

TYGODNIK



Dom w 3 dni

FABRYKA DOMÓW
GOLBALUX

*Poradnik na temat domu
w budowie i utrzymaniu*

Biuro handlowe oddział Kozenice

✉ kozenice@golbalux.pl

☎ 512 - 495 - 193

📘 domw3dni

KRAJOBRAZY PO PRZEJŚCIU ŻYWIOŁÓW



W ostatnich dniach tematem, jakim żyje cała Polska, stały się klęski żywiołowe. Najpilniej śledzimy rzecz jasna tragiczne i bardzo rozległe skutki powodzi, jakie uderzyły na południu kraju, także jednak i w naszym regionie natura pokazała, że jej siły i nieprzewidywalności nie wolno lekceważyć.

W sobotnie popołudnie, 14 września, przez Nową Wieś, Holendry Kuźmińskie i Piotrkowice przeszła trąba powietrzna, uszkadzając domy i zabudowania gospodarcze oraz ogrodzenia. Strażacy zabezpieczali plandekami pozbawione dachów budynki, na niektórych drogach konieczne było usunięcie blokujących je konarów i pni powalonych drzew. Także policja pojawiła się na miejscu niosąc pomoc mieszkańcom i zabezpieczając uszkodzone mienie. Na szczęście i co najważniejsze – według posiadanych informacji nikt nie został ranny.

Na miejscu zdarzenia odbyło się spotkanie Zespołu Zarządzania Kryzysowego, któremu przewodniczył Burmistrz Gminy Kozenice. 16 września w kozienickim Urzędzie Miejskim rozmawiano z kolei o bieżących problemach i potrzebach mieszkańców, szacowaniu strat i planowanych działaniach. Burmistrz Mariusz Prawda poinformował zebranych o uruchomionych przez Gminę Kozenice

procedurach pomocowych.

Nadleśnictwo Kozenice informuje o dużych stratach w leśnictwach Chinów, Cztery Kopce i Adamów. Wiadomo już, że zniszczeniu uległo kilka tys. metrów sześciennych drzew. Część dróg i szlaków turystycznych we wspomnianych leśnictwach jest nieprzejezdna, a **przebywanie w uszkodzonych drzewostanach może stanowić duże zagrożenie dla zdrowia i życia.**

Starostwo Powiatowe prowadzi tymczasem trwającą do piątku zbiórkę rzeczową dla osób dotkniętych powodzią, szczególnie informacje na FB starostwa. **Uwaga: policja przestrzega przed fałszywymi alertami RCB (prawdzenia w jakiegokolwiek linku) oraz fałszywymi zbiórkami.** Pomagajmy z głową, nie dajmy się oszukać tym, którzy zechcą wykorzystać nasz odruch serca. W tym momencie wszystkie duże polskie portale internetowe publikują listy zbiorów zweryfikowanych, czyli bezpiecznych.

Moje miasteczko umarło...

Wczoraj Andrzej Masłoń, wspaniały przewodnik po Mazurach - na pewno pamiętają go uczestnicy wycieczek z terenu Ziemi Kozienickiej – zamieścił na swoim FB dramatyczny post. Udostępniamy go poniżej (<https://www.facebook.com/andrzej.maslon>).



Moje miasteczko umarło, zginęło śmiercią tragiczną. Stronie Śląskie, tu się urodziłem, wychowałem. Tu chodziłem do szkoły. Losy dorosłego życia związałem z Mazurami. Moi drodzy rusza wielka, spontaniczna pomoc. W mediach społecznościowych jest wiele informacji gdzie ta pomoc trafia lub ma trafić. Kłódzko jest takim miejscem. (...) Łądek, jak obserwuję, też jest dobrze w mediach społecznościowych rozpoznawalny, gdzie ta pomoc już idzie albo jest przygotowywana. Są jednak miejsca gdzie ludzie zostali pogrzebani żywcem, dosłownie i w przenośni.

Czasami ktoś wspomni o Stroniu, ale totalnie zapomniane zostały wioski takie jak Bielice, Gierałtów, Goszów, Kletno, Bolesławów, Kamienica, Stara i Nowa Morawa. Tam ludzie potrzebują, i to już wody, jedzenia. W Stroniu odzieży, śpiworów, pościeli. Po wioskach agregatów. Te miejscowości nie mają infrastruktury, która często budowana była wzdłuż dróg. Dzisiaj tych dróg tam nie ma. Gdzie była droga teraz jest koryto rzeki. Prąd, woda,



kanaliza w tych miejscach to nie tweszia dni czy tygodni ale miesięcy. Pomyślcie, może tam warto zadedykować tą pomoc. Ta dedykacja może spowodować, że ona szybciej trafi do potrzebujących. W Goszowie jest kilka osób mających quady, może oni drogami leśnymi rozwiozą. Ci ludzie naprawdę czekają. Oni nie mogą nawet o tą pomoc poprosić, nie ma prądu, łączności, internetu. Media gonią za sensacjami a tam już tych sensacji nie

ma. Media, jak przejdzie wielka fala, wrócą tam bo o czymś trzeba mówić, pisać, pokazywać ale teraz też tam trzeba żyć. Nie zamieszczę żadnego zdjęcia, nic, żaden obraz nie przedstawi ogromu tragedii, jaką się tam rozegrała. Emocji, uczuć, przeżyć nie sfotografujemy. Ja mówić o tym nie mogę, zbyt mocno boli. Łatwiej jest mi napisać. Proszę przekazujcie ten wpis dalej, może trafi on do tych, którzy pomoczą. Na stronie samorządowej i rządową trzeba długo czekać.

