każdy płatnik powinien taki profil założyć. Jeśli tego nie zrobi, ZUS sam założy płatnikowi taki profil. Obecnie z platformy Zakładu Ubezpieczeń Społecznych korzysta ponad 10,6 mln użytkowników, z czego ponad 89 proc. to osoby prowadzące własną działalność gospodarczą. Posiadanie profilu na platformie umożliwia załatwienie większości spraw w dowolnym czasie i miejscu. Na PUE przedsiębiorcy mają dostęp do zwolnień lekarskich pracowników oraz mogą sprawdzić stan swoich rozliczeń z ZUS-em. Mogą oni także korzystać z bezpłatnej aplikacji ePłatnik przeznaczonej do obsługi dokumentów ubezpieczeniowych. Założenie profilu na PUE ZUS jest bardzo proste. Wystarczy wejść na stronę www.zus.pl i kliknąć przycisk „Zarejestruj w PUE". Do dyspozycji są różne sposoby rejestracji: za pomocą profilu zaufanego lub bankowości internetowej, za pomocą kwalifikowanego podpisu elektronicznego, lub poprzez samodzielne wypełnienie formularza rejestracji. **MS**

Województwo śląskie z największym budżetem w historii


ANDRZEJ GRYGIEL / UMWS

REGION. Podczas ostatniej sesji radni przyjęli budżet na nowy rok. Wydatki sięgną blisko 3 mld złotych.

Projekt budżetu na 2023 rok został pozytywnie zaopiniowany przez Komisję Budżetu, Skarbu i Finansów, a także przez Regionalną Izbę Obrachunkową. W projekcie uchwały budżetowej dochód województwa oszacowano na poziomie 2 mld 745 mln i 27 tys. złotych. Zaplanowane wydatki sięgają 2 mld 925 mln i 840 tys. złotych. Priorytetowe zadania w nowym przedstawionym budżecie to m.in.: opracowanie i wdrożenie programu polityki zdrowotnej – wsparcia leczenia niepłodności metodą zapłodnienia pozaustrojowego - in vitro na lata 2023 – 2026 oraz efektywne wdrażanie Regionalnego Programu Operacyjnego 2014 – 2020. Wydatki na budowę i remonty dróg wojewódzkich stanowią ponad 66 proc. wydatków całego działu. Zaplanowana jest promocja gospodarcza całego regionu, w tym Stadionu Śląskiego poprzez organizację imprez sportowych i kulturalnych.

- Dochody przekroczą 2 mld 745 mln zł, a wydatki sięgną blisko 3 mld zł. Jesteśmy na drugim miejscu w kraju pod względem dochodów i wydatków. Jesteśmy na drugim miejscu pod kątem wydatków majątkowych, inwestycyjnych. To pokazuje naszą skuteczność w działaniu w trudnych czasach. Budżet potwierdza bardzo dobrą kondycję finansową regionu. Rosnące wpływy z podatku dochodowego od osób prawnych CIT są kolejnym dowodem na umacniającą się pozycję gospodarczą województwa na tle kraju. Na pewno priorytetem będzie zwiększenie w trakcie przyszłego roku środków na ochronę zdrowia, a w pierwszej kolejności na pokrycie ujemnego wyniku zakładów opieki zdrowotnej. Dołożymy starań, by bardziej efektywnie niż dotychczas wydatkować środki na szeroko rozumianą promocję województwa, w tym na zintensyfikowanie działań związanych z tworzeniem przyjaznych warunków dla inwestorów i eksporterów, przede wszystkim na rzecz internacjonalizacji MŚP – informuje marszałek województwa, Jakub Chełstowski. **MS**

Postawili się liderowi



DOMINIK GAJDA

Rybniczanie coraz lepiej radzą sobie na drugoligowych parkietach

RYBNIK. Siatkarze Volleya, rywalizujący na drugoligowych parkietach, punktowali w czterech ostatnich meczach i awansowali na 8. miejsce w tabeli.

