

Kolejny sukces Jakuba ŚLIWKI



STRONA 6

Miesięcznik bezpłatny

MAJ 2021

nowiny

ŻORSKIE

www.nowiny.pl | nw@nowiny.pl | Rok II | Nr 5 (6)

Historyczne zdjęcia żorzanina w niezwykłym albumie

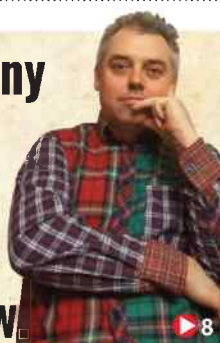


STRONA 2

Wycieńczony piesek odebrany właścicielowi



Szerokie plany na rozwój miasta w drugiej połowie XX w.



STRONA 8

Wystartował Żorski Budżet Obywatelski 2022.

2 mln zł na pomysły mieszkańców

STRONA 18

Skąd się biorą drzewa w lesie?

STRONA 4 - 5

Plan na 1000 nowych mieszkań w Żorach

Str. 3

Stworzyli akcję Jaskółka, by pomóc paniom w potrzebie



Tradycji stało się zadość.

319. raz dziękowali za ochronę od pożarów



319. Święto Ogniove w Żorach już po raz drugi przebiegło znacznie inaczej niż w poprzednich latach. Nie było koncertów, procesji z tysiącami wiernych, apelu z okazji Dnia Strażaka. Tegoroczne, choć skromne i okrojone wydarzenia zachowały jednak uroczysty charakter, a wiekowa tradycja nie została zapomniana. STR. 12

REKLAMA



DOKTOR KREDYT
SPECJALIŚCI OD KREDYTÓW

UPADŁOŚĆ KONSUMENCKA

SKUTECZNE

ODDŁUŻENIA

Pomożemy Ci! Zadzwoń!

Żory
Al. Jana Pawła II 2
(naprzeciw sądu)
791 699 499

STR. 13 - 16

dodatek specjalny | 18 maja 2021 roku

Moje finanse

I INWESTYCJE W 2021 ROKU



nowiny nowiny nowiny nowiny MAGAZYN RYBNICKI nowiny.pl

LOKATY | KREDYTY | NIERUCHOMOŚCI | UBEZPIECZENIA | ODSZKODOWANIA

Na wstępie



Szymon Kamczyk
Redaktor
Naczelny
Nowin
Żorskich

Luzowanie
i klucz do gry

Widzieli państwo tłumy w ogródkach letnich lokali w weekend 15 – 16 maja? Też widziałem, ba, sam wybrałem się na kawę do takiego ogródka. Nie ja jeden stęskniłem się za taką formą relaksu. Po odblokowaniu obostrzeń rządowych dot. noszenia maseczek w przestrzeni publicznej oraz również możliwości wypicia piwa czy kawy w ogródkach, ludzie wpadli w dobry nastrój i postanowili skorzystać z tego, jak się okazuje, przywileju. Obawiam się jednak, że restrykcje, mimo obecnego spadku zachorowań na COVID-19 pozostaną formą prowadzenia centralnej regulacji gospodarki, z wszystkimi tego minusami włącznie. Obym nie był złym prorokiem, ale pandemia dla rządzących jest dobrym pretekstem do zarządzania kryzysem i strachem. Cieszymy się jednak z obecnej sytuacji na tyle ile może ona potrwać, a życzyłbym sobie i Państwu, aby obostrzenia i rygory już nie wróciły.

Mam nadzieję, że już wkrótce będziemy mogli cieszyć się latem w pełni. Wrócą festyny pod chmurką i różnego rodzaju wydarzenia, jak koncerty czy gry terenowe. Muszę odnieść się do tych ostatnich, bo mam przyjemność być współautorem scenariusza do jednej właśnie z takich gier. Krótki felieton, który właśnie Państwo czytacie, jest jednym z kluczy, z których będą musieli skorzystać uczestnicy tej zabawy podczas jej trwania. Ich zadaniem będzie sprawdzenie otrzymanej koperty i wykorzystanie jej zawartości. Zachęcam również do organizacji tego typu wydarzeń, nawet w rodzinnym gronie. Podchody na harcerską nutę w lesie czy w mieście sprawią frajdę zarówno dzieciom, jak i rodzicom. Tych najmłodszych natomiast pozwolę odciągnąć od ekranów, co uważam jest wyjątkową zaletą.

Zdjęcia żorskiego fotografa w niezwykłym albumie o PRL

Wyjątkowa pozycja fotograficzna ukazała się w marcu na rynku wydawniczym. Album „PRL to jest-było to” prezentuje obszerną dokumentację fotograficzną życia społecznego, kulturalnego, politycznego w okresie PRL. Pomysłodawcą i inicjatorem publikacji jest artysta fotograf Jerzy Piątek z Kielc, a do prezentacji fotografii w niecodziennym zestawieniu zaprosił on żorskiego fotografa Józefa Ćwieka, który uwiecznił m.in. załogę Kopalnianej Stacji Ratow-

nictwa Górniczego z KWK XXX-lecia PRL podczas dyżuru oraz ćwiczeń w Okręgowej Stacji Ratownictwa Górniczego w Wodzisławiu Śląskim.

– Opis tego okresu w historii politycznej i społecznej Polski, jakim był PRL, jeszcze długo nie będzie pełny i zadowalający wszystkich zainteresowanych. Również tytuł, jaki Jerzy Piątek nadał zebranym w tym albumie fotografiom: „PRL to jest-było to”, nie przesądza o zamknięciu tematu, jakkolwiek wsparty jest znaczą-

wiedzą i osobistym doświadczeniem tego twórcy. Wykorzystał on tu wiele własnych fotografii dokumentujących życie społeczne w Polsce od lat 1970-tych, znanych choćby z jego autorskiego albumu „Smutek i urok prowincji” – pisze Adam Sobota we wstępie do niezwykłej publikacji.

Na 400 stronach albumu o formacie większym niż A4 zawarto setki fotografii. To dorobek ponad 60 autorów, fotografików z różnych stron Polski. Jest to monumentalna praca, a Album jest fotograficznym kompendium wiedzy o trudnym, ale też niezwykle ciekawym okresie PRL.

W OSRG w Wodzisławiu

Do udziału w tym projekcie zaproszono również fotografa i byłego dziennikarza z Żor – Józefa Ćwieka, który wielokrotnie prezentował swoje prace na wystawach krajowych, w Tourcoing-Francja, oraz w naszym regionie, a teraz zyskał możliwość współtworzenia historycznego dzieła. – Na razie powstało 500 egzemplarzy albumu, które przede wszystkim trafiły do instytucji związanych z kulturą i historią, ale także do pasjonatów fotografii – mówi nam Józef Ćwiek, jak sam siebie określa „kronikarz górnictwa”. Nie mogło być więc inaczej, że na jego fotografiach w albumie odnajdziemy tematykę górnictwa. – Pierwsze zdjęcie przedstawia zastęp

członków drużyny ratowniczej KSRG z Kop. XXX-lecia PRL w Okręgowej Stacji Ratownictwa Górniczego w Wodzisławiu Śląskim. Były to wówczas dyżury przez 2 tygodnie non stop. Na zdjęciu pierwszy z prawej to kierownik OSRG, a następni są ratownicy, z których jeden był również awaryjnym kierowcą. To było w 1976 roku, w tym czasie kierownikiem pogotowia był inż. Bogusław Karwot, również mieszkaniec Żor – opowiada żorzanin.

Zdjęcie z ćwiczeń

– Druga fotografia wykonana została rok później, w 1977 roku podczas szkolenia i ćwiczeń ratowniczych z obsługi gazowego agregatu gaśniczego. Na zdjęciu pracownicy kopalni XXX-lecia PRL, elektrycy i ślusarze, skierowani na te ćwiczenia. To mieszkańcy m.in. Żor, Brennej, Pawłowic, Markłowic i Jastrzębia-Zdroju.



To wspomnienia, które archiwizowałem – wspomina Józef Ćwiek. W nowym albumie życie i praca górników mają szczególne miejsce. Sporo jest zdjęć związanych ze śląską kulturą, ale także z codziennością,

w miastach i na wsi. Album trafił już m.in. do Muzeum Miejskiego w Żorach i KSSE w Katowicach, ale wszyscy zainteresowani tą pozycją wydawniczą mogą również zamówić dla siebie egzemplarz bezpośrednio pod numerem tel. 509 795 743 (Jerzy Piątek) oraz 41 34416 82 (wydawnictwo Apla).

Szymon Kamczyk



Józef Ćwiek prezentuje swoje zdjęcia w albumie „PRL to było to”, którego kuratorem jest Jerzy Piątek



Zdjęcie Józefa Ćwieka z 1976 roku, wykonane w Okręgowej Stacji Ratownictwa Górniczego w Wodzisławiu Śląskim

SACHSE
AGENCJA PRACY TYMCZASOWEJ
(CERTYFIKAT NR 5950)
POSZUKUJE DO PRACY w Austrii i Niemczech:
hydraulików, elektryków, ślusarzy, spawaczy, mechaników, techników CNC, stolarzy, malarzy, dekarzy – blacharzy, tapicerów z językiem niemieckim
Kontakt: tel. 602392876
praca@sachse.eu | www.sachse.pl

**TU ZNAJDZIESZ
NOWINY ŻORSKIE**

WISŁANKA

Żory, ul. Katowicka 10
www.galeriawislanka.com

Piekarnia Grzegorz Karwot, ul. Mikołowska 26
Sklep ABC, ul. Główna 85
Restauracja Pod Arkadami
ul. Dolne Przedmieście 1
Piekarnia „U Jarka”, ul. Wodzisławska 132
Česka Hospoda u Pepika, ul. Kościuszki 11

Plan na ponad 1000 nowych mieszkań

Radni na ostatniej sesji podjęli uchwały dotyczące dokapitalizowania miejskich spółek Przedsiębiorstwa Wodociągów i Kanalizacji w Żorach oraz Zakładów Techniki Komunalnej w Żorach. Pierwsza z uchwał jest sprawą formalną, natomiast druga, dotycząca ZTK przedstawia konkretny plan na budownictwo mieszkaniowe w Żorach do 2035 roku.

– Projekt uchwały nie wprowadza nic nowego, a jest tylko powtórzeniem zobowiązań, które gmina przyjęła uchwałą w 2015 roku – powiedział podczas ostatniej sesji rady miasta prezydent Waldemar Socha.

W międzyczasie nastąpiła zmiana w kapitale spółki, a udziałowcem został NFOŚiGW, dlatego radni musieli ponownie podjąć uchwałę. Po podwyższeniu kapitału

przez radę miasta zmienił się natomiast stosunek udziałów miasta i NFOŚiGW. Komisja rozwoju gospodarczego i budżetu zaopiniowała pozytywnie projekt, a w związku z tym radni także jednogłośnie przyjęli uchwałę podwyższającą kapitał PWiK w Żorach.

Dokapitalizowanie ZTK na budowę mieszkań

– Ta uchwała ma zastąpić inną uchwałę podjętą przez państwo w 2016 roku. Chodziło wtedy o wsparcie ZTK Sp. z o.o. w realizacji wielkiego programu „Z przyszłością w Żorach”, czyli budowie mieszkań czynszowych. Wtedy nasza pomoc przybrała formę umowy wsparcia, później pamiętacie państwo, że tego typu umowy zaczęto zaliczać jako tytuł dłużny gminy, dlatego podjęliśmy kroki, aby zmienić sposób finansowania tego co już zostało wybudowane i budowy następnych budynków – wyjaśnił prezydent. Urzędnicy wymyślili, że gmina zawrze z ZTK umowę na realizację budowy mieszkań, a zobowiązanie, które wynika

z finansowania tych inwestycji będzie obciążać tylko ZTK, a nie będzie już długiem gminy. – Jednocześnie nasze zobowiązanie do podwyższania kapitału ulegnie zmniejszeniu – dodał Waldemar Socha. Do roku 2035 gmina ma podwyższyć kapitał ZTK o 55,2 mln zł.

Miliony w kolejnych latach

O ile kapitał spółki ma być podwyższany w najbliższych latach, a co za tym idzie, ile pieniędzy zostanie wydane na budowę nowych mieszkań? W roku 2021 miasto wniesie do spółki 1,3 mln zł. W roku 2022 będzie to 3,2 mln zł, a w 2023 aż 6,9 mln zł. W roku 2024 kapitał spółki ma być podwyższony o 5,9 mln zł, a w 2025 roku aż o 7,7 mln zł. Ostatecznie do 2035 roku gmina wniesie do spółki 55,2 mln zł, które będą przeznaczone na realizację zadania samorządu, czyli budowy nowych mieszkań. W zamian za dokapitalizowanie spółki gmina obejmie 55,2 udziałów w ZTK po 1000 zł każdy. Radni przyjęli uchwałę i nowy plan wsparcia w najbliż-



Temat dokapitalizowania spółek wyjaśnił radnym prezydent Waldemar Socha

szych latach ZTK 19 głosami za i 1 głosem przeciw.

Przypomnijmy, że w samym trwającym obecnie 2. etapie

projektu „Z przyszłością w Żorach” oddanych do użytku ma zostać aż 288 lokali mieszkalnych. Ostatecznie do końca

trwania programu w Żorach ma powstać ponad 1000 nowych mieszkań komunalnych.

Szymon Kamczyk

Szukasz powodu do zakupu hybrydy?
Mamy dwa.

Kia Sorento Hybrid oraz Plug-in Hybrid.

KIA
Movement that inspires

Już od
159 900 PLN

ETRANS

ul. Leśna 1, 43-170 Łaziska Górne

T: 32 32 57 412 | E: sprzedaz.etrans@kiamotors.pl | www.etrans.pl

Zużycie paliwa / emisja CO₂: 1,6–7,5 l/100 km / 38–170 g/km. Cykl mieszany. Wartości zużycia paliwa i emisji (cykl WLTP) wynikają z wersji/wariantu pojazdu oraz z jego wyposażenia. Dane zużycia paliwa mają charakter porównawczy i zostały uzyskane na stanowisku pomiarowym zgodnie z wymaganiami Rozporządzenia (WE) 715/2007, uzupełnionego Rozporządzeniem Komisji 2017/1151. Wartości rzeczywiste mogą być inne w zależności od warunków i stylu jazdy. 7 lat / 150 000 km gwarancji. Szczegółowe okresy gwarancji oraz jej warunki określone są w książce gwarancyjnej.



Skąd się biorą d

Czy zastanawialiście się kiedyś, skąd biorą się drzewa w lesie? Te duże były w nim od zawsze (tak nam się wydaje), ale te całkiem małe, które na przykład tej wiosny w lasach Nadleśnictw Rybnik i Rudy Raciborskie, posadzili leśnicy? Postanowiliśmy prześledzić drogę młodego drzewka.

Przebywając w lesie rzadko zastanawiamy się, skąd się wzięły okazałe drzewa nad naszymi głowami. Często nie zdajemy sobie sprawy, że większość z nich posadził człowiek i to dziesiątki lat temu. Podczas wiosennej wycieczki będziemy mijać drzewa w różnym wieku, różnych gatunków, niekiedy drzewa już martwe, zwane przez leśników posuszem, czasem drzewa przewrócone z korzeniami lub złamane przez wiatr, albo ścięte w ramach działalności leśnej. Niekiedy na drzewach zaobserwujemy gniazda ptaków czy dziuple wydłubane w pniach przez dzięcioły, albo efektownie wyglądające zielone kule, które tworzy w koronach drzew jemioła. W lesie życie toczy się w określonym cyklu i naturalną kolejną rzeczą jest, że młode pokolenie drzew zastępuje z czasem to starsze. Kiedy to następuje? Tu nie ma sztywnych reguł. Życie drzewa może zakończyć się gwałtownie, jak podczas huraganu z 7 lipca 2017 roku, kiedy to silny wiatr w kwadrans połamał około pół mln sztuk drzew na powierzchni prawie 1000 hektarów. Drzewo może również zamierać powoli, wskutek chorób powodowanych przez grzyby, owady czy wspomnianą wcześniej jemiołę. Oczywiście w lasach zagospodarowanych większość drzew zostaje wycięta po osiągnięciu odpowiedniego wieku, dzięki czemu możemy cieszyć się wszechobecnym w naszym życiu drewnem.

ALE OD POCZĄTKU... CZYLI NASIONA. SKĄD WŁAŚCIWIE BIORĄ SIĘ NASIONA, Z KTÓRYCH WYRASTAJĄ MŁODE DRZEWKA?

Żyjemy w czasach, kiedy właściwie wszystko możemy kupić. Czy zatem nasiona także można kupić w internecie? Tak. To częściowo jest



Małe sadzonki sosny za chwilę opuszczą szkółkę w Nędzy i zostaną posadzone w lesie

prawdą. Istnieją specjalistyczne firmy, które zajmują się handlem nasionami drzew leśnych. Jednak z uwagi na obowiązujące w Polsce przepisy, leśnicy muszą przestrzegać regionalizacji nasiennej. W skrócie chodzi o to, że drzewa na przetrzaskaniu setek, a raczej tysięcy lat przystosowały się do warunków panujących w określonym regionie i dlatego nie wolno tam sadzić drzew wyhodowanych z nasion pochodzących z innych regionów. Dla przykładu, sadzonki drzew wyhodowane z nasion zebranych w śląskich lasach nie wolno wysadzać w lasach Pomorza czy na Podlasiu i odwrotnie. To samo dotyczy zróżnicowania wysokościowego, czyli nasiona z nizin nie mogą służyć do hodowli drzew, które zostaną posadzone w górach. Jeśli zatem nie wolno tych nasion kupić, to skąd leśnicy je mają? Oczywiście z lasu, a dokładnie

z drzewostanów nasiennych, czyli specjalnie wybranych do tego celu fragmentów lasu. Dodatkowo nasiona można zbierać ze specjalnych plantacji nasiennych.