Ps. Udało mi się jednak namówić Andrzeja na przesłanie kilku zdjęć by pokazać ogrom zniszczeń w Stroniu i okolicach. Jeżeli ktokolwiek z Czytelników chciałby wesprzeć mieszkańców Bielice, Gierałtowa i innych miejscowości prosimy o kontakt z redakcją. Agregaty prądowocze, śpiwory, pościel, latarki, naładowane powerbanki to w pierwszych kolejności potrzebne artykuły. Woda i żywność dostarczana jest w tej chwili przez śmigłowce. Tel. do redakcji: 512 495 193



moje ciepło

LATWIEJ · TANIEJ · ZDROWIEJ

☎ 602 510 049

Czytaj na str. 8

**KOTŁY ZGAZOWUJĄCE
DREWNO Z BUFOREM**

SKŁAD OPAŁU

WĘGIEL · PELLET · BRYKIET · DREWNO

Ryczywół, ul. Warszawska 22

515 515 100

ivax.pl

Diagnostyka+

+ Kozenice, ul. Kopernika 15 lok. 2

+ Pionki, ul. Niepodległości 2k

Akcja profilaktyczna trwa do 30.09.2024 r.

Czytaj na stronie 7!



• OGŁOSZENIA • OGŁOSZENIA • OGŁOSZENIA • OGŁOSZENIA • OGŁOSZENIA •
**UWAGA! INFORMUJEMY, ŻE W WYPADKU PRZESŁANIA OGŁOSZENIA NA NASZ ADRES
 MAILOWY ogloszenia@tygodnikoko.pl PIERWSZA EDYCJA BĘDZIE BEZPŁATNA**
MOTORYZACJA

- Sprzedam KIA Carens, rok. 2010. Gaz + benzyna. Srebrny met. przeb. 228 tys. km. Cena 11 500, do uzgodnienia. **Tel. 621-285-505**
- KUPIĘ STARE MOTOCYKLE A TAKŻE CZĘŚCI I POZOSTAŁOŚCI PO NICH. **Tel. 795-529-520**
- Kupię STARE MOTOCYKLE I SAMOCHODY wsk, mz, simson, motorynka itp FIAT, POLONEZ. Ciągarki rolnicze. **Tel. 721 029 688**

RÓŻNE

- Sprzedam maszyny stolarskie, silniki elektryczne, piły, krajcegi i wiele innych. Ceny do uzgodnienia. **Tel. 518-254-256**
- Sprzedam wóz konny, klatkę dwukółkę, śrutownik, parnik, i wiele innych rzeczy. Ceny do uzgodnienia. **Tel. 518-254-256**
- Sprzedam: kosiarka rotacyjna (produkt polski); grabiarka 5-gwiazdkowa; śrutownik; pompa "Predom" do wody brudnej i czystej z silnikiem 3-fazowym; sieczkarnia; telewizor 32 cale (Sharp); kosiarka konna; pralka wirnikowa "Frana". **Tel. 797-367-164**
- Sprzedam super sieczkarnię do kukurydzy - jednorzędowa, firmy KRONE. **Tel. 783-143-294**
- Sprzedam stemple budowlane, długość do uzgodnienia. Posiadam też gałęzie sosnowe na opał. Cena stempli oraz gałęzi do uzgodnienia. **Tel. 609-972-576**
- Sprzedam nagrania na kasetach audio, książki-powieści (czytają lektorzy), 40 tytułów, ok. 350 sztuk kaset magnetofonowych, lata 1970-1980 oraz wieże Hi-Fi, dużo kolumnenek głośnikowych, płyty DVD z filmami. Garbatka-Letnisko, **Tel. 506-272-159**
- Sprzedam stemple budowlane 3.1 m. 3.5 m. **Tel. 510-611-900**
- Sprzedam rower BMX. Cena do uzgodnienia. **Tel. 606-743-998**

- Sprzedam silnik z reduktorem 1.1. KW, 2 szt., cena do uzgodnienia, **tel. 509 113 924**
- Sprzedam nową lampę tylną (lewą) do VW POLO 9N (okularnik) oraz elektryczne lustro boczne (prawe) z lekko uszkodzoną obudową. Cena za w/w części 100 zł, dodam do kompletu instrukcję obsługi VW POLO 9N. **Tel. 515-687-411**
- Sprzedam bale z rozbiórki / zmywarkę wolnostojącą Bosch / stolik rozkładany / lodówkę. Cena do uzgodnienia, **tel. 795 - 169 - 522**

NIERUCHOMOŚCI

- Sprzedam ziemię orną 1.5 ha oraz „las” 1.8 ha. Cena do uzgodnienia. **Tel. 660-105-798**
- Sprzedam następujące grunty w gm. Gniewoszków: w. Zalesie - 1.68 ha (olszyna 0.98 ha, łąka 0.7 ha), w. Kociątek - 0.94 ha (las sosnowy), w. Sławczyn - 0.72 ha (olszyna). Wydzierżawię 2.78 ha na 3 lata we wsi Zalesie. Cena do uzgodnienia. **Tel. 501-478-780**
- Sprzedam atrakcyjną działkę budowlaną. 10 arów, gmina Grabów nad Pilicą. **Tel. 783-143-294**
- Sprzedam mieszkanie, Świerże Górne 9/6. Ładne, parter 44m², z piwnicą. 2 pokoje + łazienka + kuchnia + hall. Umeblowane, tanio - 169 000 zł, do uzgodnienia. **Tel. 510-640-904**
- SPRZEDAM MIESZKANIE 2 pokoje, kuchnia i łazienka, balkon, piwnica, duży parking, mieszkanie widne, niezadłużone, do częściowego remontu, nadaje się do zamieszkania, pow. 46,30 m², IV piętro. Świetna lokalizacja: Blok Hamernicka 6, między Delikatensami Centrum a Stokrotką. W pobliżu przedszkole i dwie szkoły. **Tel. 79 144 0000 w godzinach 8:00-19:00**
- Sprzedam ziemię orną i las. Jabłonów, gmina Policzna. **Tel. 530-080-510**
- Wynajmę pokój lub mieszkanie umeblowane. Ładne, tanio, 400 zł - do uzgodnienia. Świerże Górne 9/6, 12 km od Kozienc. **Tel. 510-640-904**