Biorąc pod uwagę początek sezonu, taki wynik należy przyjąć z dużym szacunkiem i zadowoleniem. Przedłużenie tej serii wydawało się być bardzo trudne, ponieważ w ostatnią sobotę do Rybnika przyjechał lider z Jaworzna, który w bieżących rozgrywkach jeszcze nie przegrał.

Pierwsze dwa sety to spora dominacja przyjezdnych, którzy wygrali do 19. i 14., obejmując prowadzenie w meczu 2:0. Wydawało się wtedy, że lider szybko zamknie ten mecz i w dobrych humorach będzie wracał do Jaworzna. Inny plan mieli jednak rybniczanie. Podopieczni Wojciecha Kasperskiego dość niespodziewanie wygrali sety nr 3 i 4, doprowadzając tym samym do tie breaka. Decydującą partię na swoją korzyść rozstrzygnęli goście, ale ekipie Volleya należą się spore brawa za wyrównaną walkę z dominatorem drugoligowych rozgrywek.

Po przerwie świąteczno-noworocznej rybniczanie zagrają w Tychach. Mecz ten zaplanowano na sobotę 7 stycznia. **MP**

KOLEJKA 12.

Volley Rybnik – MCKiS Jaworzno 2:3 (19:25, 14:25, 25:18, 25:21, 12:15).
AT Jastrzębski Węgiel – MKS Andrychów 1:3 (25:23, 19:25, 16:25, 21:25).
AKS V LO Rzeszów – Kęczanin Kęty 2:3 (17:25, 12:25, 25:23, 25:21, 11:15)
Hutnik Kraków – Karpaty Krosno 3:2 (22:25, 25:13, 25:14, 21:25, 15:10).
Błękitni Ropczyce – MKS MOSiR Jasło 2:3 (25:17, 25:19, 15:25, 18:25, 10:15).
TKS Tychy – Extrans Sędziszów 1:3 (17:25, 32:34, 25:21, 11:25).

1. MCKiS Jaworzno	12 33 36:7
2. KS Hutnik Kraków	12 27 32:15
3. Karpaty Krosno	12 26 29:14
4. MKS Andrychów	12 26 27:15
5. Extrans Sędziszów	12 23 25:18
6. TKS Tychy	12 16 22:25
7. UMKS Kęczanin Kęty	12 15 21:26
8. Gamrat-MOSiR Jasło	12 12 17:27
9. TS Volley Rybnik	12 12 19:31
10. Błękitni Ropczyce	12 12 20:31
11. AT Jastrzębski Węgiel	12 10 17:30
12. AKS V LO Rzeszów	12 4 10:36

PO MECZU POWIEDZIELI

WOJCIECH KASPERSKI, trener Volleya

Punkt wyrwany głównemu faworytowi to wygranie tej ligi musi cieszyć. Pamiętajmy, że w pierwszym meczu w Jaworznie też był tie break. Wiadomo, że jak doprowadza się do piątego seta, to chce się wygrać cały mecz. Przez pierwsze dwa sety szukaliśmy sposobu na rywala, który grał na bardzo wysokim poziomie. Nie byliśmy w stanie przeciwstawić się ofensywie Jaworzna. Udało się to w III i IV secie. Szkoda błędów w tie breaku, bo uważam, że zwycięstwo w tym meczu mieliśmy po swojej stronie, to nie było tak, że rywal nas zdominował. U nas ciężko mówić o stabilizacji formy. Mamy swoje problemy, głównie zdrowotne, co przekłada się na jakość treningu. Dobrym prognostykiem na przyszłość jest to, że w ostatnich meczach zawsze była walka, nie oddajemy niczego za darmo. Mam nadzieję, że chłopcy zresetują się podczas świąt i w nowym roku nasza gra będzie jeszcze lepsza.