Jeśli udam nam się już zebrać nasiona, to trzeba je odpowiednio przechować do czasu wysiewu. Na przykład żołędzie trafiają do leśnego „spa”, gdzie poddawane są zabiegowi termoterapii w cieplej wodzie, a następnie trafiają do chłodni, w której w temperaturze -3°C mogą być przechowywane nawet 3 lata. Nasiona buków po wstępnym podsuszeniu trafiają do chłodni o temperaturze -10°C , w której mogą przebywać ponad 3 lata. Oczywiście każdy gatunek drzewa wymaga innego sposobu zbioru, przechowywania i przygotowania nasion do wysiewu. Leśnicy tę część swojej działalności nazywają nasiennictwem leśnym.

NO DOBRZE. MAMY JUŻ NASIONA. LAIKOWI MOGŁOBY SIĘ WYDAWAĆ, ŻE TERAZ NIE MA JUŻ NIC PROSZSZEGO NIŻ WYSIAĆ NASIONA, A JEDYNY NIEZBĘDNY SPRZĘT TO DONICZKA, KAWAŁEK ZIEMI I KONEWKA. CZY TO RZECZYWIŚCIE WYSTARCZY?

Gdybyśmy chcieli wyhodować kilka drzew na potrzeby naszego ogrodu, to z pewnością taki zestaw wystarczyłby w zupełności. Jednak leśnicy z Nadleśnictwa Rudy Raciborskie, w ramach którego funkcjonuje w miejscowości Nędza jedna z największych w Polsce kontenerowa szkółka leśna, potrzebują zdecydowanie więcej doniczek, substratu torfowego i ramp deszczujących, które zastąpiły konewki. Co roku wyjeżdża stąd około

8 milionów młodych drzewek sosny, świerka, modrzewia, dębu, buka, olszy, klonów, lipy, jodły i wielu innych. Liczba ta wystarcza na posadzenie około 1200 ha nowego lasu! Sadzonki z Nędzy trafiają nie tylko do lasów Nadleśnictwa Rudy Raciborskie czy Rybnik, ale też do kilkunastu nadleśnictw w Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Katowicach. Należy też podkreślić, iż sadzonki z Nędzy często są kupowane przez leśników z Czech, Austrii i Szwecji. Oczywiście wcześniej muszą dostarczyć do szkółki odpowiednie nasiona.

Z uwagi na dużą skalę hodowli sadzonek w szkółce w Nędzy wszystkie prace muszą być przemyślane i perfekcyjne ze sobą połączone. Nawet niewielkie błędy w procesie hodowlanym mogą oznaczać tysiące zmarnowanych nasion i sadzonek. Leśnicy od czasu katastrofalnego pożaru lasu

w 1992 roku zdobyli ogromne doświadczenie w hodowli sadzonek. Proces technologiczny jest stale ulepszany, a każdy gatunek traktowany wyjątkowo. Leśnicy wspominają przykład świerka, który mimo starań w początkowej fazie rósł słabo. Okazało się, że młodym sadzonkom (krótko po skielkowaniu) potrzebna jest... dodatkowa pobudka. O określonej godzinie w środku nocy, nad sadzonkami włączają się silne reflektory, które przejeżdżając nad roślinami udają dzień. Następnie reflektory gasną i następuje noc, ale dla rośliny jest to już kolejna noc. Metoda ta przyspiesza skomplikowane fizjologiczne procesy wzrostowe, dzięki czemu młode świerki rosną znacznie lepiej.

Gospodarstwo Szkółkarskie w Nędzy, bo tak brzmi poprawnie nazwa tej szkółki leśnej, zostało wybudowane w 1997 roku. Głównym elementem szkółki jest automatyczna linia siewu i napełniania kontenerów, czyli plastikowych doniczek, w których rosną sadzonki. Równie istotna część szkółki to namioty foliowe, w których odbywa się pierwszy etap wzrostu sadzonek, czyli kiełkowanie nasion. Wspomniane wcześniej chłodnie do przechowywania nasion wraz z szafami do poduszowania nasion i linią do termoterapii stanowią blok nasenny. Fundamentalną rzeczą dla hodowli sadzonek w doniczkach jest dobrej jakości podłoże. Nadleśnictwo go nie kupuje, ale z wykorzystaniem linii produkcyjnej wytwarza je samodzielnie. Głównym składnikiem substratu jest torf wysoki pochodzący z krajów nadbałtyckich (Litwa, Łotwa, Estonia). Po dodaniu do niego kilku składników powstaje odpowiednie podłoże do hodowli niemal wszystkich gatunków drzew i krzewów leśnych. Na uwagę zasługuje fakt, że w całej Polsce znajdują się tylko dwie wytwórnie substratów

Drzewa w lesie?

torfowych na potrzeby szkółek kontenerowych. Oprócz tej w Nędzy druga znajduje się w Olsztynku koło Olsztyna.

Wspomniany wcześniej pożar lasu z 1992 roku spowodował katastrofalne wyjąłowanie gleb leśnych, co skutkowało wysoką śmiertelnością młodych drzewek, które były tam wprowadzane. Aby temu przeciwdziałać, właśnie w szkółce w Nędzy powstało laboratorium mikoryzowe, czyli wytwórnia specjalnego biopreparatu. Pozwala on na hodowlę sadzonek zmikoryzowanych, czyli zaszczerpionych grzybem mikoryzowym, który wydatnie poprawia warunki wzrostu i rozwoju młodym drzewkom nawet w bardzo trudnych warunkach. Mikoryza to ścisły związek korzeni drzew z grzybem, z którego oba czerpią korzyści. Drzewo otrzymuje od grzyba pobieraną z gleby wodę z solami mineralnymi, a grzyb od drzewa produkty asymilacji, czyli głównie cukry, których sam nie jest w stanie wytworzyć. Mikoryza jest zjawiskiem powszechnym w przyrodzie i niezbędnym dla zachowania zdrowych lasów.

I w tym przypadku także mamy powód do dumy, gdyż w Polsce istnieją tylko dwa tego typu laboratoria. To drugie znajduje się w Leśnym Banku Genów w Kostrzycy koło Karpacza.

Pomimo licznych i zaawansowanych technologicznie urządzeń, część procesu technologicznego w Gospodarstwie Szkółkarskim musi być wykonana przez człowieka ręcznie. Do takich właśnie prac należy wysiew nasion dębów, buków, klonów, wiązów, pielienie chwastów i sortowanie sadzonek.

SADZĄ DLA PRZYSZŁYCH POKOLEŃ

Wiosna to okres bardzo intensywny dla Gospodarstwa Szkółkarskiego w Nędzy i niejako zwieńczenie całorocznej pracy. Codziennie wyjeżdżają stąd samochody wyładowane sadzonkami. Dobór gatunków, które sadi się w danym miejscu jest bardzo ważny. Decydującą rolę odgrywają tu warunki glebowe. Wiadomym jest przecież, że gatunki drzew leśnych charakteryzują się pod tym względem zróżnicowanymi wymaganiami. Kiedyś sadiło się głównie sosnę, a w górach świerka, gdyż gatunki te w relatywnie krótkim czasie dostarczały znacznych ilości drewna. Taki był wówczas stan wiedzy o gospodarce leśnej. Dzisiaj leśnicy mają zdecydowanie większą wiedzę i doświadczenie, które zdobyli bacznie obserwując przyrodę. Dlatego dziś wkłada się dużo wysiłku, aby lasy były w przyszłości bardziej różnorodne. Preferowane są gatunki rodzime, obok dębów i buków sadi się również lipy, jawory, klony, graby, czy dość rzadkie dziś wiązy. Oczywiście z uwagi na wspomniane wcześniej warunki glebowe (ubogie gleby piaszczyste) sosna wciąż pozostaje naszym głównym gatunkiem leśnym. Ta cenna różnorodność biologiczna lasu, to nie tylko liczne gatunki drzew, ale także zróżnicowanie pod względem wieku. Aby na danym obszarze rosły drzewa w różnym wieku, konieczne są cięcia, aby przygotować miejsce dla nowego pokolenia lasu. Warto też podkreślić, że młodym drzewom łatwiej przychodzi adaptacja do zmieniających się warunków wzrostu i rozwoju niż starym drzewom. I tak na przykład mogą wykształ-

cić dłuższy system korzeniowy w przypadku deficytu wody w glebie, podczas kiedy drzewa dojrzałe nie posiadają już takich możliwości. Z drzewami jest trochę tak jak z ludźmi, w starszym wieku częściej chodzimy do lekarza, a nasze zdolności regeneracyjne ulegają obniżeniu...

Nie zapominajmy, że te małe dziś drzewka będą kiedyś najstarszymi w lesie, tak jak dzisiejszy starodrzew przed stu laty był młodą – o wysokości zaledwie metra – uprawą. Tak wygląda cykl i przemiana pokoleń w lesie. Leśnik musi mieć wizję, jak ten nowy, posadzony dziś las będzie wyglądał za lat sto albo i więcej.

POSADZILIŚMY MŁODE DRZEWKA. I CO DALEJ?

Niestety dobrze wyglądające nasiono, czy sadzonka nie dają jeszcze gwarancji, że wyrosną z nich okazałe i równie piękne drzewa. Bez odpowiednich zabiegów pielęgnacyjnych młode drzewka zostałyby wyparte przez bardziej ekspansywne rośliny. Dlatego w pierwszych latach po posadzeniu konieczne jest co najmniej jednokrotne w danym roku wykaszanie chwastów na uprawach leśnych. Uwagę zwraca również fakt, że część młodych drzewek jest ogrodzona siatką. To najczęściej gatunki liściaste, tak bardzo pożądane w naszych zdominowanych przez sosnę lasach. Leśnicy w ten sposób koniecznie przed szkodami powodowanymi przez jelenie i sarny, dla których stanowią one swoisty rarytas. Leśnicy sadzą młode drzewka w dość dużym zagęszczeniu. Dlatego młody las jest początkowo taki gęsty. Z biegiem lat, po uważnej ocenie części z drzew zostanie wycięta, a młodnik przerzedzony. Zo-

stawiane będą drzewa najlepiej rokujące. To trochę tak jak z uprawą marchewki w naszych ogródkach, którą trzeba przerywać, aby urosły nam dorodne warzywa. Gęsty młodnik spełnia różne funkcje w lesie. Daje bezpieczną ostoję zwierzyźnie i ptakom, chroni przed wiatrem i chłodem, a w lecie daje cień. Drewno z tzw. czyszczeń, bo tak się nazywa zabieg jego przerzedzania, wykorzystane jest do produkcji papieru lub płyt wiórowych. Pamiętajmy także, że młode drzewa, podobnie jak te stare, produkują tlen.

Martwa materia organiczna i rozkładające się drewno w lesie są oczywiście bardzo potrzebne. Stanowią miejsce rozwoju dla licznych gatunków zwierząt i roślin zwiększając różnorodność biologiczną. Leśnicy zawsze zostawiają część starych drzew w lesie. Warto, aby podczas spaceru zatrzymać się przy jakiejś pozbawionej drzew powierzchni i zwrócić uwagę na kępy starych drzew, które nie zostały wycięte. Zgodnie z założeniami, mają one pozostać aż do naturalnej śmierci drzew, a potem drewno ma ulec rozkładowi. Podobny cel przyświecał leśnikom na obszarze pokłęskowym z lipca 2017 roku. Wszystkie wyrwane korzenie po złamanych drzewach zostały złożone w lesie, aby uległy naturalnemu rozkładowi. Uważny obserwator zauważy, że pomiędzy tymi potocznie nazywanymi „pniami” rosną już małe sadzonki drzew. Bo martwe drewno w lesie jest ważne, ale żywe jest ważniejsze.

KTO LEPIEJ SADZI, NATURA CZY LEŚNIK?

Od lat trwa dyskusja, czy gospodarka leśna jest potrzebna. Przecież wszyscy wiemy, że las



Mimo nowoczesnych technologii wykorzystywanych w szkółce kontenerowej, wiele czynności trzeba wykonać ręcznie. Na zdjęciu selekcja nasion buka



Wiosna to czas intensywnych prac nasadzeniowych. Każde młode drzewko sadzone jest ręcznie przez doświadczonych pracowników

rośnie sam. Co więc stoi na przeszkodzie, aby las odnawiał się również sam? Między innymi czas. Leśnicy są w stanie sprawić, aby w miejscu po wyciętych drzewach w perspektywie kilku lat rósł już młody, złożony z co najmniej kilku gatunków, las. Co więcej, ustawa o lasach nakłada obowiązek posadzenia nowych drzew najpóźniej do pięciu lat od wycinki.

Natura ma na to wszystko czas. Dużo czasu. Zanim w danym miejscu wyrosnie las z odnowienia naturalnego, na takim terenie najpewniej pojawią się liczne gatunki traw, następnie pionierskie gatunki drzew takie jak osika, brzoza i sosna. Te z czasem ustąpią miejsca innym gatunkom jak np. dębom czy bukom. Aby do tego doszło, nasiona muszą najpierw dotrzeć na miejsce. O ile nie pochodzą z drzewa, które rosło tu wcześniej, muszą zostać tu przyniesione np. przez zwierzęta. Następnie muszą trafić na odpowiednie warunki w glebie i wreszcie na końcu wygrać walkę o światło i wodę z innymi gatunkami, które również chcą przetrwać w lesie. A przez pierwsze lata

wzrostu nie zostać obgryzione przez zwierzyznę. Warto zwrócić uwagę ile jest zmiennych czynników i ile szczęścia musi mieć dane drzewko, aby udało mu się przeżyć.

Oczywiście leśnicy doceniają i skrzętnie wykorzystują wszystkie dary natury w postaci odnowień naturalnych. Warto przypomnieć, że prawie 30% powierzchni pożarzyska z 1992 roku, czyli około 1500 ha, stanowią właśnie odnowienia naturalne, głównie brzozy i sosny. Po prawie 30 latach od pożaru różnice pomiędzy lasem powstałym z odnowienia naturalnego, a tym posadzonym ręką człowieka z użyciem sadzonek ze szkółki leśnej uległy właściwie zatarciu.

Biorąc pod uwagę fakt, że zarówno samosiewy naturalne jak i nasiona wykorzystywane do hodowli sadzonek w szkółce leśnej pochodzą z drzew rosnących w lokalnych lasach, możemy zaryzykować stwierdzenie, że obydwie te metody są równie dobre i prowadzą do powstania nowego lasu. A o to nam wszystkim chodzi chyba najbardziej w lesie. A przez pierwsze lata

(acz)



Co roku ze szkółki wyjeżdża aż 8 milionów młodych drzewek. Na zdjęciu mate sadzonki sosny, która za kilkadziesiąt lat będą okazałymi drzewami

Ślązaków droga do narodu według europośła

Pierwszym etapem jest uznanie języka śląskiego za język regionalny. Później uznanie Ślązaków za mniejszość etniczną – mówi europoseł Łukasz Kohut o drodze Ślązaków do stania się narodem.

Red. – W tym roku przypada setna rocznica wybuchu III powstania śląskiego. Jaki jest pana stosunek do powstań śląskich?

– Nie ukrywam, że dla mnie samo słowo „powstanie” jest dość kontrowersyjne, bo to była wojna domowa. Często

walczył ze sobą brat przeciwko bratu. Ta historia jest bardzo skomplikowana. Problemem powstań i tamtego czasu jest to, że ta dyskusja się tak naprawdę nie dotyczy. Jest jedna narracja, a tej drugiej narracji praktycznie nie ma. Jestem w kontakcie z mniejszością niemiecką – miałem spotkanie z panem Bernardem Gaidą* z Opola. O tej historii powinno się zacząć mówić. Powinna być edukacja regionalna, prawdopodobnie na poziomie sejmiku wojewódzkiego jakoś dograna, bo my z tym mamy ogromny problem. Często wiemy, co się działo w XIV wieku, pod Cedynią** czy pod Grunwaldem, a nie znamy historii naszych miast, czy dzielnic. To

jest ogromny problem. Mówiłem o tym na sesji plenarnej Parlamentu Europejskiego, że my potrzebujemy edukacji regionalnej. Czesi mają świetną edukację regionalną, Niemcy mają świetną edukację regionalną, a w Polsce tego niestety brakuje. Z tego względu o powstaniach śląskich mało kto wie coś więcej, poza tym, że były.

– Ślązacy – grupa etniczna, czy narodowość?

– Narodowość, ale do tego jest jeszcze daleka droga. Moja optyka jest taka, że najważniejsze jest przetrwanie kultury śląskiej i języka śląskiego. W Zjednoczonej Europie to jest coś normalnego,



Europoseł Łukasz Kohut jeździ po całym Górnym Śląsku informując mieszkańców, jak zadeklarować narodowość śląską w trwającym spisie powszechnym. Na zdjęciu podczas wizyty w Raciborzu.

że mniejszości mówią swoimi językami regionalnymi. To jest coś normalnego nie tylko w Niemczech, Hiszpanii, we Francji, czy w Skandynawii. Pierwszym etapem jest uznanie języka śląskiego za język regionalny. Później uznanie Ślązaków za mniejszość etniczną. Generalnie potrzebujemy też więcej decentralizacji, bo przez ostatnie sześć lat mamy do czynienia z państwem centralnym, oderwanym od mieszkańców, oderwanym od samorządów, a ja uważam, że powinniśmy iść w stronę federalnej Europy, czyli przy-

spieszenia procesu integracji europejskiej z jednoczesnym wzmocnieniem samorządów i regionów.