- Sprzedam działkę budowlaną w Chinowie, 2000 m². Cena do uzgodnienia. **Tel. 728-789-998**
- Sprzedam 2 ha ziemi ornej w Holendrach Koziencickich. Cena do uzgodnienia. **Tel. 883-240-755**
- Sprzedam dom z budynkami gospodarczymi i garażem położone w Holendrach Piotrkowskich 29, trasa Koziencice-Świerże Górne, po pow. 4000 m². Cena do uzgodnienia. Więcej informacji pod nr **tel. 789-385-846**
- Sprzedam dom z budynkami gospodarczymi o powierzchni 19 Ar. Położone w Ruda 26 koło Kozienc. **Tel. 510-722-133**
- Sprzedam działkę rolno-budowlaną o powierzchni 1,12 ha, (szer. 25 mb), przeznaczoną na zabudowę jednorodzinną i zagrodową, poł. w miejsc. Brzoza przy ul. Parcela. Media - wodociąg i światło - w działce. Cena do uzgodnienia. **Tel. 697-001-702**
- Sprzedam mieszkanie 3-pokojowe, 58.9 m², ul. Konarskiego lub zamienię na kawalerkę lub mieszkanie 2-pokojowe do 40 m². Blisko jest szkoła, przedszkole, żłobek, przychodnie lekarskie, sklepy. **Tel. 696-146-200**
- Sprzedam działkę - Janików 1200m², wszystkie media - cena do uzgodnienia. **Kontakt: 504-567-332**
- Sprzedam działki budowlane w Janikowie 1200m². **Tel. 604-181-478 lub 503-124-381**

PRACA

Korepetycje z matematyki (szkoła podstawowa i średnia)
 Dojeżdżam na terenie
 Kozienc, Radomia, Pionek...
Tel. 451-219-114

- Pracownik do produkcji szamb betonowych, Klwaty. **Bardzo dobre zarobki!**
Tel. 517 249 095
- Kierowca do przewozu szamb betonowych.
Tel. 517 249 095

KOZIENICKI KLUB PODRÓŻNIKA



INDONEZJA.

PO DRUGIEJ STRONIE RAJU

SPOTKANIE Z ANNA JAKLEWICZ

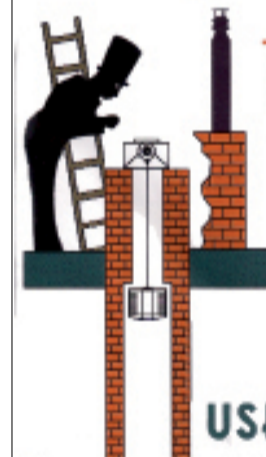


30 WRZEŚNIA 2024 R. GODZ. 17:00 WSTĘP WOLNY
 BIBLIOTEKA GŁÓWNA, UL. JANA KOCHANOWSKIEGO 22

Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego

FREZOWANIE KOMINÓW

POWIĘKSZANIE PRZEKROJU KOMINA



MONTAŻ WKŁADÓW KOMINOWYCH

REMONTY KOMINÓW

KOMPLEKSOWE USŁUGI KOMINIARSKIE

tel. 505-568-184

NIE CZEKAJ ZADZWOŃ!

"ZŁOM-POL"

SKUP ZŁOMU STALOWEGO I METALI KOLOROWYCH

KOZIENICE Ważymy na wagach elektronicznych
 Ul. Dolna 10 **tel. 603 166 601**
 (Baza SKR)
 Zapraszamy: **Możliwość odbioru !!!**
 pn.-pt. 8-16 sob. 8-14



WITRYNA CUKIERNICZA CHŁODNICZA IGLOO MARTA

TYGODNIK



www.tygodnikoko.pl

Wydawca:
 Firma Kordas E. Kordas
 26-900 Koziencice, ul. Konstytucji 3 Maja 3
Biuro redakcji:
 26-900 Koziencice, ul. Konstytucji 3 Maja 3
redakcja@tygodnikoko.pl

Biuro ogłoszeń i reklamy: 512 495 193,
reklama@tygodnikoko.pl

Redaguje zespół:
Redaktor naczelny: Edmund Kordas
Skład i łamanie: SK@

Redakcja zastrzega sobie prawo zmiany tytułów, skracania i redagowania nadesłanych tekstów, nie zwraca materiałów niezamówionych oraz nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń. Reklamodawca ponosi wyłączną odpowiedzialność za treść materiałów, a w szczególności za poprawność i zgodność z prawem, plików tekstowych i graficznych, dostarczonych celem umieszczenia w reklamie/ogłoszeniu. Pełny tekst regulaminu na stronie tygodnika: www.tygodnikoko.pl.

www.tygodnikoko.pl

Kolejne wydanie 10 października

Ukazujemy się na terenie subregionu radomskiego w 243 punktach dystrybucji

Logistyka bez granic – praktyka w Hiszpanii

Logistyka bez granic – praktyka w Hiszpanii” - FERSVET-2022-1-PL01-KA122-VET-000077775
 „Latak brzmi tytuł projektu skierowanego do uczniów Niepublicznego Technikum Zawodowego w Kozienicach Zakładu Doskonalenia Zawodowego w Kielcach o profilu technik logistyk. Projekt realizowany jest w ramach działania „Zagraniczna mobilność edukacyjna uczniów i absolwentów oraz kadry kształcenia zawodowego” finansowanego ze środków programu Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego.

Uczestnicy projektu poszerzyli i wzbogacili swoje kompetencje oraz podnieśli swoje kwalifikacje zawodowe.

Podczas realizacji stażu mieli możliwość poznania kultury, historii i geografii Hiszpanii. Zwiększyli swoją wiedzę o ekologii. Opanowali również słownictwo branżowe. Wszyscy uczestnicy projektu otrzymali dokument Europass Mobilność oraz dokumentację ECVET, które potwierdzą ich kwalifikacje zawodowe i są uznawane we wszystkich krajach UE. Uczestnicy zyskali status pracownika o wysokich kompetencjach zawodowych. Opanowali umiejętność korzystania z technologii informacyjno- komunikacyjnych, które umożliwiają dostęp do



najnowszych osiągnięć technologii w zawodzie technik logistyk. Dzięki udziałowi w projekcie uczestnicy zapoznali się z nowymi technikami pracy, porównali metody pracy w kraju i za granicą, wymienili doświadczenia, zweryfikowali umiejętności w realnych warunkach pracy. Przygotowali się do profesjonalnego wykonywania zawodu, zarówno w kraju, jak i za granicą oraz rozwinęli swoją kreatywność.