MARIUSZ JAJUS, kapitan Volleya

Może to dziwnie zabrzmi po porażce, ale jesteśmy zadowoleni. Zespół z Jaworzna to trochę inny wymiar, chcą grać o awans, w I rundzie nie przegrali ani jednego spotkania, stracili tylko jeden pkt. Rywal na początku spotkania był bardzo skoncentrowany i widać było, że chce szybko wygrać 3:0. Pierwsze dwa sety układały się po ich myśli, ale później to my doszliśmy do głosu. Mamy serię meczów, w których zdobywamy punkty i to na pewno cieszy. Musimy sobie powiedzieć, że w tym składzie nie jest łatwo grać z żadną, drugoligową drużyną. Chcemy jednak utrzymać II ligę w Rybniku i wierzę, że na koniec sezonu będzie dobrze.

Zabrakło skuteczność i MUKS ograł RMKS

RYBNIK. Koszykarki RMKS-u z ostatnich pięciu meczów wygrały cztery. Przegrały ostatni w Krakowie, a co gorsza kontuzji nabawiła się rozgrywająca rybnickiej ekipy Paulina Majda. Jej występ w niedzielnym meczu przeciwko MUKS-owi Poznań był wykluczony. To mocno skomplikowało sprawę trenerowi Adamowi Renerowi, który musiał wymyśleć, jak przeciwstawić się wiceliderowi pierwszoligowej tabeli.

Mecz długo był wyrównany. Co prawda w połowie II kwarty przyjezdne wypracowały sobie dziesięciopunktową przewagę, ale miejscowe kilka razy zbliżały się do swoich rywalek na kilka oczek. Na sześć minut przed końcową syrenę, po celnej trójce Bednarek, MUKS prowadziła, ale już tylko 59:54. Ostatnie minuty należały już jednak zdecydowanie do poznanianek, które ostatecznie cieszyły się z wygranej 74:58.

Nowy rok koszykarki z Rybnika rozpoczną od domowego starcia z Widzewem Łódź, które jest zaplanowane na środę 4 stycznia. Trzy dni później rybniczanki pojadą do Kątów Wrocławskich.



DOMINIK GAJDA

Rybniczanki po I rundzie mają sześć zwycięstw i sześć porażek

RMKS Xbest Rybnik – MUKS Poznań 58:74 (17:20, 14:21, 16:10, 11:23)
RMKS: Beata Jurczyńska 18, Dominika Bednarek 14, Martyna Czyżewska 13, Natalia Ferenc 6, Natalia Rudzińska 5, Paulina Hnida 2, Patrycja Pendziałek 0, Ewa Bacik 0. **MP**

1. Wisła CanPack Kraków	12	24	928-646
2. MUKS Poznań	12	23	901-695
3. Isands Wichoś J.G.	12	20	846-768
4. Lider Swarzędz	12	19	772-731
5. MOSiR Bochnia	11	18	803-666
6. Politechnika Korona Kr.	12	18	813-745
7. RMKS Xbest Rybnik	12	18	803-754
8. Kąty Wrocławskie	11	17	815-756
9. Ślęza II MOS Wrocław	11	16	714-689
10. Enea AZS II Poznań	12	16	761-826
11. Grot Widzew Łódź	11	13	630-755
12. AZS AJP II G. Wlkp.	11	12	576-827
13. UKS Aleksandrów Ł.	11	11	473-977