– Czy nie ma w tym sprzeczności? Federalizacja Europy zakłada centralizację władzy w Brukseli...

– Nie ma w tym sprzeczności. Duże decyzje polityczne powinny zapadać w Brukseli. Np. uważam, że powinien być wspólny minister spraw zagranicznych całej Europy, bo obecnie mamy co chwilę spotkania 27 ministrów spraw zagranicznych w czasie, gdy po drugiej

stronie jest silny Ławrow czy silne Stany Zjednoczone, a my się musimy dogadywać w ekipie 27 ministrów, co po prostu długo trwa. Z drugiej strony jeśli chodzi np. o fundusze europejskie, dużo łatwiej dysponować nimi na poziomie Bruksela – region. Ja na przykład jestem posłem – sprawozdawcą nowego funduszu – Funduszu Prawa i Wartości, wspierającego samorządy, ngosy (organizacje pozarządowe – red.) i stowarzyszenia. Chodzi o to, żeby pomijać państwa centralne, bo często w niektórych krajach – np. w Polsce, na Węgrzech, na Malcie, czy w Bułgarii – rządom administracja bierze te pieniądze dla swoich stowarzyszeń i ngosów. W Brukseli wiemy o tym, stąd pomysł, żeby wiele funduszy europejskich trafiało bezpośrednio do samorządów lub stowarzyszeń. **(zet)**

* Przewodniczący Związku Niemieckich Stowarzyszeń Społeczno-Kulturalnych w Polsce.

** Starcie wojsk Mieszka I z wojskami margrabiego łżyckiego Hodona, rok 972.

Sukcesy Wesołych Nutek na Festiwalu Holy Land w Izraelu

Występy młodych tancerek z żorskiego zespołu w ramach festiwalu online oceniała międzynarodowa komisja z Izraela, Portugalii, Anglii oraz Polski. Wydarzenie okazało się szczęśliwe dla żorskiego zespołu.

Grupa Wesołe Nutki III w inscenizacji tanecznej – taniec „Pocahontas” zdobyła II miejsce. Grupa młodzieżowa WN Dance zaprezentowała taniec współczesny „Ciężar słów” i również otrzymała za swój występ II miejsce.

Wesołe Nutki zostały docenione przez organizatorów i zostały zaproszone na kolejne międzynarodowe festiwale online do Włoch i Izraela. To wielki sukces i duże wyróżnienie dla żorskich tancerek. Komisja doceniła również in-



Podwójne drugie miejsce na międzynarodowym festiwalu International Digi – Art Festiwal – Competition Holy Land, organizowanym w Izraelu wytańczyły członkinie Dziecięcego Zespołu Tanecznego „Wesołe Nutki” z Żor

struktorów, którzy otrzymali podziękowania za wkład w rozwój krajowej kultury, za

pracę z młodzieżą i ich promocję na scenie międzynarodowej. **AgaKa**

Jakub Śliwka w ścistej czołówce polskich pływaków

Podczas Głównych Mistrzostw Polski Seniorów i Młodzieżowców w Pływaniu, rozgrywanych w Lublinie, największy sukces w dotychczasowej karierze sportowej odniósł żorzanin, Jakub Śliwka.

Młody pływak, reprezentujący klub „Sikret” Gliwice, wywalczył awans do finału A na dystansie 200 metrów stylem klasycznym z czasem 2.20,82 sek., co oznacza dla Jakuba Śliwki nowy rekord życiowy. Trenowany przez swojego tatę, Tomasza Śliw-

kę, 17-letni żorzanin w finale zajął 9 miejsce i został tym samym 9 zawodnikiem w Polsce.

Warto podkreślić, że był on jednym z dwóch najmłodszych finalistów, a w klasyfikacji zawodników w wieku 17 – 18 lat Jakub zajmuje obecnie drugie miejsce w Polsce. To największy jak dotychczas sukces zawodnika z Żor, co jest szczególnie cenne w roku olimpijskim.



▲ Jakub Śliwka na basenie w Lublinie, podczas Głównych Mistrzostw Polski Seniorów i Młodzieżowców w Pływaniu

AgaKa



Radio Żory
MIEJSKIE RADIO INTERNETOWE

Miejskie radio internetowe działające przy Miejskiej Bibliotece Publicznej w Żorach.

Przestrzeń gdzie odnajdują się ludzie z pasją, determinacją, otwartością i mający coś do przekazania.

www.radiozory.pl
fb/radiozory

Podwyżka płac w JSW od 1 lipca

Zarząd Jastrzębskiej Spółki Węglowej poinformował 28 kwietnia w raporcie giełdowym o oficjalnym przyjęciu planu podwyżek wynagrodzeń o 3,4 proc. Podwyżka obejmie wszystkich pracowników JSW SA. Będzie kosztować spółkę dodatkowe 110 mln zł rocznie.

„Zarząd Jastrzębskiej Spółki Węglowej SA („Spółka”, „JSW”) informuje, że dzisiaj podjął uchwałę o wprowadzeniu od dnia 1 lipca 2021 roku wzrostu stawek płac zasadniczych o 3,4% dla wszystkich pracowników JSW SA. Powyższa decyzja oznacza wzrost kosztów pracy w Spółce w skali roku o około 110,0 mln zł” – czytamy w raporcie giełdowym opublikowanym 28 kwietnia. To potwierdzenie informacji nagłaśnianych przez związkowców na temat podwyżek płac.

– To już pewne! Od 1 lipca, Decyzją zarządu JSW zostanie wprowadzony wzrost



Pracownicy JSW SA od 1 lipca otrzymają 3,4 proc. podwyżki stawki zasadniczej

stawki zasadniczej o 3,4% dla wszystkich pracowników Jastrzębskiej Spółki Węglowej SA – informują Reprezentatywne Związki Zawodowe w JSW, czyli NSZZ „Solidarność”, ZZ „Kadra” oraz Federacji ZZG Górników JSW SA.

Nieco więcej o samej decyzji członkowie zarządu JSW napisali w liście do przedstawicieli Reprezentatywnych Związków Zawodowych. – Pomimo znanej Wam trudnej sytuacji finansowej Spółki, dzięki

naszym decyzjom, wprowadzonym oszczędnościom i procesom racjonalizacji, udało się wygospodarować środki na podwyżki stawek płac. Mamy nadzieję, że nasza dalsza praca pozwoli na kolejne wzrosty stawek płac, ponieważ zdajemy sobie sprawę, z jakimi problemami muszą mierzyć się każdego dnia nasi pracownicy – wyjaśnili prezes Barbara Piontek i zastępca prezesa ds. rozwoju Tomasz Duda.

(ska)

CHMURA DYMU wznosiła się na kilka kilometrów



Czarny gęsty dym w poniedziałek widać było z wysokich bloków m.in. w Jastrzębiu, Żorach i Radlinie

Z terenu Żor, Jastrzębia-Zdroju i okolic w poniedziałek 10 maja dobrze widoczny był słup czarnego dymu w oddali już za naszą południową granicą. To skutek dużego pożaru, do którego doszło w dzielnicy Ostawy Witkowicach.

Strażacy w poniedziałek rano 10 maja rozpoczęli walkę z żywiołem na terenie złomowiska w dzielnicy Ostawy Witkowicach. Do pożaru doszło na terenie firmy specjalizującej się w skupie i utylizacji wraków samochodowych. „Według policji pożar poprzedziła

eksplozja, w której nikt nie został ranny. Ewakuacja ludności nie była konieczna, jednak odradza się wietrzenie mieszkań” podał portal Pozary.cz.

Na miejsce zdarzenia skierowano m.in. ciężki sprzęt gaśniczy w postaci pięcioosobowego samochodu Tatra oraz specjalnego pojazdu opancerzonego Tytan. W akcji udział bierze również śmigłowiec policyjny. Pożar uwalnia do atmosfery bardzo wiele trujących gazów i efektów spalania. Trzeci poziom alarmu przeciwpożarowego ogłaszany jest w Czechach jeśli zagrożenie po-

żarowe obejmuje co najmniej 1000 osób lub obszar 1 km kw, a także wymagane jest zadysponowanie na miejsce akcji sił i środków z innych regionów oraz pomocy zagranicznej. W akcji gaśniczej udział brały 34 zastępy strażaków. Jak udało nam się dowiedzieć, żadne zastępy z terenu Polski nie były tam dysponowane. Strażacy m.in. z powiatu wodzisławskiego oraz Jastrzębia-Zdroju pozostali w gotowości, jednak ostatecznie nie musieli wspomóc kolegów zza południowej granicy.

Szymon Kamczyk

Specjalista z kliniki w Żorach radzi: Jak uprawiać sport, żeby nie zrobić sobie krzywdy

– Rozsądne podejście do ruchu sprawia, że czujemy się dobrze, bo aktywność przynosi nam ulgę, rozwiązuje niektóre psychiczne i fizjologiczne problemy. Tam jednak, gdzie zaczyna się brawura, kończy się zdrowie, a zaczynają się kontuzje – mówi Mariusz Wiera-Rymarczyk, kierownik rehabilitacji w Sport-Klinice Grupy Scanmed.

– Na dworze robi się coraz cieplej, a to sprawia, że częściej myślimy o tym, aby wyjść z domu i trochę się poruszać. Jak jednak zabrać się do uprawiania sportu, żeby nie zrobić sobie krzywdy i zamiast cieszyć się rekreacją nie skończyć na sali do rehabilitacji?

Mariusz Wiera-Rymarczyk: – Jest na to bardzo prosty sposób: gimnastyka poranna połączona z wykorzystaniem kilku dosłownie ćwiczeń oddechowych wplecionych w zestaw. Każdy dzień powinniśmy zacząć od tego, żeby się poruszać i stopniowo

przygotowywać na dalszy wysiłek. Rzucanie się od razu na głęboką wodę jest błędem. Tym bardziej, że po miesiącach siedzenia w domu, czego doświadczyło wiele osób, nasza wydolność znacznie spada. Dotyczy to też wszystkich, którzy przebywali na dłuższej kwarantannie, a szczególnie tych z nas, którzy chorowali na COVID-19. Rozpoczęcie od razu od biegania w takiej sytuacji nie jest dobrym pomysłem. Może się skończyć fatalnie, nawet omdleniem. Dlatego zaczynamy od aktywności w naszych własnych domach, a później na przykład ruszamy na spacer w terenie. Celowo podkreślam, żeby budować swoją kondycję w otoczeniu przyrody, bo ma to podwójne znaczenie. Po pierwsze przygotowujemy się do sportu, a po drugie samo takie wyjście i obcowanie z przyrodą, na przykład w terenie leśnym, daje nam przyjemność. Nie jestem propagatorem ćwiczenia na asfalcie, między blokami, bo to po prostu nie jest dla mnie relaksujące. Jest też inna ważna kwestia: na naturalnym gruncie reakcja podłoża jest inna i moim zdaniem lepsza niż w przypadku twardego sztucznego podłoża.



– Jak powinna wyglądać prawidłowa poranna gimnastyka? Czy warto narzucić sobie jakiś rygor albo każdego dnia zwiększać czas rozgrzewki na przykład o 5 minut?

– Myślę, że nie ma co przesadzać. 10–15 minut w zupełności wystarczy, jeśli robimy to regularnie i pamiętamy aby zestaw zawierał dosłownie kilka ćwiczeń oddechowych. Oddech jest równie ważny co same ćwiczenia, dobrze jest poświęcić mu chociaż chwilę i zadbać o niego i wykonać kilka pełnych świadomych i głębokich oddechów. Mamy tyle stawów, ile mamy i w takim przedziale czasowym zmieścimy się, aby poruszać

każdym z nich. Warto zmusić się do codziennego minimalnego wysiłku, bo w pracy wykonujemy niewiele ruchów i są one bardzo schematyczne, a to nie służy naszemu organizmowi, ani kondycji. A potem dokładać kolejne czynności chociażby po wyjściu z biura przejść się, poruszać, pooddychać i poczuć to nasze ciało. Jeśli taki system będzie dobrze się sprawdzał, po tygodniu czy dwóch można pojechać gdzieś w weekend na marsze nordic walking, czy rozsądnie pobiegać. Pamiętajmy, że to ma być aktywność, rekreacja, a nie rywalizacja. Chodzi nam o zdrowie, a nie o wyczyny i bicie rekordów. Rozsądne podejście do

ruchu sprawia, że czujemy się dobrze, bo aktywność przynosi nam przyjemność, rozwiązuje niektóre psychiczne i fizjologiczne problemy. Tam jednak, gdzie zaczyna się brawura, kończy się zdrowie, a zaczynają się kontuzje.

– Jakie najczęstsze spotyka pan urazy, które są efektem wyczerpanego podejścia do sportu bez właściwego przygotowania?

– W przypadku chociażby popularnego dziś biegania to zazwyczaj urazy związane z kolanami, stopami, ale też problemy ze stawem biodrowym, na przykład biodro trzaskające. Zasada jest prosta: na kontuzje narażone są najbardziej obciążane przez nas stawy. Jeśli pacjent, który po takim pierwszym doświadczeniu, trafia do nas na rehabilitację i przyjmuję do siebie to, co mu mówimy, to przejdzie krótką terapię, a przy okazji będzie to dla niego dobra lekcja, jak ćwiczyć, żeby sobie nie szkodzić. Jeśli jednak interesuje go przede wszystkim wyczerpanie, to odsyłam taką osobę do trenera personalnego. W przypadku gdy rywalizacja jest dla kogoś ważna, powinien układać swój trening ze specjalistą. Inaczej może zrobić sobie trwałą krzywdę.

– W takim razie, które sporty wybierać, żeby nie rujnować sobie zdrowia?

– Odpowiem krótko: wszystkie, które nie łączą się z wyczynem. Osoby, które potrzebują adrenaliny, muszą liczyć się z tym, że są bardziej narażone na urazy. To jak z jazdą samochodem po górskiej drodze, która wymaga ciągłego manewrowania: coś zawsze może się wydarzyć.

– Znamy już zagrożenia, to teraz wyliczmy korzyści i przekonajmy, że sportu nie trzeba się bać.

– Zdecydowanie. Podchodźmy do sportu z głową, ale bądźmy aktywni. Brak ruchu obniża odporność, której teraz wyjątkowo potrzebujemy. Z powodu beczynności jesteśmy narażeni na wszelkiego rodzaju infekcje. Wystarczy spojrzeć na to, co często spotyka starszych ludzi. Kiedy niesprawność przykuwa ich do łóżka, z dnia na dzień pojawiają się kolejne dolegliwości. Poza tym ruch poprawia humor, sprawia, że częściej się uśmiechamy, mamy pozytywną energię i pozytywne myśli. Mam nadzieję, że to wystarczająca zachęta, aby na wiosnę podnieść się z kanapy.

Żory w świetle urbanistów, cz. 2

Miasto Żory to jeden z głównych ośrodków Rybnickiego Okręgu Węglowego. Taka konkluzja pojawia się przy analizie danych, które były podstawą do projektowania założeń urbanistycznych w perspektywie rozwojowej poczynawszy od 1960 po 1980 rok.

Istotnym elementem, prócz przedstawionych danych liczbowych, był także Schemat kompozycji w skali 1:20000. Rodzą się istotne spostrzeżenia co do specyfiki miasta i jego nowej aranżacji. Zwróćmy uwagę, że tylko Żory dysponowały specyficznym układem urbanistycznym – tzw. okolicą śląską, czyli zabudową średniowieczną wpisaną w obwód murów miejskich w układzie owalnym z głównym ciągiem komunikacyjnym skierowanym na osie wschód – zachód. Niewielkie XIX-wieczne przedmieścia nieco rozwinięte w międzywojniu miały stać się elementem nowej zabudowy. Obszar otaczający od północy dawne centrum miał być rozbudowany o nowe obszary, tak mieszkalne, jak i o charakterze przemysłowym. Warto zwrócić uwagę, że przemysłowe tereny zorganizowane były wokół młyna zbożowego tuż na obrzeżach starówki. Drugi kompleks to teren na północno-zachód, gdzie obszar mieszkaniowy był sprzężony z terenem przemysłowym. W tym miejscu nie można pominąć kwestii ciągu nowych dróg. Układ został podporządkowany dawnej sieci osadniczej, czyli średniowiecznemu centrum i jego przedmieściom. Na osi wschód – zachód droga przebiegała na południe od dawnej linii murów miejskich do ronda, które usytuowane było za przedmieściem zorganizowanym za dawną Bramą Krakowską (kierunek pszczyński). Tam ciąg drogi przecinał się z odcinkiem na osi północ – południe. Można zauważyć, że sieć drogową tak zorganizowano, aby stykała się z linią kolejową także na osi północ – południe. Układ dróg miał wiele zalet, na przykład nieskomplikowaną sieć ulic z w miarę prostym komunikowaniem z drogami przelotowymi o charakterze dróg wojewódzkich.

Punkty handlowe i usługowe

Obszar położony na południe od starego centrum Żór miał tu decydujące znaczenie. To nowe miasto tożsame z późniejszym kompleksem Osiedla Księcia Władysława. Sieć drożna tego obszaru w zamierzeniu była zaopatrzona w skrzyżowania – ronda i zaplanowane „centrum” o charakterze usługowym. O ile zabudowa o przemysłowym charakterze nie stanowiła zbyt rozbudowanej przestrzeni (raptem dwa zgrupowania w obrębie miasta), o tyle sieć usługowa była bardziej rozbudowana. Trzy najważniejsze skupiska funkcji usługowych miasta znajdowały się w obrębie starego miasta – rynek. Drugi był posadowiony pomiędzy starą zabudową miejską, a nowym miastem. Położenie przy jednej z głównych arterii przelotowych sugeruje jego funkcje także dla zewnętrznego odbiorcy. Trzeci kompleks był zlokalizowany na wschód od drugiego, wzdłuż głównej arterii tej części nowego osiedla. Trzy kolejne, niewielkie skupiska o charakterze usługowym zlokalizowano w trzech punktach na południowych obrzeżach nowego miasta. Północne obszary zabudowy mieszkalnej miały tylko dwa takie niewielkie punkty. Można zakładać, że obszar ten ciążył naturalnie do korzystania z usług w kompleksie starego miasta.