Praktyka - kluczem sukcesu technika logistyka

Uczniowie Niepublicznego Technikum Zawodowego w Kozienicach Zakładu Doskonalenia Zawodowego w Kielcach kształcący się w zawodzie technik logistyk w terminie 06.05.2024 r. – 21.05.2024 r. odbyli praktyki zawodowe w ramach projektu: „Praktyka - kluczem sukcesu technika logistyka” numer: 2023-1-PL01-KA122-VET-000147346 realizowanego w ramach działania: „Zagraniczna mobilność edukacyjna uczniów i absolwentów oraz kadry kształcenia zawodowego” współfinansowanego przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego+, w Programie Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego 2021-2027 realizowanego na zasadach Programu Erasmus+.

Dzięki udziałowi w projekcie uczniowie nabyli nowe kompetencje zawodowe, doskonalili umiejętności i kompetencje językowe, podnosili kompetencje cyfrowe oraz umiejętność posługiwania się technologiami informatycznymi. Uczniowie poszerzali swoją wiedzę i umiejętności w hiszpańskich firmach logistycznych. Uczestniczyli w

wydarzeniach kulturalnych, zwiedzali Walencję, zapoznali się z zasadami jedności i różnorodności oraz dziedzictwem społecznym, kulturowym i historycznym kraju UE. Udział w projekcie przyczyni się do wyrównania szans w znalezieniu atrakcyjnych miejsc pracy po ukończeniu szkoły, zarówno na krajowym, jak i europejskim rynku pracy.



Moc i energia podczas Dnia Energetyka - Pożegnanie Lata 2024!

Tysiące osób przybyło nad jezioro w Kozienicach, by wspólnie świętować Dzień Energetyka – Pożegnanie Lata 2024. To była prawdziwie energetyczna sobota, podczas której nie zabrakło atrakcji dla dzieci, dobrej muzyki i podziękowań dla obecnych i byłych pracowników Elektrowni Kozienice.

Organizowany tradycyjnie przez Eneę Wytwarzanie i Gminę Kozienice Dzień Energetyka - Pożegnanie Lata odbył się 7 września na terenie Ośrodka Rekreacji i Turystyki w Kozienicach. Już od godziny 10:00 na dzieci czekało miasteczko zabaw z mnóstwem atrakcji. Najmłodsi mieli okazję bawić się na ogromnych dmuchańcach, próbować swoich sił na torach przeszkód, ścianie wspinaczkowej, gigantycznych piłkarzykach i euro-bungee. Nie zabrakło również sceny, na której obejrzeć można było występ artystyczny zespołu Tulinki, a także wziąć udział w konkursach dla dzieci i dorosłych oraz otrzymać specjalnie przygotowane nagrody.

Strefy tematyczne dla każdego

W tym samym czasie działały także strefy tematyczne. W strefie zdrowia prezentowali się między innymi Ratownicy Przedmedycy Enei Wytwarzanie oraz Fundacja Energia-Działanie, swoje stoisko miała Dietetyk Anna Gałązkiewicz oraz Oriflame.

W strefie ekologii stoisko Mazowiecko-Świętokrzyskiego Towarzystwa Ornitologicznego oferowało między innymi zestawy nasion do wykorzystania we własnych ogródkach. Kozienicka Gospodarka Komunalna częstowała natomiast pyszną wodą z saturatora.

W strefie historii nie mogło zabraknąć Kozienickiego Stowarzyszenia Rekonstrukcji Historycznych, które zaprezentowało nie tylko militaria, ale także pokazy szermierki. Nie zabrakło też harcerzy, którzy licznie przybyli na tę okazję i rozbili prawdziwy obóz, czym zwracali uwagę przechodniów.

W strefie sportu zabawy dla najmłodszych fanów piłki nożnej organizowali przedstawiciele klubu Enea Energia Kozienice, natomiast na boisku do piłki siatkowej zabawy poprowadził klub Enea KKS Kozienice. Miłośnicy sportu mogli śledzić również zmagania, zarówno dzieci

jak i dorosłych, biorących udział w Turnieju Tenisa Ziemnego o Puchar Prezesa Enei Wytwarzanie zorganizowanego przez Kozienickie Stowarzyszenie Tenisa. Nagrody zwycięzcom wręczył Piotr Andrusiewicz, prezes zarządu Enei Wytwarzanie oraz Jacek Janas, wiceprezes zarządu Enei Wytwarzanie ds. Technicznych.

W strefie bezpieczeństwa atrakcje zapewniały Wojewódzki Ośrodek Ruchu Drogowego w Radomiu, Komenda Powiatowa Policji w Kozienicach i Komenda Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Kozienicach.

Parada motocykli

Tradycyjnie teren ośrodka odwiedzili motocykliści, którzy pokonali nawet setki kilometrów, aby dołączyć do parady liczącej około 300 motocykli, poprowadzonej przez Kozienickie Stowarzyszenie Jednoślądów „HusarR”. Świadków tej parady było kilkakrotnie więcej, nie ukrywali oni zainteresowania i podziwu dla wymuskanych jednoślądów.

Czas wspomnień

W oddzielnej strefie zorganizowana została Scena Wspomnień, gdzie przy smacznym posiłku i rytmach zespołu doskonale bawiło się przez kilka godzin blisko tysiąc emerytowanych pracowników Elektrowni Kozienice. Spotkanie było doskonałą okazją do rozmów i wspomnień.