PO MECZU POWIEDZIAŁ

ADAM RENER, trener RMKS-u

To był bardzo ciężki mecz, głównie pod względem fizycznym. Tego się spodziewaliśmy, bo tak właśnie gra zespół z Poznanie. Nie ma żadnych pretensji do swoich zawodniczek. Zagrały na tyle, na ile potrafiły, była walka, a to w sporcie jest najważniejsze. Dopóki starczało sił, czyli przez pierwsze III kwarty, byliśmy blisko. Potem zespół z Poznania pokazał, dlaczego w tym sezonie przegrał tylko jeden mecz. Po naszej stronie zabrakło skuteczności z obwodu. Grając z tak silnym rywalem, musisz trafiać inaczej nie masz szans. Musimy oczywiście wziąć pod uwagę brak Pauliny Majdy, co było bardzo dużym osłabieniem. Po I rundzie mamy bilans sześć zwycięstw, sześć porażek. Jesteśmy z tego zadowoleni. Graliśmy dobrą koszykówkę. Oprócz dwóch meczy, w pozostałych mogliśmy walczyć o zwycięstwo. Chcemy taki bilans powtórzyć w II rundzie, co da nam awans do play off i być może uda się uniknąć rywalizacji z Wisłą Kraków, a to zagwarantuje emocje.

GKS odpoczywa

JASTRZĘBIE ZDRÓJ. W poniedziałek 28 listopada, zawodnicy GKS-u Jastrzębie wznowili treningi po dwutygodniowej przerwie. Podopieczni Grzegorza Kurdziela trenowali na własnych obiektach, a oprócz tego rozegrali dwa mecze sparingowe, w których zmierzyli się z trzecioligowym Rekordem Bielsko-Biała i pierwszoligową Skrą Częstochowa.

W planach był też mecz z Piastem Gliwice, ale ostatecznie nie udało się go rozegrać z powodu fatalnego stanu boiska. Oba sparingi jastrzębianie wygrali i teraz mają wolna aż do 9 stycznia.

– Do drużynowych treningów wracamy po nowym roku, a dokładnie 9 stycznia. Na okres przejściowy zawodnicy otrzymają jednak rozpiski indywidualne, które będą realizować we własnym zakresie. Będzie to praca nad aspektami tlenowymi i beztlenowymi, wybieganie, siłownia. Jedynie podczas dni świątecznych zawodnicy będą mieli wolne – mówi drugi trener GKS-u Jastrzębie, Damian Mikołowicz, cytowany na oficjalnej stronie internetowej klubu.

Podczas przygotowań w styczniu i lutym zaplanowano rozegranie dziewięciu meczów sparingowych z rywalami z pierwszej, drugiej i trzeciej ligi. W dniach 23-28 stycznia GKS przebywać będzie na obozie przygotowawczym.

GKS Jastrzębie – Skra Częstochowa 3:1 (3:0)
Bramki dla GKS-u: Daniel Stanclik (16.k, 35., 42.k))
GKS (I połowa): Michał Antkowiak - Bartosz Boruń, Mateusz Machała, Mateusz Słodowy, Dominik Kulawiak, Dariusz Kamiński, Kamil Jadach, Przemysław Lech, Farid Ali, Krystian Mucha, Daniel Stanclik.
GKS (II połowa): Grzegorz Drazik - Dawid Szkudlarek, Kacper Kawula, Filip Kozłowski, Remigiusz Borkała, Salvador Pryka, Nataniel Wybraniec, Jakub Kasperowicz, Dominik Konecny, Szymon Gołuch, Kacper Zych.
Rekord Bielsko-Biała – GKS Jastrzębie 1:2 (0:1)
Bramki dla GKS-u: Kacper Zych (33.), Dominik Konecny (87.)
GKS 1 połowa: Michał Antkowiak - Dominik Kulawiak, Yevgienii Zakharchenko, Filip Kozłowski, Bartosz Boruń, Krystian Mucha, Kamil Jadach, Kacper Jóźwicki, Dariusz Kamiński, Farid Ali, Kacper Zych
GKS 2 połowa: Grzegorz Drazik - Dominik Klimkiewicz, Kamil Bednorz, Kacper Kawula, Dawid Szkudlarek, Dominik Konecny, Daniel Szymczak (81' Nataniel Wybraniec), Jakub Kasperowicz, Miłosz Masala, Szymon Gołuch, Daniel Stanclik. **MP**

Kompletny Jastrzębski Węgiel w Lidze Mistrzów



DOMINIK GAJDA

Czwarty mecz w LM wygrali siatkarze z Jastrzębia

JASTRZĘBIE ZDRÓJ. W ramach 4. kolejki Ligi Mistrzów Jastrzębski Węgiel, aktualny wicemistrz Polski, podejmował we własnej hali mistrza Francji, Montpellier HSC VB.