Zieleń między betonem

Należy jeszcze zwrócić uwagę na jeden istotny szczegół. Projektanci przy dużej komasacji zabudowy w obszarze południowym nie zapomnieli też o ukształtowaniu przestrzeni zielonych. Mimo, że obszar na północ od zabudowy miasta miał charakter leśny, zdecydowano stworzyć ciągi zieleni połączone w dwóch miejscach z przestrzenią leśną. Kompleksy zielone przecinały zabudowę nowej części miasta i okalały część zabudowy, dając społeczeństwu słończonemu w przestrzeni osiedli mieszkaniowych łatwy dostęp do terenów zielonych. Część obszaru miasta miała stanowić element symbiozy przestrzeni zurbanizowanej z przestrzenią zieloną. Analizując jeszcze schemat kompozycyjny, warto zauważyć, że projektanci stawiali sobie jeszcze obszary rezerwowe dla dalszego rozwoju obszaru najpewniej zabudowy mieszkalnej. Znaj-

dowały się na wschód od miasta oraz na południe na skraju obszaru zurbanizowanego. W sumie wyznaczono trzy takie miejsca.

Trzy progi rozwojowe

Analizując materiał liczbowy i komentarze dotyczące przyszłości rozwoju miast, w przypadku Żór zaplanowano trzy progi przekraczania barier związanych z infrastrukturą miejską. Proóg I zaczynał się na poziomie 25.600 mieszkańców. Nakłady inwestycyjne, które powinny być poniesione – infrastruktura mieszkaniowa, drogowa czy też usługowa, w połączeniu z uzbrojeniem terenu (woda z sieci wodociągowej, kanalizacja, sieć grzewcza – dostęp do gazu), pozwoliły na dojście do progu II przy ogromnym skoku ludnościowym o 37.050 mieszkańców. Proóg III był już tylko rozbudową głównej infrastruktury do osiągnięcia w dalszej perspektywie czasowej tylko o 15.080 mieszkańców do wartości granicznej określonej na 77.730 mieszkańców (przy czym Żory wykazywały niewielki przyrost wykorzystywanej powierzchni w hektarach w stosunku do Rybnika i Knuruwa). To też pokazywało na niezwykle sensowne rozwiązanie, będące współczesnym wariantem rozwoju w ciągu całego okresu nowożytnego takich aglomeracji, jak Wrocław. Tyle tylko że Żory stanowiły jego miniaturę, której największe przyspieszenie nastąpiło w ciągu ostatnich sześćdziesięciu lat.

Wsie z planem na produkcję rolną

Kolejnym elementem na który warto zwrócić uwagę to otoczenie Żór. Autorzy projektu podjęli się również charakterystyki obszarów wiejskich – ówczesnych gromad, które według ich analiz ciążyły do najbliższych położonych ośrodków miejskich. Pamiętajmy, że był to czas, gdy kompleksy miejskie nie wchłaniały większości okolicznych osad. Były to swego rodzaju przymiarki do planów przekształceń i dalszej rozbudowy obszaru miast. Wśród wymienionych imiennie 27 gromad otaczających omawiane w opracowaniu kompleksy o charakterze miejskim, warto zatrzymać się nad Gromadą Rogoźna. Jak podaje przytaczane opracowanie, ówczesnie składała się z dwóch jednostek osadniczych – wsi Rój i Rogoźna. Obszar osad wynosił 1161 hektarów.



- 1 700-lecie Żór
- 2 Osiedle Powstańców Śl.
- 3 Osiedle Księcia Wład.
- 4 Osiedle Wład. Pawlikowskiego
- 5 Osiedle Wład. Sikorskiego
- 6 Osiedle Wojciecha Korfańskiego

Patrząc na obecny podział administracyjny miasta Żory na dzielnice trudno nie odnieść wrażenia, że przewidywania urbanistów z lat 60. ubiegłego wieku stały się rzeczywistością.

Według planistów produkcja rolna gromady powinna się specjalizować w kierunku warzywniczo-hodowlanym. Zwracano na tzw. skażenie struktury agrarnej średnie (27, 8 proc.). Niewiele w ciągu 20 lat miała wzrosnąć liczba mieszkańców. W obu wsiach z 2569 do 2700 mieszkańców. Kolejną gromadą, którą należy tu wymienić jest Gromada Baranowice. Składała się z trzech wsi: Baranowice, Kleszczowa i Osin. Produkcja rolna w założeniu powinna mieć podobny profil jak w przypadku Gromady Rogoźna. Jej podmiejskich charakter miał na to istotny wpływ. W tym przypadku skażenie struktury agrarnej było niewielkie i wynosiło 6,9 proc.. Obszar znacznie większy, a niżeli w przypadku wcześniej wymienionego, liczył aż 2658 hektarów. Niemniej niewielki w sumie pod względem ludności 2239 mieszkańców z tendencją do małego wzrostu do około 2400 mieszkańców w 1980 roku. Gromada ta, jak i poprzednia wyraźnie została określona jako ciężąca w kierunku Żór, stanowiąc dla miasta tereny podmiejskie.

Borynia bliżej do Żór?

Te dwie gromady miały najcięższe ciążenie w kierunku Żór, niemniej kilka innych gromad również wykazywało, przynajmniej w części, związek z Żorami. Ciekawym przypadkiem jest Gromada Borynia, dziś to część miasta Jastrzębie-Zdrój. W początku lat sześćdziesiątych XX wieku wspomniana jednostka administracyjna składała się z wsi: Borynia, Skrzeczkowice oraz

Szeroka. Tereny pod względem powierzchni liczyły 2184 hektary, a produkcja rolna o profilu warzywniczym i hodowlanym rozwijała się przy dobrych warunkach glebowych oraz istotnym czynniku ekonomicznym. Powstałe osiedle przy kopalni „Borynia” miało tendencję do ciążenia, tak do Jastrzębia, jak i do Żór. Podobna sytuacja miała miejsce jeszcze w przypadku dwóch innych gromad.

Przyciąganie Gotartowic i Świerklan

Nieco zdziwienie może wzbudzić obszar Gromady Gotartowice, dziś należącej do obszaru miasta Rybnik. Niemniej pamiętajmy, że końcu lat trzydziestych wykazywano, że ten teren będący obszarem pogranicza wpływów różnych gmin był brany pod uwagę jako obszar satelicki miasta Żory. Gromada Gotartowice miała dość rozległy obszar, sięgający aż po teren na północ od Rybnika. Składała się z jednostek osadniczych: Golejów, Gotartowice i Folwarki. Niewielki obszar ponad 1000 hektarów o słabych glebach, miał głównie mieć profil hodowlano-zbożowy. Jednak obszar wyróżniał się większym zaludnieniem. Sięgające w 1960 roku poziomu 3551 mieszkańców, miało wzrosnąć w dwie dekady później do sumy 4100. Autorzy wykazywali, że obszar ten głównie ciąży do Boguszowic i Rybnika, niemniej Żory były także wskazywane jako alternatywa względem dwóch poprzednich. Ostatnią gromadą, którą można tu wspomnieć była Gromada Świerklany.

Składała się ze Świerklan Górnych i Świerklan Dolnych wraz z przysiółkiem Kucharczówka. Również niewielka powierzchnia ponad 1000 hektarów o dużym skażeniu struktury agrarnej (43,6 %). Jednak również o gęstym zasiedleniu (4173 mieszkańców w 1960 r.). Gromada w 1980 roku miała osiągnąć 4400 mieszkańców. Projektanci wykazywali pośrednie związki z Żorami, stawiając w pierwszej kolejności na związki z Rybnikiem.

Plan, który stał się rzeczywistością

Należy zwrócić uwagę, że autorzy nader ostrożnie podeszli do dynamiki rozwoju ludnościowego obszarów wiejskich. Można wręcz założyć, że nie widzieli zależności pomiędzy rozwojem przemysłu wydobywczego i jego zaplecza, a zapotrzebowaniem na siłę roboczą mieszkającą także w społecznościach wiejskich i tam mającą zamiar pozostać. Trafnie jednak zastanawia fakt wychwycenia ścisłych związków dwóch gromad z Żorami. Nie minie kilkanaście lat, jak okaże się, że przyciąganie gromad stanie się podstawą do realizacji planu ich włączenia do obszaru miasta Żory po sławetnych reformach administracyjnych połowy lat siedemdziesiątych. Na pewnych odcinkach rzeczywistość przekroczyła progi zarysowane przez projekty. Życie napisało swój własny scenariusz, jednak wykorzystując założenia, które ówczesnie zaprojektowano.

Marcin Wieczorek



nowiny.pl ROWERON
Wiosną na kolo, będzie wesoło!

ROWERON 2021

KRĘCI SIĘ NA CAŁEGO
i będzie największym eventem
rowerowym w regionie!

MAMY 1000 UCZESTNIKÓW

Dziękujemy!

RACIBÓRZ
WODZISŁAW ŚLĄSKI
RYBNIK
JASTRZĘBIE-ZDRÓJ
ŻORY

Zapisałeś się? Chcesz wiedzieć co dalej?
Zapisz się do grupy Roweron na FB!

f rowerON

SPONSORZY GŁÓWNI

EXTRAL
ALUMINIUM



PATRONI MEDIALNI



PARTNERZY



POMYSŁ I REALIZACJA



DZIĘKUJEMY!

OSP KLESZCZÓW ćwiczyła z komandosami

Strażacy z Ochotniczej Straży Pożarnej w Żorach – Kleszczowie specjalizują się w ratownictwie wodnym. Zostali więc zaproszeni do zabezpieczenia ćwiczeń wojskowych na Zalewie Rybnickim.

Mieszkańcy Rybnickiej Kuźni przecierali oczy ze zdumienia, kiedy 26 kwietnia nad Zalewem Rybnickim pojawił się śmigłowiec wojskowy, z którego wyskoczyła grupa spadochroniarzy. Gapię oglądali to widowisko z zapartym tchem do samego końca, kiedy spadochroniarze zaczęli wpadać do wód rybnickiego jeziora.

Były to zaplanowane wcześniej ćwiczenia Jednostki



która już nie raz udowodniła swoją przydatność m.in. w akcjach poszukiwawczych na terenie żorskich zbiorników wodnych i to nie tylko w okresie letnim, ale także w zimie, stosując sprzęt do ratownictwa lodowego. W okresie letnim strażacy z OSP Kleszczów m.in. patrolują kąpieliska.

Na wyposażeniu OSP Kleszczów znajduje się m.in. specjalistyczny katamaran ratowniczy, pełniący również funkcję sani lodowych. Ciekawostką jest również historyczna drabina, która jest perełką przechowywaną przez

OSP Kleszczów. To najstarsza drabina na zaprzęgu konnym w Europie – magirus z 1885 roku.

Warto dodać, że ćwiczenia Jednostki Wojskowej AGAT z Gliwic miały swoją kontynuację także 27 kwietnia na terenie lotniska w Gotartowicach.

(ska)

Wojskowej AGAT z Gliwic, a do ich zabezpieczenia zaproszono m.in. strażaków z okolicy, specjalizujących się w ratownictwie wodnym, czyli posiadających na wyposażeniu łódzie i odpowiedni sprzęt. Jedną z zaproszonych jednostek była Ochotnicza Straż Pożarna w Żorach – Kleszczowie,

Strażacy uczcili Dzień Flagi

Podczas uroczystego apelu 2 maja załoga i oficerowie Komendy Miejskiej Państwowej Straży Pożarnej w Żorach oddali hołd fłodze Rzeczypospolitej Polskiej na placu przed komendą.

Z okazji Dnia Flagi Rzeczypospolitej Polskiej 2 maja w komendach Państwowej Straży Pożarnej w całej Polsce odbywają się uroczyste apele, połączone ze wciągnięciem na maszt flagi państwowej. Hołd fłodze oddali także strażacy z Komendy Miejskiej Państwowej Straży Pożarnej w Żorach.

Przypomnijmy, że Dzień Flagi Rzeczypospolitej Polskiej ustanowiony został 20 lutego 2004 roku. Z okazji tego święta w minionych latach organizowane były różne uroczystości i apele, jednak okres pandemii w 2020 roku mocno ograniczył wszystkie tego rodzaju wydarzenia. W 2021 roku wraz ze zniesieniem części obostrzeń również strażacy postanowili oddać hołd, organizując skromne uroczystości z symbolicznym wciągnięciem flagi narodowej na maszt. Podobne apele odbyły się m.in. w komendzie PSP



Strażacy z KM PSP Żory podczas symbolicznego uczczenia Dnia Flagi 2 maja

w Wodzisławiu Śląskim oraz w niektórych jednostkach Ochotniczych Straży Pożarnej w naszym regionie.

Flagę Polski stanowią kolory biały na górze i czerwony na dole, choć historycznie to właśnie kolor karmazynowy był pierwszą barwą narodową ze względu na nawiązanie do bogactwa i dostojności. Kolor ten uzyskiwało się poprzez zastosowanie niezwykle drogiego niegdyś barwnika – czerwieni kosze-

nilowej, uzyskiwanego z larw czerwca polskiego (od którego nazwę również przyjął miesiąc czerwiec, bo właśnie w tym okresie samice składają jaja).

Kolory biały i czerwony zostały uznane za barwy narodowe po raz pierwszy 3 maja 1792 roku, w rok po uchwaleniu Konstytucji 3 Maja, natomiast w 1831 roku oficjalnie zostały zatwierdzone uchwałą Sejmu Królestwa Polskiego.

(ska)

Nowy Hyundai KONA, KONA Hybrid i KONA Electric

Nadchodzi lepsze

w leasingu dla firm od
516 zł/mc netto



HYUNDAI | **SALONY**
Witpol

Dealer Hyundai Witpol

Salon Pszczyna / Studzienice, ul. Jaskółek 21, tel. 32 326 39 90

Salon Tychy, ul. Katowicka 35, tel. 32 326 22 80

www.witpol.hyundai.pl

HYUNDAI

Modele prezentowane w reklamie to: KONA 1.6 T-GDI 7DCT 2WD (198 KM) Premium, KONA 1.6 T-GDI 7DCT 2WD (198 KM) N Line, KONA Hybrid 1.6 GDI 6DCT 2WD (141 KM) Premium, KONA Electric 64kWh (204 KM) Platinum, o zużyciu paliwa/energii odpowiednio: 6,2 l/100 km, 6,2 l/100 km, 5,1 l/100 km, 14,7 kWh/100 km i emisji CO odpowiednio: 142 g/km, 142 g/km, 115 g/km, 0 g/km – średnio we wszystkich fazach. Wskazane elementy są dostępne w zależności od wersji wyposażenia. Propozycja dotyczy wskazanych modeli w leasingu na określonych warunkach. Szczegóły finansowania u dealerów Hyundai. Propozycja nie stanowi oferty i jest adresowana wyłącznie do przedsiębiorców. Podmiotem finansującym jest BNP Paribas Leasing Services Sp. z o.o. Promocyjny leasing dostępny do 31.06.2021 r.

Niespełna roczny piesek odebrany właścicielowi

Żorscy policjanci wraz z przedstawicielami Fundacji Pet Patrol w Rybniku odebrali w piątek, 30.04 interwencyjnie psa. Niespełna roczna suka była zaniedbana i dalsze pozostawienie jej u dotychczasowego właściciela zagrażało zdrowiu zwierzęcia. Pies trafił na badania do przychodni weterynaryjnej i póki co będzie pod jej opieką.

O niewłaściwym traktowaniu psa przez właściciela policjanci dowiedzieli się podczas jednej z interwencji domowych. Jak ustalili 40-latek miał zaniedbywać zwierzę, utrzymywać je w brudzie, nie wyprowadzać

regularnie na spacer, a nawet traktować w ten sposób, że pies piszczał, skomlał i godzinami stał na balkonie, gdy na zewnątrz panowały niskie temperatury.

Interwencja policji i Pet Patrolu

Policjanci w trosce o los psa nawiązali kontakt z rybnicką Fundacją Pet Patrol i w piątek zapukali do drzwi właściciela. W mieszkaniu był także pies, który już na pierwszy rzut oka sprawiał wrażenie bardzo wylęknionego i zaniedbanego. Suka leżała skulona na kanapie, a kiedy wstała okazało się, że ma problem z utrzymaniem równowagi. Nie potrafiła też prawidłowo poruszać się ze względu na nieprzycięte pazury.

Właściciel nie potrafił znaleźć książeczki zdrowia psa i przedstawić zaświadczenia o szczepieniu przeciwko wście-

kliźnie. Twierdził, że pies znajduje się pod kontrolą lekarza weterynarii, jednak nie chce jeść dlatego jest osłabiony i chudy. Dobrowolnie wydał psa policjantom, którzy podjęli decyzję o interwencyjnym odebraniu zwierzęcia.

Początek dochodzenia

Przedstawiciele Fundacji Pet Patrol Rybnik przejęli zwierzę i

przetransportowali na badania do przychodni weterynaryjnej, pod której opieką aktualnie przebywa. Zgodnie z ustawą o ochronie zwierząt mundurowi zawiadomią teraz Prezydenta Miasta Żory o interwencyjnym odebraniu psa, a także zainicjują dochodzenie w związku z podejrzeniem znęcania się nad psem przez właściciela.