Podziękowania i odznaczenia

Na scenie kozienickiego amfiteatru o godzinie 17:00 pojawili się prowadzący imprezy, Paulina Koziejowska oraz Maciej Orłoś i zaprosili zgromadzonych widzów do wspólnego świętowania. Jako pierwszy na scenie pojawił się zespół Poparzeni Kawą Trzy, który szybko porwał widzów do zabawy. Kolejne minuty należały do Jacka Tabora, który wygłosił prelekcję ekologiczną nt. motyli, które swoje schronienie mają na terenie Elektrowni Kozienice. Zakończyła się



ona przeprowadzeniem konkursów i wręczeniem upominków. W części oficjalnej, która rozpoczęła się o godzinie 19:00, udział wzięli członkowie zarządu Enei Wytwarzanie z prezesem zarządu Piotrem Andrusiewiczem na czele, który przywitał zgromadzonych i podziękował za ich obecność. Tradycyjnie podczas części oficjalnej wręczone zostały odznaczenia Zasłużony dla Grupy Kapitałowej Enea, które w tym roku otrzymali: Roman Bartosiewicz, Piotr Baryła, Stanisław Boryczka, Leszek Budziń-



ski, Robert Butzke, Magdalena Fibingier, Dariusz Fila, Krzysztof Gazda, Wiesław Jakóbiak, Sławomir Jaros, Bogusława Kocyk, Robert Kopiński, Jakub Koprowski, Robert Krześniak, Reneta Majewska, Sławomir Mika, Eli-giusz Nowakowski, Zbigniew Sar, Sławomir Smolarczyk, Wioletta Stawarz, Beata Stefańska, Wiesław Szatkowski, Waldemar Szlachcic, Paweł Tarczyński, Emil Wojciechowski oraz Zbigniew Ziemski. Przybyłym na uroczystość odznaczenia wręczył prezes zarządu Enei Wytwarzanie

w obecności pozostałych członków zarządu.

Energetyczna scena

Później na scenie królowali artyści – Kabaret Rak, a w nim Krzysztof Hanke i Andrzej Kozłowski. Kolejne godziny należały już do Małgorzaty Ostrowskiej z zespołem. Przy dźwiękach muzyki wspaniale bawiło się w wypełnionym po brzegi amfiteatrze kilka tysięcy osób. Całe wydarzenie zwieńczył również efektowny jak cały dzień pokaz sztucznych ogni.

Odloty bocianów zaprzyjaźnionych z Eneą Wytwarzanie

Po miesiącach obserwacji z życia rodziny bocianów białych w miejscowości Molendy, gniazdo naszych bohaterów opustoszało - ptaki odleciały. To już trzeci rok kiedy mieszkańcy gminy Garbatka-Letnisko oraz obserwatorzy z całego kraju mogą obserwować życie bocianiej rodziny dzięki stałej transmisji internetowej. Wszystko to dzięki współpracy Enei Wytwarzanie, Mazowiecko-Świętokrzyskiego Towarzystwa Ornitologicznego i gminy, którzy wspólnie zainicjowali projekt w 2022 roku.

W gminie Garbatka-Letnisko bociany odnajdują bardzo dogodne warunki do żerowania i zakładania gniazd. Obszar ten położony w Ostoi Kozienickiej jest miejscem, gdzie występują doliny wielu rzek i strumieni, łąki, torfowiska i mokradła obfitujące w pokarm. W miejscowości Molendy zainstalowana została specjalna kamera, na co uzyskano zgodę właścicieli okolicznej posesji. W pierwszym roku obserwacji gniazdo szczęśliwie opuściło 4 młode. Dzieci i młodzież z okolicznych szkół w ramach konkursu na najładniej-

szy rysunek bocianiej rodziny nadały jednocześnie imiona dorosłej parze. Bohaterami zostali Szperek i Klekotka. W sezonie 2023 wspólnie z rodzicami, w podróz do Afryki udało się troje rodzeństwa. Jest to długa i niebezpieczna wędrówka, podczas której na nasze bocki czyha wiele niebezpieczeństw – gwałtowne burze i załamania pogody, kłusownicy, chemiczne opryski upraw, polowania na Bliskim Wschodzie, osuszanie mokradeł. Przez to z większym niepokojem wszyscy oczekiwali w napięciu powrotu i rozpoczę-

cia lęgów w gnieździe w obecnym roku. Najpierw zjawił się prawdopodobnie samiec, a po kilku dniach dołączyła samiczka. Szperek i Klekotka niezwłocznie przystąpili do naprawy gniazda ciesząc się ze wspólnego spotkania po wędrówce liczącej kilka tysięcy kilometrów. Po burzliwych tokach, złożeniu 4 jaj nastąpił cierpliwy okres wysiadywania. Ze wszystkich jaj wykluły się szczęśliwe młode, natomiast do uzyskania pełnej samodzielności w gnieździe pozostały jedynie 3 młodziociane osobniki. Pierwsze próby lotów odbywały



się w sierpniu, młodzież wspólnie z dorosłymi coraz rzadziej nocowała w gnieździe. Aż przyszedł w końcu moment, kiedy pod koniec lata wszystkie ptaki odleciały, kierując się na południowy wschód.

Enea Wytwarzanie wraz z Mazowiecko-Świętokrzyskim Towarzystwem Ornitologicznym działają w ochronie gatunków

i terenów cennych przyrodniczo. Trzymamy kciuki za naszych bocianich przyjaciół i z nadzieją będziemy wypatrywać ich w przyszłym roku.

Jacek Tabor, Mazowiecko-Świętokrzyskie Towarzystwo Ornitologiczne
Ilona Dymińska, Enea Wytwarzanie, Biuro Komunikacji i PR

W KOZIENICACH NIE POLUJEMY NA ZEBRACH!

Wpiątek, 13 września, kozienicką PSP nr 4 odwiedzili szczególni goście, a mianowicie funkcjonariuszki i funkcjonariusze kozienickiej policji. Ich wizyta nie miała na szczęście nic wspólnego z żadnym problematycznym zdarzeniem, lecz stanowiła część akcji, mającej pomóc dzieciom szkolnym i przedszkolnym w bezpieczniejszym poruszaniu się po drogach.

Najpierw odbyły się dwie prelekcje dla bardzo licznie (potrzebny był podział na dwie grupy) zgromadzonych dzieci i młodzieży szkolnej, podczas których uczniowie nie tylko dowiedzieli się wiele o tym, jak powinni postępować w drodze do szkoły i ze szkoły oraz jej terenie, ale także zostali przez prowadzącą policjantkę sprawnie i dyskretnie przeegzaminowani. Młodszą grupę funkcjonariuszka zapewniła, że policjant żadnych dzieci nie „zabiera” i że „wycho-

wawcze” straszenie policjantem przez rodziców nie powinno mieć nigdy miejsca, starszym zaś zwracała uwagę, że jeśli mają ponad 13 lat, to w pewnych sytuacjach mogą już zostać pociągnięci do odpowiedzialności, ponieważ tak poważny wiek już do niej zobowiązuje.