W pierwszym starciu tych ekip górą byli jastrzębianie. W rewanżu również oni uchodzili za faworytów, pomimo braku dwóch, kontuzjowanych środkowych: Gladyra i Wiśniewskiego.

Pierwsze dwa sety pokazały, że Francuzi nie chcą oddać tego spotkania bez walki. Miejscowi rozstrzygali je na swoją korzyść, ale dopiero w samych końcówkach. Trzecia odsłona tego spotkania należała już bezapelacyjnie do podopiecznych Marcelo Mendezy, którzy wygrali tego seta do 20. i cały mecz 3:0.

To czwarte zwycięstwo Pomarańczowych w tegorocznej kampanii Ligi Mistrzów. Siatkarze z Jastrzębia praktycznie zapewnili sobie 1. miejsce w grupie i awans do ćwierćfinału bez konieczności rozgrywania meczu barażowego. W fazie zasadniczej jastrzębianie zagrają jeszcze z Vojvodiną NS Seme Novi Sad (wyjazd, 11.01) oraz VfB Friedrichsha (mecz domowy 25.01).

Jastrzębski Węgiel – Montpellier HSC VB 3:0 (25:23, 27:25, 25:20)
Jastrzębski Węgiel: Boyer, Tervaportti, Dryja, Macyra, Clevenot, Fornal, Popiwczak (libero) oraz Toniutti, Hadrava, Szymura.

Montpellier HSC VB: Faure, Veloso, Le Goff, Demyanenko, Dukić, Ferreira, Closter (libero) oraz Lecat, Halagahu. **MP**

1. Jastrzębski Węgiel	4	12	12:2
2. Friedrichshafen	4	8	10:6
3. Vojvodina	4	3	4:10
4. Montpellier	4	0	4:12

PO MECZU POWIEDZIAŁ

JAN HADRAVA, zawodnik Jastrzębskiego Węgla

Chcieliśmy wygrać ten mecz i zapomnieć o ostatniej porażce w lidze. Nasz rywal grał na zasadzie, że nie ma nic do stracenia. Bardzo mocno zagrywali, dobrze radzili sobie w ataku, pokazali, że potrafią grać w siatkówkę. Ja się cieszę jednak z tego, że punkty zostają w domu i w tabeli niewiele się zmieniło. Cały czas borykam się z problemami zdrowotnymi, wrócił już do nas Toniutti, niedługo dołączy Gladyr i będziemy prawie w komplecie. Teraz przed nami mecz w Katowicach, to będzie początek drugiej rundy, mam nadzieję, że dobrze ją rozpoczniemy i wygramy te derby.

Cracovia ograła MKKS

RYBNIK. Koszykarze z Rybnika po serii zwycięstw, doznali dotkliwej porażki z liderem z Katowic. Podopieczni Jakuba Krakowczyka chcieli jak najszybciej o tym zapomnieć i wrócić na zwycięski szlak. Okazją do tego była sobotnia potyczka z Cracovią z Krakowa, która jest w ligowej tabeli tuż nad MKKS-em. Mecz miał więc dodatkowy ciężar gatunkowy.

Niestety, od początku rywalizacji rybniczanie mieli problem ze znalezieniem odpowiedniego rytmu gry. Co prawda po I połowie przegrywali tyko jednym punktem, ale III kwarta, wygrana przez Cracovię aż 27:12 zdecydowała o ostatecznej porażce MKKS-u 80:70.

Rybniczanie kolejne spotkanie mają zaplanowane na sobotę 7 stycznia. Wtedy to zmierzą się na swoim parkiecie z rezerwami GKS-u Tychy. Początek meczu o godz. 18.