AgaKa



Niespełna roczna suczka została odebrana przez Fundację Pet Patrol

Piła tarczowa ranila konserwatora

OSINY Mundurowi z Żor interweniowali w czwartek, 29 kwietnia w związku z wypadkiem, do którego doszło w jednym z zakładów pracy w dzielnicy Osiny. Zabezpieczali lądowanie i start helikoptera Lotniczego Pogotowia Ratunkowego oraz miejsce, gdzie doszło do zdarzenia.

Okolo godziny 8.00 policjanci zostali zaalarmowani o wypadku przy pracy, do którego doszło na terenie zakładu zlokalizowanego w dzielnicy Osiny. Jak wstępnie ustalili 63-latek mężczyzna, wykonując pracę na stanowisku konserwatora maszyn i urządzeń elektrycznych, doznał rozległego urazu, gdy sprawdzał

sprawność stołowej piły tarczowej.

Świadkiem wypadku był inny pracownik, który podbiegł do urządzenia, odłączył je od źródła zasilania i sprowadził pomoc. Poszkodowanemu mężczyźnie pierwszej pomocy udzielili pozostali członkowie załogi.

O zdarzeniu został powia-

domiony zakładowy inspektor. Na miejsce skierowano również ekipę dochodzeniowo-śledczą i powiadomiono prokuratora. Oficer dyżurny żorskiej komendy informację o wypadku przekazał również do Państwowej Inspekcji Pracy.

AgaKa

UKRADŁ 195 ZAPALNICZEK ZE STACJI PALIW

Policjanci z wydziału kryminalnego Komendy Miejskiej Policji w Żorach prowadzą dochodzenie w sprawie kradzieży 195 zapalniczek z jednej ze stacji paliw na terenie miasta. Wartość skradzionych przedmiotów wyniosła prawie 1000 zł.

Policjanci opublikowali wizerunek mężczyzny, którego zarejestrowały kamery monitoringu. Podejrzewany jest o kradzież 195 sztuk zapalniczek Clipper C11 o łącznej wartości sięgającej niemal tysiąca



złotych. Sprawca dopuścił się przestępstwa pod koniec marca na jednej z żorskich stacji paliw. Policjanci proszą o pomoc w ustaleniu tożsamości złodzieja. Kontaktować się z nimi można pod numerami telefonów: 47 85 533 37, 47 85 52 81, 47 85 52 00 lub adresem e-mail: kryminalny@zory.ka.policja.gov.pl.

AgaKa

◀ Mężczyzna zabrał ze stacji cały stojak z zapalniczkami

WYTROP SPRAWCĘ czyli zagadka kryminalna

STO TYSIĘCY ZA WOLNOŚĆ

Jeszcze dwa tygodnie o uprowadzeniu Jana Kluczki trąbiło całe miasto. Biznesmen porwany sprzed swojego domu odnalazł się cały i zdrowy. We wsi spekulowano, że pewnie rodzina nie chciała, zapłacić za niego okupu. Krążyła też teoria, że mężczyzna odzyskał wolność, bo jednak okup trafił do porywaczy. Choć rodzina Kluczków cieszyła się z powrotu męża i ojca, dla policji sprawa wcale nie była zakończona.

– Szefie, co pan myśli o tym całym porwaniu? – zapytał komisarza Szarka sierżant Kosek, zalewając poranną kawę.

– Są dwie wersje. Kluczka prowadził dyskotekę, a to bardzo podejrzana branża. Szczególnie, że już kiedyś próbowano mu ją podpalić. Na dziś zaplanowałem przesłuchanie jego głównej konkurencji. Kluczka miał też wspólnika. Gdzieś trafiło sto tysięcy złotych z okupu. Nie wiem jeszcze gdzie. Sam Kluczka mówi, że nic nie pamięta, że jest w szoku – tłumaczył młodszemu koledze policjant.

– Ten Groniec, to ponoć gangster.

– Tak mówią.

Jan Groniec prowadzi dyskotekę Saturn od dziesięciu lat. Przez ten okres wykończył wszystkie mniejsze kluby w okolicy z wyjątkiem klubu Viva należącego do Jana Kluczki. Z wyglądu podstarzały mięśniak. Bardziej od marynarki pasowałby mu dres.

– Jak pan walczy z konkurencją? – zapytał chwilę po rozpoczęciu przesłuchania komisarz Szarek.

– Cenami i jakością usług. Klienci wiedzą, że u mnie w lokalu jest czysto, niedrogo i bezpiecznie. Wiem dlaczego pan mnie tu wezwał. Nie mam nic wspólnego z porwaniem Kluczki. Ich klub niedługo padnie i moim zdaniem upoworowali to porwanie – tłumaczył szef dyskoteki Saturn.

– Co pan robił w dniu, kiedy zginął pan Kluczka?

– W połowie września wróciłem z urlopu. Dwa dni później, 18 września odebrałem telefon od rozhisteryzowanej żony Kluczki, żebyśmy wypuścili jej męża. Krzyczała coś o porwaniu. To jakiś absurd.

Godzinę później do gabinetu komisarza Szarka weszła Joanna Kluczka. Policjant zaplanował jej przesłuchanie na koniec, kobieta jednak przyszła szybciej.

– Na okup, który przekazaliśmy porywaczom złożyła się cała rodzina. 50 tysięcy złotych dał wspólnik męża, na pozostałą kwotę złożyłam się ja i rodzina.

– Kiedy złożyła pani zawiadomienie o zaginięciu? – dopytywał policjant. – 18 września. Mąż wyjechał 16 września na dwudniową delegację. Dzwoniłam do niego, ale komórka nie odpowiadała. 18 września ktoś zadzwonił na nasz numer stacjonarny i powiedział, że mamy zebrać 100 tysięcy złotych. Zaczęliśmy więc zbiórke wśród rodziny. Na szczęście całą kwotę udało się zebrać – tłumaczyła kobieta.

Za drzwiami komisarza Szarka czekał zniecierpliwiony Stefan Batura, wspólnik Jana Kluczki.

– Czy dyskoteka to dobry biznes?

– Kiedyś bardzo dobry, dziś przynosi straty. Na szczęście mam jeszcze inną działalność. Z tego powodu ciągle kłóciliśmy się z Jankiem. Ja sugerowałam, żeby zamknąć już ten lokal, bo tylko do niego dokładamy. 17 września musiałem wyłożyć kolejne 50 tysięcy złotych, tym razem na okup – odpowiedział policjantowi mężczyzna.

– Podejrzewa pan kogoś o porwanie?

– Sprawa jest jasna. Porwania dopuścił się ten gangster Groniec. Chce nas zniszczyć od dłuższego czasu.

Komisarz Szarek, zadał Baturze jeszcze kilka pytań po czym zakończył przesłuchanie.

– Możesz mi wezwać na jutro członków rodziny, którzy dołożyli się do okupu?

– Bardzo chętnie, ale nie potrafimy ich znaleźć. Wszyscy się wypierają, że się dołożyli – odpowiedział sierżant Kosek.

– A więc sprawa jest jasna. Tu nie chodziło o sto, ale o pięćdziesiąt tysięcy złotych. Rano możecie zatrzymać panią Joannę i pana Jana – polecił komisarz Szarek.

Jak komisarz Szarek wytypował sprawcę?

Aby poznać odpowiedź, odwróć stronę

ODPOWIEDZ: Joanna Kluczka 17 września zbierając pieniądze na okup, nie mogła jeszcze wiedzieć, że jej mąż został porwany, bo jak reżenat, porywacz miał zadzwonić dopiero 18 września. Pobrata pięćdziesiąt tysięcy od wspólnika męża, sama nie dokładając do okupu i nie przekazując kluczkowi pieniędzy. Wspólnik Kluczki miał pieniądze, bo prowadził inną działalność. Kluczkowie tonili w długach.

Skromne obchody Święta Ogniewowego

Ze względu na ograniczenia sanitarne już drugi rok z rzędu 11 maja nie było na rynku tłumów. Nie było mieszkańców niosących pochodnie w tradycyjnej procesji. Nie było też koncertów, ani apelu z okazji Dnia Strażaka. Tegoroczne Święto Ogniewowe kolejny raz przebiegło niezwykle skromnie, ale najważniejsze elementy zostały zachowane.

Kiedy Żory budziły się do życia, jeszcze przed poranną mszą, proboszcz parafii pw. Świętych Apostołów Filipa i Jakuba ks. Stanisław Gańczorz wraz z kilkoma osobami ze służby liturgicznej wypełnił tradycję i obietnicę miejskich radnych z 1702 roku, kiedy to obiecali oni przechodzić w procesji ulicami miasta co roku w podziękowaniu za uratowanie miasta od trwogi pożaru. To pamięć wielkiego pożaru Żor właśnie z 11 maja 1702 roku. – My w Żorach od zawsze żyjemy wielokulturowo, patrząc na historię naszego miasta.

Ale zawsze kiedy jest smutno to się jednoczymy, patrz – pożary nie oszczędziły kogośkolwiek – powiedział podczas homilii ks. Stanisław Gańczorz, nawiązując także do trzech trzęsień ziemi w Żorach, kiedy zaczął nawet bić dzwon na ratuszu. W kazaniu proboszcz opowiedział o doświadczeniu Boga poprzez stworzenie, a nawiązaniu do odkryć naukowych i zmian w punkcie widzenia naukowców na przestrzeni lat, przy jednoczesnej stałości wiary Kościoła.

Uroczysta msza za ekranem

Integralnym elementem Święta Ogniewowego jest msza w intencji miasta i strażaków PSP oraz OSP. W tym roku tradycyjnie odbyła się ona wieczorem, ale w kościele farnym zasiadła zaledwie garstka mieszkańców. O wiele więcej osób śledziło transmisję mszy poprzez kanał internetowy Te-



W mszy z okazji Święta Ogniewowego udział wzięły poczty sztandarowe Rady Miasta Żory oraz Braci Górniczej

lewizji Żory. Nie przeszkodziło to jednak w nadaniu uroczystości wyjątkowego charakteru. W nabożeństwie uczestniczyli przedstawiciele władz miasta oraz poczty sztandarowe Rady Miasta Żory i Braci Górniczej. Całość uświetnił wspaniały występ Scholi Cantorum Sariensis

pod dykcją Ewy Dyrdy. Po mszy proboszcz wyszedł przed kościół z Przenajświętszym Sakramentem i pobłogosławił miasto, jak dzieje się co roku, już od 319 lat.

Strażacy w Wiślanke

W tym roku w obchody Święta Ogniewowego włączyła się także Galeria Wiślan-ka. Z uwagi na brak apelu strażackiego i innych uroczystości związanych z Dniem Strażaka, Galeria zaprosiła Ochotniczą Straż Pożarną w Żorach do prezentacji sprzętu, warsztatów pierwszej pomocy, a także wspólnych zdjęć z maskotką jednostki – Pożorkiem.

Być może w przyszłym roku Święto Ogniewowe odbędzie się już normalnie. Wszyscy by tego chcieli, tym bardziej, że będzie to okrągła 320. rocznica wielkiego pożaru.

Szymon Kamczyk



Po uroczystej mszy proboszcz parafii pw. Świętych Filipa i Jakuba ks. Stanisław Gańczorz dokonał tradycyjnego błogosławieństwa miasta



W Galerii Wiślan-ka o swoim sprzęcie opowiedzieli strażacy z OSP Żory. Zorganizowali także warsztaty pierwszej pomocy i konkursy dla najmłodszych.

SOLPLAN
FOTOWOLTAIKA

Nowe dotacje na fotowoltaikę
MÓJ PRĄD 3.0

PROJEKT | WYCENA | INSTALACJA



Solplan
11 Listopada 71
44-335 Jastrzębie-Zdrój

Tel. 505 800 122
www.solplan.pl



Moje finanse

I INWESTYCJE W 2021 ROKU

nowiny
ZORSKIEnowiny
JASTRZĘBSKIEnowiny
WODZISŁAWSKIEnowiny
RACIBORSKIEMAGAZYN
RYBNICKI

nowiny.pl

LOKATY | KREDYTY | NIERUCHOMOŚCI | UBEZPIECZENIA | ODSZKODOWANIA

Trzymać pieniądze na koncie czy lepiej w skarpecie? Czasy niepewne, więc co robić, by pomnożyć swój kapitał? Czy w czasie pandemii istnieje jakaś bezpieczna przystań inwestycyjna? Pewnie wiele osób zadaje sobie takie pytania. Z pomocą przychodzą wskazówki od dwóch ekspertów branży inwestycyjnej – Bartosza Nosiadka i Karola Karwota.

ŻARŁOCZNA INFLACJA,

czyli w co inwestować w czasie pandemii



Bartosz NOSIADEK

– radlinianin, wieloletni praktyk. Doszedł od zera do wysokiego stanowiska w korporacji, następnie założył własną firmę deweloperską, biuro pośrednictwa w obrocie nieruchomości oraz firmę szkoleniową. Autor książki „Zarabianie uczciwych pieniędzy”.

Finansowy rachunek sumienia

Uszczelnij swoje finanse – to fundament przyszłego inwe-

stowania. – Często myślimy o inwestycji jak o przedsięwzięciu, które ma poprawić nasze życie, które ma przynieść szybki i spektakularny zysk. A tymczasem może okazać się, że w ogóle nie jesteśmy przygotowani do inwestowania, bo nie panujemy nad wydatkami – mówi Bartosz Nosiadek.

Niezbędne jest zadbanie o własną higienę finansową. Jak to zrobić? – Każdego miesiąca sprawdzać „ile wydaję, na co wydaję, ile realnie zarabiam”. Bo jeśli ktoś tego do tej pory nie robił, może być zaskoczony wynikami. A jeśli okaże się, że wydaję za dużo, należy zmie-

nić nawyki i co miesiąc generować oszczędności, by mieć za co inwestować – podkreśla ekspert.

Urlop z odsetek? Zapomnij!

Jeszcze kilka lat temu – trzymając pieniądze na koncie oszczędnościowym lub lokacie – można było liczyć na sensowny zysk. – Niektórzy „z odsetek” jeździli na wakacje – mówi ekspert. Teraz nie tylko nie zarabiamy na lokatach czy kontach oszczędnościowych, ale wręcz tracimy, bo jest wysoka inflacja. – Stopy procentowe zostały niemal

wyzerowane. Problem polega nie tylko na tym, że „bank nie wypłaca odsetek”, ale też na tym, że pieniądze drastycznie tracą na wartości z powodu inflacji. A inflacja, co wynika z oficjalnych komunikatów, jest coraz bliżej poziomu 4 proc. – podkreśla Bartosz Nosiadek. – Gdy idziemy do sklepu, to widać, że wszystko drożeje. Są branże, jak budowlana, gdzie podwyżki są jeszcze bardziej drastyczne, bo rzędu 20 – 40 proc. – dodaje.

Ekspert wyjaśnia, że rządy wielu krajów decydują się na dodruk pieniądza na wyjątkowo szeroką skalę, potrzebne są

bowiem środki na programy pomocowe związane z pandemią. – To musi wpływać na wzrost cen, na rozcieńczenie wartości pieniądza – zaznacza.

Co się opłaca?

– Jestem zwolennikiem rozwiązania, by w takich czasach inwestować w dobra materialne, namacalne – mówi Bartosz Nosiadek. Co ma na myśli? – Po pierwsze – inwestujemy w nieruchomości. Są dobrym sposobem, by zachować wartość pieniądza, a dodatkowo – jeśli kupimy właściwą nieruchomość, nadającą się do naj-

mu – wygenerują dodatkowy dochód co miesiąc z czynszu – wyjaśnia.

Drugi sposób to inwestowanie w kruszce, w srebro lub złoto. – Ale kupione przez internet, w bardzo małych gramaturach, przechowywane później w bezpiecznym miejscu – podkreśla.

– Uważam, że roztropne podejście do inwestowania, czyli najpierw uszczelnienie finansów, trzymanie części nadwyżki na koncie, części w gotówce, a także inwestowanie pozostałej nadwyżki w nieruchomości i kruszce, sprawdzi się najlepiej – puentuje ekspert. (mak)



Karol KARWOT

– ekspert finansowy z 15-letnim doświadczeniem w branży, prowadzi w Wodzisławiu Śląskim firmę pośrednictwa finansowego i ubezpieczeniowego. Finanse to jego pasja.

Akcje

To jedna z najpopularniejszych form inwestowania posiadanego kapitału. Można kupować je bezpośrednio na Giełdzie Papierów Wartościowych po założeniu rachunku maklerskiego. Inwestowanie na giełdzie wymaga od inwestora pewnej wiedzy, znajomości mechanizmów giełdowych – w przeciwnym wypadku jest to loteria. Alternatywą do samodzielnych zakupów jest za-

kup Funduszy Inwestycyjnych, które przedstawiają gotowe propozycje portfeli akcyjnych. – Inwestowanie w akcje obarczone jest jednak wysokim ryzykiem – mówi Karol Karwot.

Obligacje

Osoby o niższej skłonności do ryzyka częściej spoglądają w kierunku papierów dłużnych – obligacji skarbowych lub korporacyjnych. Zakup obligacji skarbowych to inwestycja o niskim ryzyku, ale dająca obecnie zwrot poniżej poziomu inflacji. Większe możliwości dają obligacje korporacyjne, ale te z kolei są obciążone większym ryzykiem.