Clue dnia był jednak spacer, w ramach kampanii „Kierowco! Nie polujemy na zebkach”, jaki pokaż na reprezentacja wydziału drogowego kozienickiej KPP odbyła poza terenem szkoły z dziećmi

najmłodszymi, przedszkolnymi, ucząc je, jak należy się w drodze do szkoły i ze szkoły poruszać i jak prawidłowo korzystać z przejść dla pieszych. Na koniec, w pobliżu skrzyżowania ulic Hamernickiej i Nowy Świat, policjanci zatrzymali kilku kierowców, których wyraźnie widoczne początkowe obawy szybko ustępowały uśmiechowi, gdy okazało się, że celem zatrzymania było umożliwienie dzieciom wręczenia im ulotek z uśmiechniętą zebką!



Po krótkiej relacji - nieco dłuższa rozmowa, jaką bezpośrednio po akcji przeprowadziliśmy z Naczelnikiem Wydziału Ruchu Drogowego, nadkomisarzem Andrzejem Seredynem oraz oficerem prasowym KPP w Kozienicach, komisarz Iloną Tarczyńską.

Tygodnik OKO: Jak oceniacie Państwo skuteczność takich akcji, jak dzisiejsza? Czy nie jest tak, że właściwe podejście do poruszania się po drogach trzeba jednak wynieść z domu?

nadkom. Andrzej Seredyn: Na pewno dobrze jest, gdy wynosimy je z domu, z drugiej strony natomiast ważne jest także i to kształtowanie pozytywnych zachowań, jeżeli chodzi o bezpieczeństwo w ruchu drogowym, które odbywa się w miejscu codziennej nauki czy zabawy i które należy rozpocząć od najwcześniejszych lat. Tak więc zaczynamy od przedszkoli i już tutaj uświadamiamy dzieci, a następnie prowadzimy takie spotkania w szkołach podstawowych, ponieważ to właśnie te dzieci, pierwszoklasiści i zerówka, rozpoczynają ten ważny etap w swoim życiu, gdzie zanim po raz pierwszy usłyszą szkolny dzwonek, mają przecież do pokonania - zaznaczmy tutaj, że zawsze z rodzicami - tę drogę do szkoły.

kom. Ilona Tarczyńska: To jest dla nich coś nowego, a my, jako policjanci z Komendy Powiatowej Policji w Kozienicach, w tym policjanci Ruchu Drogowego, bacznie obserwujemy, ale i przypominamy zarówno najmłodszym, jak i starszym, o tym, jak bezpiecznie poruszać się do szkoły i ze szkoły do domu. Przypominamy również na spotkaniach z rodzicami o tych najważniejszych zasadach bezpieczeństwa w ruchu drogowego, bo dzieci nie tylko poruszają się pieszo, ale są też przewożone przez rodziców. Mówimy więc o obowiązku wożenia dziecka w foteliku i zapięciu pasów bezpieczeństwa. Bezpiecznie dowieźcie dziecko do szkoły powinno być zawsze dla nas priorytetem.

A czy, wedle Państwa doświadczenia, rodzice tych zasad przestrzegają?

AS: Tak, aczkolwiek zdarzają się wyjątki, incydenty, że ktoś tam przez nieuwagę, przez pośpiech, jednak o tym zapomni. Ale wtedy to właśnie dziecko ma przypomnieć: „zapnij mnie w fotelik”.

Czyli czasem to dzieci edukują rodziców?

IT: Tak, podczas takich luźnych spotkań z dziećmi one dość czę-



sto mówią, że „a właśnie dzisiaj mama to zapomniała mnie zapiąć w pasy”. My, policjanci, podpowiadamy wtedy: „to w takim razie ty przypomnij mamie”. Rodzic czasem zapomni, bo wiadomo, że przy wychodzeniu z domu nieraz jest pośpiech, czasem trzeba coś w ostatniej chwili spakować - a dziecko, które brało udział w spotkaniu z policją, przypomni.

AS: A to przecież nie tylko zapięcie fotelików, ale również przechodzenie przez jezdnię. Rodzice przez pośpiech czasami mówią: „chodź tędy, bądźcie szybciej” - a dziecko dlatego, że ma te nawyki wpojone od najwcześniejszych lat, podpowie: „Nie, chodź tam, tam jest przejście”.

Bezpieczeństwo to też kwestia infrastruktury. Tutaj, przy PSP nr 4 mamy na przykład mało uczęszczaną ulicę, ale już przy PSP nr 2 biegnie droga krajowa, czyli chyba te poziomy zagrożenia są różne. Policjanci jakoś to uwzględniają, monitorują?

AS: Oczywiście. Co roku, jeszcze w wakacje, robimy objazd dróg przy szkołach. Pojawiamy się przed każdą szkołą i sprawdzamy, co jest nie tak, czy wszędzie jest właściwe oznakowanie i odpowiednia infrastruktura. Oceniamy, co można by zrobić, żeby było bezpieczniej. Dyspo-

nujemy też statystykami, które również sygnalizują nam, gdzie coś trzeba by było zmienić organizacyjnie lub przebudować.

IT: Często na przykład zdarza się tak, że jakieś miejsce zarosło krzakami, które ograniczają widoczność, że jakiś znak drogowy informujący o przejściu dla pieszych, nie jest odpowiednio widoczny lub został uszkodzony czy pomazany. My, policjanci, sprawdzamy to wszystko i na podstawie takiej lustracji kierujemy do zarządcy drogi wnioski o to, żeby to, do czego mamy zastrzeżenia, zostało przed tym pierwszym szkolnym dzwonkiem naprawione.

Czyli to jest taka praca policji, która jest dla społeczeństwa może niewidoczna, ale ważna. Odchodząc od tematu samych szkół: udzielając nam w szerszym roku wywiadu, komendant kozienickiej policji wspominał, że spośród wszystkich wydziałów policji, to właśnie działania pionu drogowego są przez społeczeństwo najmniej akceptowane. Dlaczego tak jest?