MKKS Rybnik – KS Cracovia 1906 Yabimo 70:80 (20:17, 16:20, 12:27, 22:16)
MKKS: Kacper Wydra 23, Piotr Kawczyński 13, Marcin Kosiorowski 11, Szymon Kukuczka 7, Adam Anduła 7, Maciej Krakowczyk 5, Igor Lewandowski 4, Tomasz Tomanek 0, Adrian Ścieszka 0. **MP**

1. AZS AWF Katowice	15	30	1544-972
2. Niedźwiadki Prz.	15	28	1415-956
3. Resovia Rzeszów	15	26	1454-1187
4. KK UR Bozza Kr.	14	26	1264-1122
5. KS Cr. 1906 Yabimo	15	25	1214-1159
6. Basket Hills Bie-B.	15	25	1197-1151
7. MKKS Rybnik	15	23	1212-1158
8. MKS II Dąbrowa G.	15	22	1241-1289
9. KKS Ragor	15	22	1162-1236
10. AZS AGH II Kr.	15	21	1188-1305
11. AK Iskra Częst.	15	21	1146-1292
12. GTK AZS Gliwice	15	20	1283-1321
13. MCKS Czeladź	15	19	1132-1398
14. GKS II Tychy	15	18	1055-1283
15. AZS Częstochowa	15	17	1031-1394
16. Wisła Kraków	14	14	956-1271

PO MECZU POWIEDZIAŁ

JAKUB KRAKOWCZYK, trener MKKS-u

Od połowy II kwarty przestaliśmy realizować pomysł na ten mecz. Gra stała się nerwowa i szarpana. Myślę, że to spotkanie powinniśmy wygrać lub przynajmniej doprowadzić do zaciętej końcówki. W IV kwarcie był taki moment naszego zrywu, ale piłka jak zaczarowana nie wpadała do kosza. Cracovia wykorzystała naszą niefrasobliwość. Taka porażka boli, bo był to rywal, z którym bezpośrednio bijemy się o jak najwyższe miejsce. Musimy sobie powiedzieć kilka gorzkich słów w szatni, bo nasze ambicje są wyższe, niż zadawalanie się zwycięstwami z niżej notowanymi rywalami. Musimy dojrzeć, zmężnieć żeby umieć odnosić zwycięstwa z ważnymi drużynami w tej lidze. Jestem rozgoryczony tą porażką, ale oceniając ten sezon, zrobiliśmy duży progres, natomiast w sporcie cały czas trzeba iść do przodu i się rozwijać

Wrócili na fotel lidera

JASTRZĘBIE ZDRÓJ. O ile w Lidze Mistrzów Jastrzębski Węgiel jest bezbłędny, o tyle w PlusLidze ostatnie tygodnie są dla Pomarańczowych dosyć trudne. Podopieczni Marcelo Mendeza przegrali trzy z czterech meczów rozgrywanych na przełomie listopada i grudnia. W ostatnią sobotę jastrzębianie pojechali na derbowe starcie z GKS-em Katowice.

Spotkanie od początku do końca przebiegało pod dyktando ekipy z Jastrzębia, która dość spokojnie wygrała 3:0. Katowiczanie w żadnym z setów nie zagrozili ekipie Marcelo Mendezy, a porażka w trzeciej partii do 16., dobitnie pokazuje różnicę klas. Po tym zwycięstwie jastrzębianie wrócili na fotel lidera PlusLigi.

W tym roku siatkarze z Jastrzębia rozegrają jeszcze dwa mecze: z Indykpolem AZS Olsztyn (wyjazd, 21.12, godz. 16:15) oraz LUK-iem Lublin (dom, 29.12, godz. 16:15).