Nieruchomości

Nadal popularnością cieszą się nieruchomości. O ile rynek najmu odczuł skutki pandemii, między innymi z powodu

wprowadzenia zdalnego nauczania na studiach i zdalnej pracy, o tyle rynek budowlano-mieszkaniowy ma się bardzo dobrze. – Inwestycja w nieruchomości wymaga zaangażowania większego kapitału, co może wymagać sięgnięcia po kredyt hipoteczny. Ale te przy najniższych w historii stopach procentowych cieszą się ogromną popularnością, co powoduje stopniowy wzrost marż proponowanych przez banki. Możemy pożyczyć nawet do 90 proc. wartości nieruchomości, co oznacza, że minimalne zaangażowanie własnego kapitału wynosi 10 proc. kwoty inwestycji. Zwrot z inwestycji jest tutaj zjawiskiem długoterminowym – wyjaśnia Karol Karwot. Innym rodzajem inwestycji jest kupno mieszkań wymagających remontu i szybka odsprzedaż, tzw. flip-

ping. – Nabycie następuje po niższej cenie, zaś odsprzedaż po remoncie daje inwestorowi odpowiedni zysk – dodaje.

Surowce

Najczęściej interesują inwestorów ceny złota i ropy naftowej, choć rynek to także wiele innych cennych metali, kruszców, produktów rolnych, które są przedmiotem obrotu. – Złoto możemy nabyć bezpośrednio w postaci sztabek złota lub monet, natomiast w przypadku ropy naftowej możemy m.in. kupować akcje spółek działających w branży związanej z wydobywaniem ropy naftowej. W związku z tym, że ceny tych aktywów dość mocno powiązane są ze sferą polityki międzynarodowej, są to inwestycje o dużym ryzyku – wyjaśnia ekspert.

Fotowoltaika

Przykładem alternatywnej inwestycji do trzymania pieniędzy na lokacie jest montaż instalacji fotowoltaicznej. Tym bardziej, że 1 lipca ruszy trzecia edycja rządowego programu „Mój prąd”, gdzie prawdopodobnie zostanie zachowany poziom wsparcia do inwestycji w wysokości 5 tys. zł. – Produkcja własnego prądu powinna pozwolić zmniejszyć lub całkowicie wyeliminować rachunki za prąd. W oparciu o obecnie płacone rachunki można łatwo obliczyć, jak szybko zwróci się dana instalacja w konkretnym gospodarstwie domowym – wyjaśnia.

Gdy krucho z pieniędzmi...

Natomiast co z osobami, które nie mają kapitału, a też chciałyby inwestować? Dla takich osób wartym rozważenia

ruchem jest kwestia uporządkowania portfela finansowego – kredytowego, ubezpieczeniowego. – To również może być formą inwestycji, bo zyskiem będą: czas, mniejsze płatności, a nawet zwrot części środków z spłaconych wcześniej kredytów – podkreśla Karol Karwot.

– Inwestowanie daje sporo możliwości, ale zawsze powinno być dopasowane do oczekiwań i możliwości. Przedstawione propozycje są jedynie drogowskazem. Na jego podstawie nie można wyciągać wniosków lub rekomendacji kupna czy sprzedaży instrumentów finansowych. Zawsze decyzja powinna być podejmowana na podstawie własnych analiz. Warto porozmawiać o tym z doświadczonym ekspertem finansowym – zaznacza Karol Karwot. (mak)

Czy ubezpieczenia chronią w czasie pandemii?

WHO ogłosiło w ubiegłym roku, że koronawirus SARS CoV-2 jest pandemią. Oznacza to, że zarazić się nim może każdy mieszkaniec naszej planety. W związku z tym pojawiają się różne obostrzenia i ograniczenia, jak np. zamknięte granice czy konieczność odbycia kwarantanny po powrocie z zagranicy. Towarzystwa ubezpieczeniowe dostosowują regulacje do obecnej sytuacji.

Zakres ochrony zależy od indywidualnych regulacji ubezpieczyciela. Pandemii ochroną (zgodnie z OWU) nie obejmuje ERGO Ubezpieczenia Podróży. Nie jest to jednak równoznaczne z tym, że inni ubezpieczy-

ciele świadczą taką ochronę w czasie pandemii. W większości przypadków mają oni już wyłączenie od epidemii i skażeń wszelkiego rodzaju. Większość ubezpieczycieli w Polsce dostosowała swoje OWU do ogłoszonego w ubiegłym roku stanu pandemii.

Warto jednak dodać, że wielu ubezpieczycieli zastrzegło już w ubiegłym roku, że polisy chronią także w przypadku epidemii, ale tylko jeśli została ona ogłoszona po wykupieniu polisy. Dodatkowo, niektóre towarzystwa zastrzegają, że nie udzielają pomocy w krajach, w których ogłoszono stan wyjątkowy (np. Wiener).

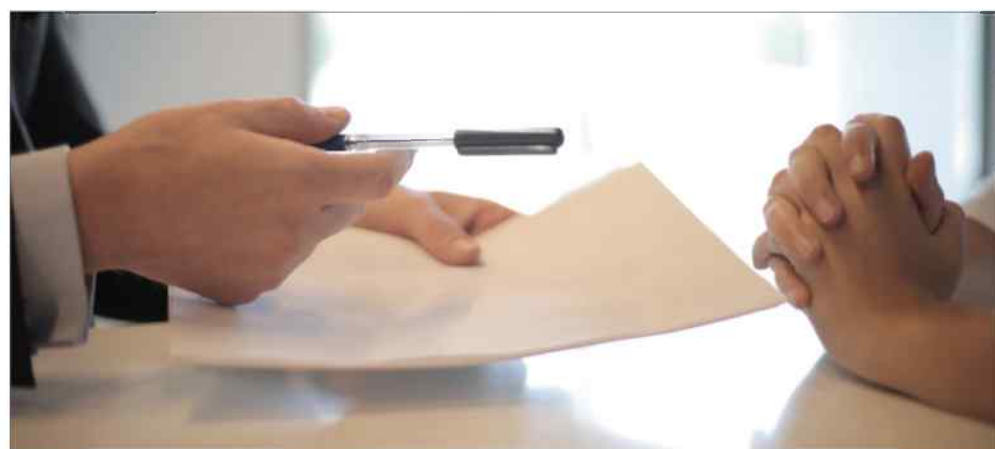
Rozróżnienie epidemii i stanu epidemii

Niektórzy ubezpieczyciele, jak np. Signal Iduna rozróżniają epidemię od stanu epidemii, definiując wyłączenia

ochrony. I tak epidemią określa się zdecydowane zwiększenie liczby zachorowań na danym obszarze na chorobę zakaźną lub wystąpienie nowej jednostki chorobowej, która dotychczas nie pojawiała się w danym rejonie. Stan epidemii jest sytuacją prawną, która została wprowadzona na danym obszarze w związku z pojawieniem się epidemii. Ma on na celu podjęcie konkretnych działań profilaktycznych oraz przeciwepidemicznych, by doprowadzić do zmniejszenia się liczby zachorowań.

Ubezpieczenie na życie, a śmierć z powodu koronawirusa?

Ubezpieczenia na życie obejmuje ochroną przypadki śmiertelne na wypadek zarażenia się koronawirusem, wyłączenia ochrony w



Mimo ogólnych założeń, przed podpisaniem umowy z ubezpieczycielem warto sprawdzić, czy polisa będzie chronić w przypadku zakażenia koronawirusem

przypadku śmierci dotyczą zwykle takich sytuacji jak samobójstw lub przebywania na terenach działań wojennych. Inaczej sytuacja jednak będzie wyglądała w przypadku zachorowania. – Z tytułu zachorowania na COVID-19 zarażony nie otrzyma wypła-

ty z ubezpieczenia na życie. Towarzystwo ubezpieczeniowe wypłaca odszkodowanie za „nazwane” w Warunkach Ubezpieczenia choroby, np. zawał serca, udar mózgu, czy nowotwory złośliwe. Dlatego zawsze trzeba sprawdzić, które z nich znajdują się w

polisie. Każdy może jednak ubezpieczyć się na wypadek hospitalizacji z powodu choroby. Wtedy zarażeni koronawirusem za każdy dzień pobytu w szpitalu, otrzymają wypłatę z ubezpieczenia – komentuje Piotr Siekański, ekspert rankomat.pl. (ska)

REKLAMA

Unilink

LIDER UBEZPIECZEŃ

Znajdziemy dla Ciebie najlepsze ubezpieczenie!

Przyjdź do nas, do placówki, pokaż tę reklamę, a na zakup nowej polisy otrzymasz specjalny rabat!


SAMOCHÓD


MIAŁOŚĆ


ZDROWIE


PODRÓŻ


FIRME


ŻYCIE


UPRAWY

Żory

ul. Sądowa 8, tel. 694 094 884

Więcej na: unilink.pl

Sonda Nowin: w co zainwestować, żeby nie stracić?

W co inwestować, na co postawić? Co może być pewnego – finansowo – w tych niepewnych, pandemicznych czasach? Z takimi pytaniami zwróciliśmy się do mieszkańców wypoczywających w parku nad stawem w Raciborzu. 12 maja przy pięknej, słonecznej pogodzie, uzyskaliśmy od nich poniższe wypowiedzi. Sondę przeprowadzili Dawid Machecki i Mariusz Weidner.

Urszula



Z tego co słucham w telewizji, z tego co gdzieś zasłyszę to postawiłabym na złoto i nieruchomości. Raczej nie zalecałabym wyboru w tej

kwestii jakichś usług bankowych. Trzeba „uciekać” w kapitał, konkretny. Bo co się ma to jest. Właśnie coś takiego – złoto i mieszkania.

Janusz



Jeżeli się już ma jakieś oszczędności to najlepiej zainwestować je w zakup mieszkań. Kupić cokolwiek, kawalerkę czy większe. Lokum będzie zawsze potrzebne ludziom. Dlaczego nie bank? Jest bardzo niska stopa procentowa. To przede wszystkim. Poza tym współcześnie z bankami nie jest tak pewnie jak kiedyś. Mieszkanie jak się ma to można odsprzedać z zyskiem. Ja bym postawił na nieruchomości.

Maria



Ja wolę mieć swoje pieniądze przy sobie. Wybieram z bankomatu i nic tam nie zostawiam. Nie ufam takiemu systemowi, na bankomaty też napadają. Odkładać warto, ale z ograniczonym zaufaniem do instytucji finansowych.

Marysia



Coś grosza trzeba w domu mieć, ale nie za dużo. Banki? Oj, nie. Jakies nieznanne to mogą oszukać. Bałabym się powierzać im oszczędności. W tych starych bankach, co zawsze są to jeszcze bym coś zo-

stawiała. Ja mam taką filozofię życia: zjeść, ubrać się i mieć resztę z głowy. Pieniądzy za dużo nie trzymać. Jeśli już to rozdać potrzebującym, głodnym. Tacy się zawsze znajdują.

Julian i Renata



Nie jestem przekonany co do inwestowania. Miałem kiedyś okazję prowadzić biznes. Po-

datki mnie zniechęciły do utrzymania firmy. Płatności były okrutne. Teraz nie mam kapitału, ale gdybym takowy posiadał, to myślę, że włożyłbym je w jakieś mieszkanie. To jest w miarę najpewniejsza lokata. A moja Renata to wiem,

że jakby miała pieniądze to by na rybki i ekologię wszystko przeznaczyła.

REKLAMA

ALIOR BANK

BANK PRZEDSIĘBIORCZOŚCI

KREDYT OBROTOWY DLA FIRM Z GWARANCJĄ BGK

GWARANCJA ZABEZPIECZA DO 80% KREDYTU

dostępny szybko i prosto

Zapraszamy:
Rydułtowy
ul. Ofiar Terroru 41, ☎ 32 417 20 45
Wodzisław Śląski
ul. Kubsza 1, ☎ 32 41 48 009
Racibórz
ul. Długa 5, ☎ 32 400 88 35
Żory
ul. Klimka 3, ☎ 32 470 17 99

Alior Bank uzależnia decyzję o przyznaniu kredytu obrotowego od oceny wiarygodności i zdolności kredytowej firmy. Oferta gwarancji de minimis obowiązuje do 31.12.2020 r. Pełna informacja o kredycie, gwarancji de minimis, opłatach i prowizjach jest dostępna na www.aliorbank.pl. Informacja handlowa według stanu na 15.05.2020 r.

ALIOR BANK

KREDYT KONSOLIDACYJNY

LEKKA KONSOLIDACJA Z PODUSZKĄ BEZPIECZEŃSTWA

PŁĄCZ KREDYTY I ZABEZPIECZ ICH SPŁATĘ

PROMOCJA RRSO 8,95%

Zapraszamy:
Rydułtowy, ul. Ofiar Terroru 41, ☎ 32 417 20 45
Wodzisław Śląski, ul. Kubsza 1, ☎ 32 41 48 009
Racibórz, ul. Długa 5, ☎ 32 400 88 35
Żory, ul. Klimka 3, ☎ 32 470 17 99

Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania (RRSO) oferty promocyjnej „Bezpieczna konsolidacja II” wynosi 8,95%; całkowita kwota kredytu (bez kredytowanych kosztów): 74 485 zł; całkowita kwota do zapłaty: 106 296,68 zł; oprocentowanie zmienne: 6,2%; całkowity koszt kredytu: 31 811,68 zł, w tym prowizja: 0 zł (0%), składka na ubezpieczenie od utraty pracy i NNW: 7383,60 zł, odsetki: 24 428,08 zł; 105 miesięcznych rat, w tym 104 równe raty w wysokości 1012,36 zł, ostatnia rata: 1011,24 zł. Kalkulacja została dokonana na 15.04.2021 r. na reprezentatywnym przykładzie.

Minimalna kwota kredytu wynosi 30 000 zł. Oferta promocyjna uwzględnia zawarcie umowy ubezpieczenia na życie dla kwot kredytu od 30 000 zł do 70 000 zł lub umowy ubezpieczenia na wypadek utraty pracy i NNW dla kwot kredytu powyżej 70 000 zł. Zawarcie umowy ubezpieczenia w Alior Banku jest dobrowolne. Składka jest kredytowana i opłacana jednorazowo. Dla kwot kredytu powyżej 70 000 zł Alior Bank wymaga zabezpieczenia kredytu w formie cesji z umowy ubezpieczenia na wypadek utraty pracy i NNW. W ramach promocji można konsolidować zobowiązania tylko spoza Alior Banku, w tym min. jedną pożyczkę lub kredyt. Ostateczne warunki kredytowania zależą od zdolności kredytowej Klienta, kwoty kredytu, daty wypłaty kredytu oraz daty płatności pierwszej raty. Ubezpieczenie na życie z PZU Życie SA – ochrona trwa 24 albo 36 miesięcy, także po przedterminowej całkowitej spłacie kredytu, o ile nie zostanie zgłoszona rezygnacja z ubezpieczenia. Ubezpieczenie na wypadek utraty pracy i NNW z PZU SA – ochrona trwa w okresie obowiązywania umowy kredytu, ale nie dłużej niż 60 miesięcy, a miesięczne świadczenie z tytułu utraty pracy przysługuje, o ile utrata pracy nastąpiła nie wcześniej niż 61. dnia od daty zawarcia umowy ubezpieczenia. Ochrona trwa także po przedterminowej całkowitej spłacie kredytu, o ile nie zostanie zgłoszona rezygnacja z ubezpieczenia. Bank jest agentem ubezpieczeniowym wpisanym do rejestru w KNF i działającym na rzecz wielu ubezpieczycieli. Regulamin promocji „Bezpieczna konsolidacja II”, Taryfa opłat i prowizji, ogólne warunki obu ubezpieczeń dla kredytobiorców, pełnomocnictwo agenta, karty produktu oraz dokumenty zawierające informacje o produktach ubezpieczeniowych są dostępne w placówkach Alior Banku SA i na www.aliorbank.pl.



BANK SPÓŁDZIELCZY W ŻORACH

WEŹ WYGODNY KREDYT
DOPASOWANY DO
TWOICH POTRZEB

albo

EKO?

Logiczne,
że się opłaca!



ZAPRASZAMY DO NASZYCH
ODDZIAŁÓW I PLACÓWEK

ODDZIAŁ ŻORY:
UL. MĘCZENNIKÓW OŚW. 28
TEL. 32 434 27 25

ODDZIAŁ SUSZEC:
UL. ŚW. JANA 23
TEL. 32 434 27 25

oraz

SPRAWDŹ SWOJĄ RATĘ
POŻYCZKI NA NASZEJ
STRONIE

www.bszory.pl


KREDYT GOTÓWKOWY NA CELE
EKOLOGICZNE I NIE TYLKO...

TWÓJ DORADCA KREDYTOWY



KREDYTY GOTÓWKOWE
do 200 tys. zł RRSO 7,4%

KREDYTY HIPOTECZNE
13 Banków w jednym miejscu

POŻYCZKI UNIJNE
Maksymalne kwoty do 50 mln zł



POLSKA GRUPA FINANSOWA
INVEST GROUP

ZAPRASZAMY DO KONTAKTU: 730 809 809

UL. DRZYMAŁY 2, 47-400 RACIBÓRZ

W Żorach obszar zagrożony ptasią gripą

W jednym z gospodarstw na terenie powiatu pszczyńskiego stwierdzono ognisko wysoce zjadliwej grypy ptaków (HPAI) podtypu H5N8. W związku z tym na terenie powiatów bielskiego, cieszyńskiego i pszczyńskiego oraz miast Jastrzębie-Zdrój i Żory ustalone zostały obszary zapowietrzane i zagrożone. Co to oznacza?