AS: Dlatego, że praca policjantów ruchu drogowego kojarzy się tylko z wypisywaniem mandatów. Ale niestety, tak to jest na tym świecie, że jeżeli ktoś zrobi coś złego, to ponosi tego kon-

sekwencje. Konsekwencją przekraczania prędkości czy jazdy po alkoholu jest albo mandat, albo wniosek o ukaranie do sądu. Takie są nasze działania, ale robimy to po to, żeby ktoś przez ten mandat otrząsnął się i pomyślał sobie, że faktycznie: może za szybko, może za dużo i w przyszłości tego błędu już nie popełni, a finalnie - by nie doprowadziło to do wypadku, by nikt nie zginął czy nie został ranny.

Są jednak takie zachowania społeczne, które przeszkadzają policji w wykonywaniu tych zadań. Mam tu na myśli np. zwyczaj migania światłami, gdzie kierowcy ostrzegają się nawzajem przed policyjnymi kontrolami, grupy na Facebooku z nazwami typu „Gdzie suszą”...

AS: ...Yanosika [system powiadamiający kierowców o zagrożeniach na drodze, ale także o kontrolach prędkości i fotoradarach - red.], zgadza się.

No i mamy paradoks, bo ludzie chcieliby jednocześnie, żeby policja była mało aktywna i wyrozumiała, gdy chodzi o nich samych, oraz bardzo aktywna i surowa, gdy dochodzi do tragedii jak ta, która miała miejsca ostatnio w Magnuszewie.

AS: Jak najbardziej. Tak jak powiedziałem wcześniej: staramy się działać tak, żeby kierowca popełniający błędy opamiętał się we właściwym momencie, czyli zanim dojdzie do tragedii. W sprawie tej ostatniej sytuacji nasuwa mi się natomiast jedno pytanie: czy sąsiedzi naprawdę nie wiedzieli, że jest między nimi taki ktoś, kto jeździ po alkoholu i bez uprawnień? Dlaczego przez tyle czasu nikt nie zadzwonił na 112 i nie powiedział, że taki ktoś jeździ i proszę się tym zająć?

IT: Mimo działań, jakie prowadzimy przez cały rok, jak np. Trzeźwe Poranki, ludzie często nie biorą pod uwagę, że my prowadzimy je na całym terenie powiatu kozienickiego czy całego garnizonu mazowieckiego, więc

jeśli dana osoba zostanie nawet ostrzeżona o jednym miejscu kontroli, to nie znaczy, że nie spotka się z nami w innym, ponieważ nasze punkty są zmienne, działamy dynamicznie i nigdy nie informujemy o tym, gdzie jesteśmy. Z tego, że ktoś widzi jeden zaznaczony punkt na swoim komunikatorze, nie wynika, że będzie w stanie ominąć wszystkie faktycznie istniejące. Pion drogowy działa w porozumieniu z prewencją, współpracujemy też z jednostkami ościennymi, mamy więc duże możliwości, ale i tak najważniejsze zawsze jest to, żebyśmy reagowali my - „my”, czyli nie tylko powołani do tego policjanci, ale także mieszkańcy. Zwracamy się tutaj do społeczeństwa z apelem, żebyśmy reagowali za każdym razem, gdy widzimy osobę jadącą w sposób niebezpieczny lub siadającą za kierownicą pojazdu pod wpływem alkoholu. Obywatel też ma prawo zareagować, a nawet jeden telefon, zgłoszenie pod numer 112 będzie dla nas - nie tylko jako policji, ale jako społeczności - bardzo cenny, jeśli pozwoli zatrzymać nietrzeźwego kierowcę i zapobiec tragedii na drodze.

AS: Pamiętajmy, że tak naprawdę nie wiemy, komu migamy tymi światłami. Może to być na przykład człowiek, który właśnie ukradł samochód naszemu sąsiadowi, albo ktoś, kto wiezie narkotyki. A my mu pomagamy, dajemy możliwość uniknięcia spotkania z policją. Warto się czasem zastanowić troszeczkę głębiej nad tym, co robimy.

Na koniec...

IT: Zapraszamy do wstąpienia w szeregi kozienickiej policji, gdzie jednym z wydziałów jest właśnie wydział ruchu drogowego, a inne wydziały przedstawiamy cyklicznie na łamach Tygodnika OKO. Wszystkie zainteresowane osoby zachęcamy do wzięcia udziału w rekrutacji, która trwa od początku do końca bieżącego roku. Na naszej stronie internetowej znajdziecie Państwo terminy przyjęć. Warto tutaj na koniec zaznaczyć, że policjant ruchu drogowego to nie tylko ten, który wypisuje mandaty i kieruje wnioski do sądu, ale też np. osoba, która, jak my dzisiaj, współpracuje ze szkołami, prowadzi pogadanki i prelekcje, czy wreszcie udziela pierwszej pomocy i ratuje ludzkie życie, bo to właśnie w takich sprawach Państwo do nas dzwonią. Wdzięcznością tym, którym pomogliśmy, naprawdę daje się odczuć, dlatego zachęcamy do wstąpienia do kozienickiej Policji. Naprawdę warto.



Punkt konsultacyjny Programu „Czyste Powietrze”

Realizując postanowienia zawarte w Porozumieniu z Wojewódzkim Funduszem Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Warszawie, dotyczącym programu „Czyste Powietrze”, Urząd Miasta i Gminy Głowaczów informuje, że w siedzibie Urzędu prowadzony jest punkt konsultacyjny Programu „Czyste Powietrze”.

W ramach działalności punktu prowadzone są następujące działania:

1. Udzielanie informacji o Programie osobom zainteresowanym złożeniem Wniosku o dofinansowanie,
2. Podejmowanie działań mających na celu zidentyfikowanie budynków, których właściciele mogliby być potencjalnymi Wnioskodawcami i przedstawienie im korzyści płynących z wzięcia udziału w Programie,
3. Wsparcie Wnioskodawców w zakresie przygotowywania wniosków o dofinansowanie,
4. Wsparcie Beneficjentów w rozliczeniu przyznanego dofinansowania,

sowania, w tym przy poprawnym wypełnieniu wniosku o płatność oraz kompletowaniu wymaganych załączników,

5. Organizacja spotkań informujących o zasadach Programu dla mieszkańców,
6. Przekazywanie mieszkańcom informacji o wydarzeniach informacyjno-promocyjnych, innych działaniach edukacyjnych oraz dostępnych materiałach zawierających informacje o Programie.