GKS Katowice – Jastrzębski Węgiel 0:3 (21:25, 21:25, 16:25)
JW: Boyer, Toniutti, Dryja, Macyra, Clevenot, Fornal, Popiwczak (libero) oraz Hadrava, Tervaportti. **MP**

1. Jastrzębski Węgiel	16	41	44:12
2. Asseco Resovia Rzeszów	16	40	43:12
3. Aluron Warta Zawiercie	16	40	44:15
4. ZAKSA Kędzierzyn-Koźle	16	33	39:23
5. Trefl Gdańsk	16	27	31:25
6. PSG Stal Nysa	16	26	31:27
7. Indykpol AZS Olsztyn	16	25	32:29
8. PGE Skra Bełchatów	16	25	34:32
9. Ślepsk Malow Suwałki	16	24	30:32
10. Projekt Warszawa	16	23	29:28
11. LUK Lublin	16	21	29:36
12. GKS Katowice	16	17	23:37
13. Cuprum Lubin	16	16	21:37
14. Volley Club Barkom L.	16	15	25:41
15. Czarni Radom	16	9	15:44
16. BBTS Bielsko-Biała	16	2	7:47

ROW 1964 rozegra osiem sparingów

RYBNIK. KS ROW 1964 przedstawił plan przygotowań do piłkarskiej wiosny. Podopieczni Ołeksandra Szeweluchina rozpoczną je 10 stycznia, a 14 rozegrają pierwszy test mecz. W sumie będzie ich osiem. Najciekawiej zapowiadają się starcia z Odrą Wodzisław, Pniówkiem Pawłowice czy Polonią Bytom. Rybniczanie wyjadą także na krótki obóz przygotowawczy do Kamienia. Na ligowe boiska ROW wróci 11 marca. Wtedy to Zielono-Czarni zmierzą się na własnym stadionie z LKS-em Czaniec. **MP**

Sparingi ROW-u Rybnik
14 stycznia – ROW Rybnik (juniorzy)
21 stycznia – LKS 1908 Nędza (okręgówka Rybnik)
28 stycznia – BKS Stal Bielsko-Biała (okręgówka Bielsko)
4 lutego – Śląsk Świętochłowice (IV liga gr.1)
11 lutego – Odra Wodzisław (III liga gr.3)
13.02-18.02 – obóz przygotowawczy (Rybnik-Kamień)
18 lutego – Pniówek Pawłowice (III liga gr.3)
25 lutego – Polonia Bytom (III liga gr.3), mecz w Miechowicach
4 marca – GKS II Katowice (okręgówka Katowice), mecz na Rapidzie Katowice.

Zmiany w GKS-ie

JASTRZĘBIE ZDRÓJ. Jak poinformował klub GKS Jastrzębie – z funkcji prezesa zarządu odchodzi Adrian Brachaczek, a z funkcji wiceprezesa Tomasz Kocerba. W skład nowego zarządu wejdą Marta Goik, Adam Lechowski i Jakub Wiewióra.

– Jednocześnie informujemy, że nastąpiły także zmiany w Radzie Nadzorczej Klubu. W miejsce Adama Kulińskiego, który złożył rezygnację z członkostwa w Radzie Nadzorczej, powołany został Rafał Kowalczyk. Aktualnie w Radzie Nadzorczej Klubu znajdują się trzy osoby – Dariusz Balcerowski, Rafał Kowalczyk oraz Andrzej Kwiatek (jako przewodniczący) – czytamy w oficjalnym komunikacie. **MP**

Rybnik ma amatorskich mistrzów

RYBNIK. Rybnicki Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji pierwszy raz zorganizował cykl zawodów pn. Amatorskie Mistrzostwa Rybnika.