Grypa ptaków to poważne zagrożenie, ponieważ powoduje ogromne straty ekonomiczne u hodowców, na których fermach wystąpiła. – Ma to przełożenie na sytuację ekonomiczną całej branży drobiarskiej w kraju, a przez to na kondycję ekonomiczną państwa. Objawy kliniczne wysoce zjadliwej grypy

ptaków (HPAI) u drobiu to: zwiększona śmiertelność, znaczący spadek pobierania paszy i wody, objawy nerwowe, tj. drgawki, skręt szyi, paraliż nóg i skrzydeł, niezdolność ruchów. Mogą także wystąpić duszności, sinica, wybroczyny, biegunki oraz nagły spadek nieśności – informują urzędnicy z Urzędu Miasta Żory. Podejrzenie wystąpienia choroby zakaźnej drobiu należy niezwłocznie zgłaszać do lekarza weterynarii prywatnej praktyki lub powiatowego lekarza weterynarii – nr tel. 32 42 28 632.

Wyznaczony obszar zagrożony na terenie miasta Żory obejmuje południową część dzielnicy Baranowice, a w Jastrzębiu-Zdroju sołectwo Bzie.

Nakazy dla właścicieli gospodarstw

Obszar zagrożony objęty jest nakazem niezwłocznego czyszczenia i odkażania środków transportu drobiu i ptaków, ich mięsa, paszy, ściółki lub nawozów naturalnych oraz innych przedmiotów lub substancji, które mogły zostać skażone wirusem wysoce zjadliwej grypy ptaków (HPAI). Ponadto nakazane jest stosowanie środków bezpieczeństwa biologicznego przez osoby wchodzące oraz wychodzące z gospodarstwa, w którym utrzymywany jest drób, w szczególności odkażanie rąk i obuwia. Należy też niezwłocznie poinformować powiatowego lekarza weterynarii o zwiększonej zachorowalności, śmiertelności lub

obniżeniu produktywności zwierząt w gospodarstwie.

Zakazy i obostrzenia epidemiologiczne

Na obszarze zagrożonym obowiązują też zakazy. Nie można wyprowadzać z gospodarstw (gdzie utrzymywany jest drób) ptaków oraz ssaków bez zgody powiatowego lekarza weterynarii. Nie można też transportować drobiu i jaj bez zgody powiatowego lekarza weterynarii, ani też transportować i rozrzucać ściółki oraz nawozów naturalnych. Obowiązuje też zakaz organizacji targów, wystaw, pokazów, gdzie są gromadzone drób lub inne ptaki. Koła łowieckie nie mogą też wypuszczać ptaków w celu odtworzenia zasobów ptactwa łownego. (ska)



Na obszarze zagrożonym ptasią gripą obowiązują wytyczne wojewody. W naszym subregionie to dzielnica Baranowice w Żorach oraz sołectwo Bzie w Jastrzębiu-Zdroju.

Covid-19 miał istotny wpływ na sytuację Funduszu Ubezpieczeń Społecznych w 2020 roku. „Kondycja finansowa Funduszu jest stabilna, gdyby nie epidemia zapewne mówilibyśmy dziś o rekordowych wpłatach składek” – wskazuje wiceprezes ZUS Paweł Jaroszek.

SYTUACJA FUS STABILNA

KRAJ Rok 2020 był zdominowany przez pandemię koronawirusa. Z dnia na dzień opracowaliśmy i uruchomiliśmy programy pomocowe w ramach Tarczy antykryzysowej. Wszystko po to, aby złagodzić skutki pandemii. Przedsiębiorcy mogli skorzystać m.in. ze zwolnienia z obowiązku opłacania składek

na ubezpieczenia społeczne, odroczenia terminu płatności lub rozłożenie na raty składek. To wszystko miało istotny wpływ na sytuację finansową FUS – komentuje wiceprezes ZUS Paweł Jaroszek.

Jak podkreśla, stopień pokrycia wydatków wpływami ze składek i ich pochodnych w 2020 roku ukształtował się

na poziomie 74,7 proc., choć w pierwszym kwartale przekroczył rekordową wartość osiągniętą w 2019 r. 82,9 proc. (wobec 81 proc. w 2019 r.). – Gdyby nie pandemia zapewne mówilibyśmy o rekordowych wpłatach składek do FUS. Wskazywały na to wyniki z I kwartału – wskazuje wiceprezes.

Największe koszty FUS

Koszty Funduszu Ubezpieczeń Społecznych w 2020 r. wyniosły 277,3 mld zł. Największą ich pozycją były transfery na rzecz ludności w kwocie 260,5 mld zł, obejmujące świadczenia emerytalno-rentowe oraz pozostałe świadczenia. Przeciętna miesięczna wypłata emerytury i renty w grudniu 2020 r. wyniosła 2419,71 zł i była wyższa o 5,9 proc. od wypłacanej rok wcześniej. Najważniejszym czynnikiem wpływającym na wysokość świadczeń niezmienne jest coroczna waloryzacja – w marcu 2020 r. przeprowadzono waloryzację wskaźnikiem 103,56 proc., nie mniej

jednak niż o kwotę 70,00 zł (miesięczny skutek finansowy to 716,9 mln zł).

Istotne wydatki FUS były związane zasiłkami chorobowymi, które wyniosły 14,1 mld zł. Były one wyższe o 15,7 proc. od zasiłków wypłaconych w 2019 r., co wynikało z zachorowań na COVID-19 lub przebywania na kwarantannie.

Cudzoziemcy

Po spadku w drugim kwartale, w drugiej połowie 2020 r. ponownie wzrosła liczba obcokrajowców – do najwyższego w historii poziomu. W grudniu 2020 r. w ZUS było zarejestrowanych 725 173

obcokrajowców, co oznacza wzrost o 11,3 proc. w stosunku do grudnia poprzedniego roku. W liczbie tej 59,4 proc. osób było pracownikami, 3 proc. prowadziło działalność gospodarczą, a pozostali byli objęci innymi formami zatrudnienia. Największą grupę obcokrajowców (73,4 proc.) stanowili obywatele Ukrainy – w grudniu 2020 r. ich liczba wyniosła 532 503 osób, było to o 11,1 proc. więcej niż na koniec 2019 r. Duży wzrost liczby obywateli Ukrainy w Polsce w dwóch ostatnich kwartałach 2020 r. był wynikiem odblokowania granic po okresie pierwszego lockdownu. (red.)

Kącik ZUS

BEATA KOPCZYŃSKA
rzecznik regionalny
ZUS Województwa Śląskiego

Pracuję od 1988 r w szkole i chcę przejść na świadczenia kompensacyjne. Mam teraz 57 lat. Czy dostanę rekompensatę dla nauczyciela z tytułu pracy w szczególnym charakterze?

Rekompensaty za pracę w szczególnych warunkach lub w szczególnym charakterze, przysługują osobom urodzonym po 31 grudnia 1948 r., które spełniają następujące warunki:

- przed 1 stycznia 2009 r. pracowały w szczególnych warunkach lub w szczególnym charakterze stale i w pełnym wymiarze czasu pracy przez co najmniej 15 lat,
- nie mają ustalonego prawa do wcześniejszej emerytury, np. z Karty Nauczyciela, nauczycielskiego świadcze-

nia kompensacyjnego ani emerytury pomostowej,

- wystąpią z wnioskiem o emeryturę w powszechnym wieku emerytalnym (60 lat dla kobiet, 65 lat dla mężczyzn),
- dołączą do tego wniosku świadectwo pracy lub zaświadczenie, które potwierdza, że wykonywały pracę w szczególnych warunkach lub w szczególnym charakterze.

Rekompensatę ustalamy wyłącznie do emerytury powszechnej. Rekompensata nie przysługuje przy wcześniejszej emeryturze ani przy nauczycielskim świadczeniu kompensacyjnym.

Jeśli skorzysta Pani z nauczycielskiego świadczenia kompensacyjnego, to nie

spełni Pani jednego z w/w warunków, więc doliczenie rekompensaty do emerytury powszechnej nie będzie możliwe.

Przez pewien czas pracowałam u kolegi. Od umowy miałam odprowadzany jedynie podatek. Chciałabym zapytać czy to będzie mi się liczyło do stażu pracy, jaka praca jest zaliczona do stażu przy emeryturze?

Do stażu ZUS zaliczy każdy okres, za który odprowadzane były składki na ubezpieczenia społeczne. Pod uwagę weźmie więc umowy zlecenie, ale już umów o dzieło nie, bo od nich składek emerytalno-rentowych się nie płaci. Zatem z podanej przez Panią informacji – najprawdopo-

dobniej miała Pani podpisaną umowę o dzieło i od tej umowy nie były opłacane składki na ubezpieczenia społeczne, zatem nie zostanie ona zaliczona do stażu. Na uwagę zasługuje jeszcze jeden aspekt, aby mieć zaliczony rok stażu do emerytury minimalnej, należy odprowadzać składki przynajmniej od pensji minimalnej. W przypadku okresów przypadających po 31 grudnia 1998 r. obowiązuje zasada proporcjonalności, tj. miesiące, w których składki na ubezpieczenia emerytalne i rentowe były obliczone od podstawy wymiaru niższej od kwoty minimalnego wynagrodzenia, uwzględnia się je w części odpowiadającej proporcji tej podstawy do kwoty minimalnego wynagrodzenia.

thermodom
Nowoczesna technika budowlana

ZATRUDNIMY

murarzy, cieśli, zbrojarzy oraz pracowników do robót elewacyjnych

– praca na inwestycjach w regionie Górnego Śląska. Oferujemy stabilne warunki zatrudnienia: umowa o pracę, transport do i z miejsca pracy. Doświadczenie i prawo jazdy kat. B mile widziane.

bsmolka@thermodom.pl
604 298 943

Co zrobisz w Żorach za 2 mln zł?

Jeśli masz pomysł, jak zmienić miasto na lepsze i jaką inwestycję warto zrealizować w Żorach, to koniecznie weź udział w Żorskim Budżecie Obywatelskim 2022! – Od 4 maja mieszkańcy Żor mogą zgłosić swoje pomysły i zdecydować na co przeznaczyć ponad dwa miliony złotych z miejskiego budżetu w 2022 roku – informują w żorskim magistracie.

W tym roku mieszkańcy Żor ponownie mogą zgłaszać projekty ogólnomiejskie, czyli takie, które skierowane są do ogółu mieszkańców. – Szacunkowa wartość zgłaszanego projektu musi wynosić co najmniej 100 000 zł, a jednocześnie nie może przekraczać kwoty przeznaczonej na Żorski Budżet Obywatelski czyli 2 160 000 zł. Mieszkańcy mogą

zgłaszać zarówno projekty „miękkie”, jak i inwestycyjne, pamiętając, że te ostatnie muszą być zlokalizowane na nieruchomościach należących do miasta – informuje Adrian Lubszczyk, kierownik Biura Promocji, Kultury i Sportu Urzędu Miasta Żory. Własność nieruchomości można sprawdzić na www.geoportal.zory.pl.

Jak prawidłowo napisać wniosek?

Zgłaszając wniosek należy możliwie jak najdokładniej opisać zgłaszaną propozycję (tytuł, opis tego co miałyby powstać, lokalizacja) oraz podać możliwie dokładny kosztorys – stworzony w oparciu o zapytania do firm, koszty podobnych realizacji w Żorach lub innych miast itp. Nie wolno przy tym wskazywać, że inwestycja musi zostać zrealizowana przez zakup sprzętu konkretnej marki czy wykonana przez konkretnego wykonawcę. Należy też pamiętać o podziale kosztów na te dotyczące działań inwestycyjnych i

działań „miękkich”. Dodatkowo zgłaszający wniosek musi podać szacowane koszty eksploatacyjne zgłaszanej inwestycji w 5 kolejnych latach.

W kosztorysie należy zawrzeć wszystkie koszty tzn. wziąć pod uwagę konieczność wykonania projektu, uzyskania pozwoleń, koszty obsługi czy utrzymania zgłaszanego przedsięwzięcia. Jeśli mają Państwo pytania dotyczące wykonalności technicznej czy sposobu przygotowania kosztorysu zachęcamy do kontaktu z pracownikami wydziału infrastruktury i inwestycji Urzędu Miasta Żory pod adresem imi@um.zory.pl lub numerem telefonu 32 43 48 272 albo 32 43 48 276.

Co wybrano w Żorskim Budżecie Obywatelskim 2021?

Najwięcej głosów otrzymał projekt pn. „Zazielenić Żory”, zgłoszony przez Sylwię Konik. W ramach tego projektu za kwotę 1 600 000,00 zł w mieście zasadzonych zostanie aż tysiąc drzew!

Drugie miejsce w głosowaniu mieszkańców zajął zgłoszony przez Sławomira Tagowskiego projekt pn. Budowa kortu do gry w padel w celu reaktywacji terenu byłego boiska do siatkówki przy hali sportowej MOSiR Żory. Dzięki niemu żorzanie już w

przyszłym roku będą mogli doskonalić swoje umiejętności gry w padla.

W 2021 roku w ramach Żorskiego Budżetu Obywatelskiego zrealizowany zostanie też projekt pn. „Przystanek Zachód” – koncepcja zagospodarowania ogólnomiejskiej

strefy rekreacyjno-wypoczynkowej mieszkańca przy stawie ERG, zgłoszony przez Henryka Oszka. Zakłada on stworzenie przy stawie ERG przestrzeni rekreacyjnej, która będzie służyła m.in. miłośnikom turystyki rowerowej.

(ska)

Jak zgłosić wniosek do Żorskiego Budżetu Obywatelskiego?

Każdy mieszkaniec może zgłosić jeden projekt, w terminie od 4 maja do 4 czerwca 2021 r. w następujący sposób:

- listownie na adres: Urząd Miasta Żory, al. Wojska Polskiego 25, 44-240 Żory, z adnotacją na kopercie „Żorski Budżet Obywatelski” lub „ŻBO”
- bezpośrednio w Biurze Podawczym w siedzibie Urzędu Miasta Żory przy Rynku 9 lub al. Wojska Polskiego 25, 44-240 Żory,
- elektronicznie na dedykowanej platformie pn. „E-Żory”, dostępnej pod adresem zorykonsultacje.eboi.pl, przy czym formularz projektu zgłoszony elektronicznie musi zawierać wszystkie wymagane załączniki, w postaci skanów lub zdjęć oryginałów dokumentów,
- w przypadku osób, którym rodzaj niepełnosprawności lub stan zdrowia uniemożliwia złożenie wniosku – za pośrednictwem Mobilnego Urzędnika, po uprzednim kontakcie telefonicznym z Urzędem Miasta Żory.

Aby zgłosić projekt wymagana jest lista z podpisami poparcia co najmniej 50 mieszkańców Żor. Wzór formularza do złożenia w formie papierowej oraz wzór listy poparcia będą dostępne w Urzędzie Miasta Żory w godzinach jego pracy.

RADIO VANESSA FM

95.8 FM 100.3 FM 94.9 FM

Szukasz pracy? A może chcesz zmienić pracę?

Masz firmę? Poszukujesz pracowników?

praca **nowiny.pl**

NOWY SERWIS REKRUTACYJNY



PROMOCJA
ogłoszenia już od
25 zł!

W SERWISIE:

- setki ogłoszeń o pracę
- wizytówki pracodawców
- aktualności z regionalnego rynku pracy
- porady dotyczące zatrudnienia

MEGA ZASIĘG:

ok. 1 milion mieszkańców
RACIBÓRZ, RYBNIK, WODZISŁAW ŚL.,
JASTRZĘBIE-ZDRÓJ, ŻORY, GLIWICE,
KĘDZIERZYN-KOŹŁE

Tu znajdziesz dobrą pracę dla siebie!

Tu przeprowadzisz skuteczną rekrutację!

praca.nowiny.pl ➡ Sprawdź nas już dziś!



NOWOCZESNA MEDYCYNĄ W REGIONIE

nowiny
ZORSKIEnowiny
JASTRZĘBSKIE

nowiny.pl

Odchudzona żywność - czy jest dla nas zdrowa?

Wiosna to czas kiedy zaczynamy baczniej przyglądać się swojej diecie, marząc o zgrabnej sylwetce. Chcąc zadbać o własne zdrowie i ciało staramy się przykładąć większą wagę do tego, co znajduje się na naszych talerzach. Czytanie etykiet na produktach pozwala podejmować świadome wybory, ale też wymaga od nas czasu i wiedzy jak je analizować. Często idziemy więc na skróty wybierając bardzo modne produkty typu „light” czy „fit”. Czy to jednak dobry pomysł?

Naucz się słodzić

Jeżeli potrafimy zachować zdrową równowagę i pilnować tego, aby nasza dieta obfitowała w różnorodne produkty, a przy tym nie unikamy aktywności fizycznej, cukry proste mogą być częścią naszej diety i nie musimy się przed nimi za wszelką cenę bronić. Ważne by były one spożywane w odpowiednich ilościach i w odpowiednich okolicznościach, czyli np. przed aktywnością fizyczną lub po niej, by szybko uzupełnić utraconą energię.

Co jednak oznaczają odpowiednie ilości? Według Światowej Organizacji Zdrowia codzienne spożycie cukru powinno wynosić do 10% ogółu energii. Przy średnim zapotrzebowaniu kalorycznym dla osoby dorosłej na poziomie 2000 kcal będzie to około 200 kcal, czyli około 50 gramów cukru. Jeżeli po przeczytaniu etykiety wiemy, ile cukru znajduje się w danym produkcie, to łatwiej jest kontrolować jego obecność w naszej diecie.

Bez cukru, bez problemu?