– Naszym założeniem było znalezienie najbardziej wszechstronnych, usportowionych rybniczan. Każdy, kto chciał zdobyć odznakę „Rybnicki Sportowiec 2022", musiał wziąć udział przynajmniej w siedmiu z 10 wydarzeń. Rozpoczęliśmy od zawodów narciarskich, a ostatnią imprezą cyklu były zawody w badmintonie – mówi Paweł Mitura-Zielonka z Działu Organizacji Imprez MOSiR-u. Oprócz wspomnianych dyscyplin, uczestnicy mistrzostw rywalizowali także podczas Biegu Wiosny, MTB Maroko Nowiny, a także musieli wykazać się w grze w ping-ponga, jeździe na rolkach, kajakarstwie, pływaniu, wieloboju lekkoatletycznym czy w sportach siłowych.

Finalnie, po dziesięciu imprezach najwięcej punktów wśród pań zdobyła Aleksandra Pfeifer (369 pkt), a wśród panów Łukasz Franczyk, który jako jedyny wystartował we wszystkich imprezach (385 pkt).

Oficjalne wręczenie zdobytych odznak oraz pucharów odbędzie się w środę 28 grudnia w punkcie informacji turystycznej Halo Rybnik.

– Mam nadzieję, że w przyszłym roku uda nam się zaprosić do rywalizacji większą liczbę uczestników. Oczywiście są konkurencje, w którym musimy ustawiać niskie limity, bo zawody nie mogą trwać cały dzień. Pierwsza edycja za nami, wyciągamy wnioski i już planujemy, co zmienić w przyszłym roku. Zapraszamy wszystkich chętnych uczestników Amatorskich Mistrzostw Rybnika do Halo Rybnik. Będzie okazja podyskutować o plusach i minusach cyklu – kończy Paweł Mitura-Zielonka. **MP**

Wyniki Amatorskich Mistrzostw Rybnika 2022:

Kobiety: 1. Aleksandra Pfeifer, 2. Agnieszka Brejnak, 3. Magdalena Kasprzak, 4. Barbara Mężyk, 5. Ewa Gitner-Szrajer.

Mężczyźni: 1. Łukasz Franczyk, 2. Mirosław Liszka, 3. Józef Pawelczyk, 4. Wacław Troszka, 5. Paweł Kwiotek.

Mistrzowie Rybnika w poszczególnych konkurencjach:

Narciarstwo alpejskie i snowboard: Natalia Motyka, Tomasz Zawadzki

Tenis stołowy: Aneta Trętowska, Maciej Krawczyk

Bieg na dystansie 5 km: Agnieszka Brejnak, Leszek Iwanca

Kajakarstwo: Sylwia Olesińska-Myśliwiec, Maciej Kotas

Pływanie: Mariia Prosolovskaia, Maciej Beda

Zawody siłowe: Kinga Pękała, Lech Skupień

Jazda na rolkach: Julia Wita, Bartosz Malinowski

Jazda na rowerze – MTB: Agnieszka Mojżesz, Jakub Dworczek

Wielobój lekkoatletyczny: Agnieszka Brejnak, Szymon Drzęźla

Badminton: Kornelia Pior, Robert


MOSIR RYBNIK
W boguszowickiej hali rywalizowali tenisiści stołowi


MOSIR RYBNIK
Zawody siłowe odbyły się na Rudzie


MOSIR RYBNIK
Sporym wyzwaniem dla uczestników mistrzostw były zmagania na rolkach


WACŁAW TROSZKA
Zawody pływackie z Rudy zostały przeniesione na Yntkę


MOSIR RYBNIK
Zawody narciarskie zainaugurowały cykl imprez mistrzowskich


MOSIR RYBNIK
Aleksandra Pfeifer (z prawej) wśród pań okazała się najlepsza


MOSIR RYBNIK
Zawody kolarskie odbyły się na Nowinach


MOSIR RYBNIK
Pniowiec był areną zmagań kajakarskich


WACŁAW TROSZKA
Finałową dyscypliną mistrzostw był badminton



MOSIR RYBNIK
Bieg Wiosny stał się częścią mistrzowskiego cyklu

Messstreifen zur Überprüfung der Druckqualität v. 2.90 2.0 qualityamore PolskaPress Sp. z o.o.