Produkty, ze zmniejszoną zawartością cukru, są zwykle słodzone słodzikami o niskiej kaloryczności (np. ksylitol) lub zerowej (np. erytrol). Niektóre z nich nadają nieco inny smak od białego cukru i dla wie-

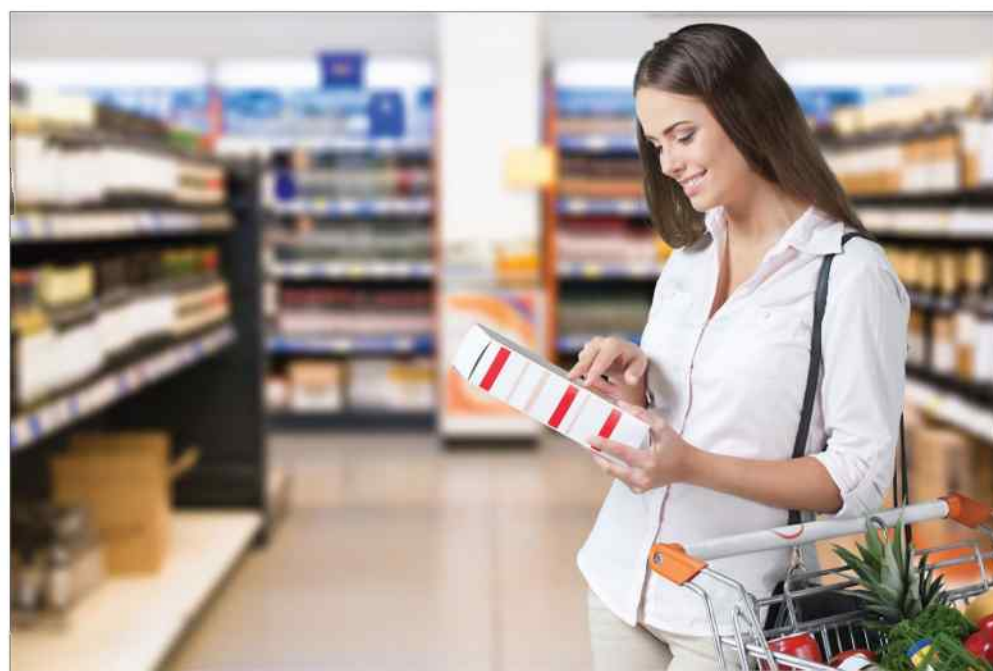
li konsumentów ta różnica może być wyczuwalna. Czytając etykiety należy zwracać uwagę jaki rodzaj słodzika został użyty w produkcie. Warto pamiętać, że o ile organiczne słodziki nie zostały uznane za zagrażające zdrowiu, to te produkowane w laboratoriach spożywane w nadmiernych ilościach mogą przyczynić się do wystąpienia bólu głowy czy problemów skórnych.

Słodziki naturalnego pochodzenia (tzw. poliole) to organiczne związki chemiczne, wśród których znajdziemy: maltitol, ksylitol, erytrytol czy sorbitol. Najpopularniejszy z nich to ksylitol, który ma postać białego, krystalicznego proszku bez zapachu. Nazywany jest też cukrem brzozywym, ponieważ pozyskiwany jest z owoców i drewna brzozy. Podobnie jak cukier spożywcy nadaje słodki smak potrawom, jednakże z uwagi na to, iż jest inaczej trawiony i metabolizowany, dostarcza o 40% mniej kalorii. Spożywając ten słodzik zaleca się nieprzekraczanie jednorazowej dawki w ilości 15 gramów dziennie, ponieważ nadwyżka ksylitolu w organizmie może powodować problemy żołądkowe. Wśród naturalnych słodzików popularny jest też erytrytol powstający w wyniku fermentacji glukozy, obecnie chętnie reko-

mendowany przez dietetyków, głównie z uwagi na fakt, że w przeciwieństwie do ksylitolu nawet przy dużym spożyciu nie wywołuje dyskomfortu trawieniowego i biegunk.

Sztuczne słodziki, czyli syntetyczne i wyprodukowane w warunkach laboratoryjnych, to między innymi aspartam (E951), cyklamian sodu (E952), acesulfam K (E950) oraz sacharyna (E954). Te substancje słodzące mają nawet kilkaset razy większą siłę słodzącą od cukru oraz słodzików naturalnego pochodzenia. Dlatego też producenci dodają je do swoich produktów w śladowych ilościach. Mimo to należy na nie uważać – nie są korzystne dla naszego zdrowia i jeżeli już musimy je spożywać, to najlepiej ograniczyć do niezbędnego minimum produkty z ich zawartością.

Coraz większą popularność zyskują również słodcyce bez dodatku cukru. Wybierając słodcyce zwracamy uwagę na to, jak dużo składników wykorzystano do ich przygotowania, jakiej substancji słodzącej użyto i czy zastosowano sztuczne barwniki. Wyjątkowo niezdrowe jest połączenie syropu glukozowo-fruktozowego oraz oleju palmowego, tak chętnie wykorzystywanego w produkcji słodcyce. Niekorzystne jest też nadmierne do-



sładzanie produktów syropem z agawy, syropem klonowym, melasą czy miodem. Chociaż są to zdrowe naturalne substancje słodzące, to nadużywanie mogą powodować szybki przyrost masy ciała oraz skoki poziomu cukru we krwi.

Produkty „light” i „fit”

Żywność oznakowana napisem „light” czy „fit” to kolejna gama produktów, dedykowana m.in. osobom dbającym o linię. Producenci bardzo chętnie „odchudzają” swoje produkty ograniczając w nich zawartość nie tylko cukru, ale również tłuszczu, którego nasz organizm potrzebuje do prawidłowego funkcjonowania. Zapotrzebowanie dorosłego człowieka na tłuszcz wynosi od 25 do 30% wartości kalorycznej diety. Oprócz tego przyjmuje się, że zapotrzebowanie na energię oraz niezbędne nienasycone kwasy tłuszczowe powinno wynieść 15% wartości kalorycznej diety. Tłuszcz są nam niezbędne do przyswojenia cen-

nych dla organizmu witamin, takich jak A, D, E i K, których niedobór może prowadzić do różnych chorób lub dolegliwości, bądź nawet awitaminozy. W produktach oznaczonych na etykiecie jako „light” zwykle nie znajdziemy tych witamin, a co więcej mogą one mieć gorszy skład, niż te pełnowartościowe. Obniżone stężenie tłuszczu często jest bowiem efektem zastąpienia go jego węglowodanowymi zamiennikami. W składzie „odchudzonej” żywności najprawdopodobniej znajdziemy więc inne substancje zagęszczające i stabilizujące takie, jak: guma guar, guma ksantanowa, agar, celuloza, skrobia modyfikowana, żelatyna i inne. Mają one za zadanie imitować tłuszcz, czyli zagęszczać produkt, a przy tym nadawać mu pełniejszy smak. Racjonalnie spożywany tłuszcz będzie miał zbawienny wpływ na nasze zdrowie, kondycję, funkcjonowanie układu nerwowego, krwionośnego i hormonalnego. Dlatego zamiast

całkowicie rezygnować z tłuszczu, warto spożywać go z umiarem, a do „odchudzonej” żywności podchodzić z dystansem.

Tani chwyt marketingowy

Jest jeszcze jeden ważny czynnik, na który należy zwrócić uwagę decydując się na zakup produktów typu „light” czy „o obniżonej zawartości cukru”. Bardzo często są one droższe od swoich tradycyjnych odpowiedników lub oferowane w opakowaniach o mniejszej pojemności. Tym bardziej warto nauczyć się czytać etykiety i skład produktów tak, aby wiedzieć czy chcemy przepłacać za coś, co może okazać się niejednokrotnie gorszym wyborem niż spożywany dotychczas produkt. Bądźmy świadomi co jemy i pamiętajmy, że zdrowy jadłospis nie opiera się wyłącznie na liczeniu kilokalorii, a wybierając jedynie niskokaloryczne alternatywy nie osiągniemy zdrowej, zbilansowanej diety.

15 minut, które może uratować życie

O tym jak się nie dać zwieść promieniom, zadbać o swoją skórę i nie bagatelizować znamion, ze specjalistką dermatologii doktor Agatą Zielonką-Kucharzewską rozmawia Katarzyna Gruchot.

– Jakie czynniki wpływają na rozwój nowotworów skóry?

– Najważniejszym czynnikiem odpowiedzialnym za ich powstawanie jest intensywna ekspozycja na promienie UV. Najbardziej niebezpieczne jest wieloletnie i intensywne zażywanie kąpieli słonecznych, które prowadzi często do poparzeń. Pewną rolę odgrywa też cechy genetyczne. Nawet to, że ktoś wcześniej chorował na czerniaka, nie znaczy, że on nie pojawi się w jakimś innym miejscu, dlatego profilaktyka powinna być wprowadzona na stałe, zarówno u tych osób, które miały nowotwór skóry, jak również u ich najbliższych, bo prawdopodobieństwo zachorowania na nowotwór skóry jest u nich dużo większe.

– Kto jest najbardziej narażony na czerniaka?

– Większość Polaków posiada fototyp skóry typu I lub II,

czyli jasną karnację, pozbawioną czynników obronnych, szczególnie podatną na oparzenia. Bardziej narażone są osoby o włosach w kolorze blond lub rudych, zielonych lub niebieskich oczach oraz jasnej cerze z licznymi piegami i pieprzykami. Taka skóra nie toleruje słońca i pod jego wpływem zamiast opalać się, ulega poparzeniom. To właśnie poparzenia są jednym z czynników wpływających na powstawanie i rozwój nowotworów skóry. Jeśli chodzi o grupy zawodowe to najbardziej narażeni są budowlancy i rolnicy, którzy z racji wykonywanej pracy spędzają dużo czasu na słońcu. Mężczyźni rzadko sięgają po zabezpieczające kremy z filtrem, wśród nich odnotowuje się też więcej przypadków zachorowań na czerniaka, niż u kobiet.

– Czy opalanie się może być bezpieczne?

– Tylko wtedy, gdy będziemy to robić stopniowo, z odpowiednią ochroną kremów z wysokim filtrem i w odpowiednich godzinach. Częstym błędem, który popełniamy, jest brak systematycznego przygotowania skóry do ekspozycji na słońce. Po miesiącach spędzonych w domu jedziemy na wakacje i już pierwszego dnia pozostajemy wiele godzin na plaży bez filtra, albo z faktorem numer 6, czyli bez żadnej fotoprotekcji. Nawet krem z filtrem SPF 50 nie chroni nas całkowicie przed promieniowaniem, bo nie jest blokerem, ale zapewnia większe bezpieczeństwo. Do słońca musimy podchodzić z dużą dozą rozsądku.

– Jak rozpoznać raka skóry?

– Zmiany czerniakowe mają wiele cech charakterystycznych, w których wykryciu pomocne jest tak zwane abecadło czerniaka. Jeśli nasze znamię

posiada jedną z tych cech, to powinniśmy się zgłosić do lekarza: A oznacza jego asymetryczny kształt, B to poszarpane nierówne brzości, C – nierówny rozkład kolorów, D – duży rozmiar, powyżej 5 mm, E – oznacza ewolucję, czyli postępujące zmiany kształtu. Poza tym sygnałem alarmowym do natychmiastowej konsultacji lekarskiej powinno być również swędzenie, krwawienie i bolesność znamienia. Obserwujemy te znamiona, które mamy od lat i zwracamy uwagę na każde nowe znamię pojawiające się na skórze.

– 12 maja obchodzimy Światowy Dzień Walki z Czerniakiem. Dlaczego profilaktyka właśnie tego nowotworu skóry jest tak ważna?



którym lekarz pod dużym powiększeniem ogląda znamię, oceniając na podstawie jego wyglądu czy zmiana jest łagodna czy podejrzana. Badanie, na które nie trzeba się wcześniej rejestrować, trwa około 15 minut i powinno się je wykonywać przynajmniej raz do roku, a w przypadku osób o jasnej karnacji jeszcze częściej. Jeżeli w badaniu mamy jakiegokolwiek podejrzenie, że zmiana skórna jest złośliwa, odsyłamy pacjenta do chirurga, który usuwa ją w całości i wysyła do badania histopatologicznego. Im szybciej podejrzone zmiany usuniemy, tym większa jest możliwość całkowitego wyzdrowienia. Bardzo zależy nam na tym, aby pacjenci byli świadomi, jak ważnym elementem naszej codzienności jest profilaktyka, szczególnie taka, do której nie trzeba się w jakiś szczególny sposób przygotowywać. Spójrzmy na to w ten sposób, że to tylko 15 minut, które może komuś uratować życie.

SUPERSLIM zaprasza do nowej siedziby od 17 maja!

SUPERPROMOCJA!

Tylko teraz od 17–31 maja
specjalne rabaty na nasze usługi!

– **10%** rabatu na wszystkie pakiety wizyt

– **50%** rabatu na analizę składu ciała

Dlaczego warto?

- Jesteśmy największą poradnią dietetyczną w Polsce
- Pracuje dla Was 9 dietetyków o specjalnościach: dietetyka kliniczna, psychodietetyka, dietetyka pediatryczna, żywienie osób aktywnych fizycznie!



www.superslim.com.pl



Poradnia dietetyczna SuperSlim 44-240 Żory, Al. Wojska Polskiego 4B/ 29

pon. wt. czw. pt. 7.00 – 22.00, śr. 10.00 – 20.00, sob. 8.00 – 18.00 • tel. 531 200 609

Wystartowała akcja „Jaskółka”

W obronie godności i niezależności, a przeciwko dyskryminacji i niesprawiedliwości – Galeria Wiślanka ruszyła z akcją „Jaskółka”. Działania podjęte z inicjatywy dyrekcji centrum handlowego mają wesprzeć kobiety dotknięte ubóstwem menstruacyjnym. Inicjatorce akcji wierzą, że będzie ona właśnie jaskółką zmian w mentalności i podejściu do tak podstawowego zagadnienia jak higiena menstruacyjna.

Brak dostępu do środków higieny menstruacyjnej utrudnia angażowanie się w edukację i pracę zarówno dziewczętom, jak i dojrzałym kobietom. Problem ten powoduje wykluczenie społeczne z wszelkiej aktywności. Powodujące poczucie wstydu utrapienie dotyka około 20 proc. Polek,

także żorzanek. W Żorach koordynatorkami akcji „Jaskółka” są Anna Ujma, na co dzień dyrektor zarządzająca Galerii Wiślanka oraz Ewa Kałus, kierowniczka w Szkole Podstawowej nr 15.

Najpierw pomoc dla uczennic

W pierwszym etapie swoich działań wsparciem zostały objęte dziewczęta ze szkół. Już nawiązano współpracę z dwoma szkołami: ze Szkołą Podstawową nr 15 oraz z Zespołem Szkół Nr 3. W miarę możliwości pomoc będzie udzielana także w pozostałych placówkach z terenu miasta Żory. Warto dodać, że uczniowie z Zespołu Szkół nr 3 opiekują się skrzyneczką menstruacyjną, która umieszczona jest w łazience dla kobiet w Centrum Przesiadkowego przy ul. Męczenników Oświęcimskich.

Skrzyneczka ta, to tzw. „Punkt Pomocy Okresowej, czyli Mała Szafka o Wielkiej Pomocy”. Można z niej skorzystać będąc w potrzebie, ale można też pozostawić coś od siebie. Wolontariusze z Zespołu Szkół Nr 3 na bieżąco



Inicjatorce akcji zachęcają do wsparcia akcji i opieki nad „skrzyneczkami menstruacyjnymi” w Żorach

monitorują czy w skrzyneczce znajdują się środki higieny. W razie potrzeby uzupełniają ją.

Włączają się partnerzy

Działania w ramach „Jaskółki” już wsparło także kilka osób prywatnych. – Akcja, którą zdecydowałam się wesprzeć jest dla mnie wspaniałym gestem

kobiecej solidarności. Dzięki niej, my kobiety wspierając się nawzajem pokazujemy swoją siłę, wrażliwość, sprawczość i umiejętność zmieniania świata małymi gestami. Akcję planuję wspierać długofalowo – mówi Agnieszka Socha.

Pomocną dłoń do organizatorów wyciągnęła także Wero-

nika Cembrzyna, dyrektorka Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Żorach. Przekazane do MOPS-u środki higieny, w tym podpaski będą dostarczane potrzebującym przez asystentów rodziny oraz pracowników socjalnych. Akcję poparła także Liliana Bocian. Znana żorska wolon-

tariuszka będzie prowadziła punkt „Jaskółki” przy ul. Promiennej. Do akcji dołączyły także SP13 i SP17 w Żorach, a także sponsorzy Drogerie Polskie i drukarnia Info Graf.

Walka z ubóstwem menstruacyjnym

– Akcja „Jaskółka” Galerii Wiślanka to działanie mające na celu walkę o godność kobiet dotkniętych ubóstwem menstruacyjnym. W Polsce, ale i na całym świecie to ciągle temat tabu. Gorąco zachęcam do lektury raportu „Krwawy problem. Ubóstwo menstruacyjne: dlaczego i jak musimy je zakończyć”, który dostępny jest na stronie www.kulczykfoundation.org.pl – mówi Anna Ujma, dyrektor zarządzająca Galerii Wiślanka. – Jesteśmy na początku drogi, przed nami dużo pracy. Każde wsparcie będzie na wagę złota. Wszystkie instytucje, firmy, organizacje pozarządowe czy osoby prywatne, które chcą dołączyć do naszej akcji zapraszamy do kontaktu. Drodzy Państwo czekamy na Wasze mejle. Wspólnie możemy więcej – dodaje Ewa Kałus, koordynatorka akcji. (ska)

Wiosna w **T V S**



POZYCJA 85



POZYCJA 87



POZYCJA 62



POZYCJA 129



POZYCJA 111/352



WOJ. ŚLĄSKIE



**Otwarte
od 22 maja!**

ponad 50 atrakcji
parki linowe i karuzele
pokazy kowbojskie
sympatyczne zwierzaki



**Idealne miejsce
dla rodzin z dziećmi (4-12 lat)**

Zrealizujesz u Nas