Pracownicy Urzędu Miasta i Gminy Głowaczów są do Państwa dyspozycji od poniedziałku do piątku w godzinach urzędowania.



GMINNY PUNKT KONSULTACYJNO- -INFORMACYJNY PROGRAMU „CZYSZTE POWIETRZE”



czystepowietrze.gov.pl
www.glowaczow.pl
wfosigw.pl



OGŁOSZENIE z dnia 22 sierpnia 2024 r. o przystąpieniu do sporządzenia planu ogólnego miasta i gminy Głowaczów

Na podstawie art. 13i ust. 3 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2024 r. poz. 1130) oraz art. 39 ust. 1 pkt 1 w związku z art. 46 ust. 1 pkt 1 i art. 54 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2024 r. poz. 1112)

zawiadamiam

o podjęciu przez Radę Miejską w Głowaczowie uchwały Nr II.14.2024 z dnia 28 maja 2024 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia planu ogólnego miasta i gminy Głowaczów.

Jednocześnie zawiadamiam o rozpoczęciu przeprowadzenia strategicznej oceny oddziaływania na środowisko dla projektu planu ogólnego miasta i gminy Głowaczów.

Zainteresowani mogą składać wnioski do projektu planu ogólnego oraz do strategicznej oceny oddziaływania na środowisko w terminie do dnia **31 października 2024 r.**

Wnioski mogą być wnoszone w postaci:

- 1) papierowej na adres: Urząd Miasta i Gminy w Głowaczowie, ul. Rynek 35, 26-903 Głowaczów lub
- 2) elektronicznej na adres email: sekretariat@glowaczow.pl lub za pomocą elektronicznej skrzynki podawczej ePUAP Urzędu Miasta i Gminy w Głowaczowie.

Wnioski do projektu planu ogólnego należy wносить na formularzu w postaci papierowej lub w formie dokumentu elektronicznego. Formularz pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego dostępny jest w siedzibie Urzędu Miasta i Gminy w Głowaczowie, na stronie Urzędu Miasta i Gminy w Głowaczowie www.glowaczow.pl, www.bip.glowaczow.pl oraz na stronie Ministerstwa Rozwoju i Technologii <https://www.gov.pl/web/rozwoj-technologie/formularz-pisma-dotyczacego-aktu-planowania-przestrzennego>. Na stronie tej zamieszczono również instruktaż wypełniania wniosku.

Składający wniosek określa przedmiot wniosku, wskazuje nieruchomość, której wniosek dotyczy, oraz podaje swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby składającego oraz adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, a także wskazuje, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej wnioskiem.

Wnioski złożone po upływie wyznaczonego terminu zostaną pozostawione bez rozpatrzenia.

Organem właściwym do rozpatrzenia wniosków jest Burmistrz Gminy Głowaczów.

Z niezbędną dokumentacją sprawy można zapoznać się w siedzibie Urzędu Miasta i Gminy w Głowaczowie, ul. Rynek 35, 26-903 Głowaczów, w godzinach pracy Urzędu.

W związku z przetwarzaniem przez Burmistrza Gminy Głowaczów danych osobowych, uzyskanych w toku prowadzenia postępowania dotyczącego sporządzenia aktu planowania przestrzennego, prawo, o którym mowa w art. 15 ust. 1 lit. g rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych) (Dz. Urz. UE L 119 z 04.05.2016, str. 1, z późn. zm.), przysługuje, jeżeli nie wpływa na ochronę praw i wolności osoby, od której dane te pozyskano. Administratorem danych osobowych przetwarzanych przez Burmistrza Gminy Głowaczów jest Urząd Miasta i Gminy w Głowaczowie. Klauzula informacyjna RODO dostępna jest na stronie Urzędu Miasta i Gminy w Głowaczowie pod adresem: https://glowaczow.pl/asp/pliki/2024/01/23.01.ki_-_ogolna_dla_umig.pdf.

Burmistrz Miasta i Gminy Głowaczów
Hubert Czubaj

2 500 000 dla Gminy Głowaczów

W ramach Instrumentu Wsparcia Zadań Ważnych dla Równomiernego Rozwoju Województwa Mazowieckiego Gmina Głowaczów otrzymała dofinansowanie w wysokości 2 500 000,00 zł

W ramach przedsięwzięcia będą realizowane następujące zadania:

- Budowa drogi gminnej w miejscowości Łukawa,
- Budowa drogi gminnej w miejscowości Cecylówka Głowaczowska,
- Budowa drogi gminnej w miejscowości Henryków,
- Budowa drogi gminnej w miejscowości Zadąbrowie,

- Remont mostu w miejscowości Chodków na rzece Radomce :
- Remont mostu (roboty rozbiórkowe i montażowe),
- Wykonanie dojazdów do mostu.

Instrument wsparcia zadań ważnych dla równomiernego rozwoju województwa mazowieckiego to program służący realizacji projektów przyczyniających

się do poprawy sytuacji gospodarczo-społecznej, skierowany do powiatów i gmin województwa mazowieckiego nieposiadających wystarczającego potencjału infrastruktury technicznej oraz mających ograniczone szanse na pozyskanie środków na realizację pilnych potrzeb mieszkańców z innych programów pomocowych dedykowanych rozbudowie infrastruktury.

Mazowsze >> dla równomiernego rozwoju >

PODRÓŻE Z KLASĄ

Gmina Głowaczów w 2024r. otrzymała dofinansowanie w ramach przedsięwzięcia Ministra Edukacji Narodowej pod nazwą „Podróże z klasą”, na realizację krajowych wycieczek szkolnych w kwocie 50 000 zł. Całość zadania planowana jest na kwotę 62 545 zł.

Uczniowie kl. IV- VI z Publicznej Szkoły Podstawowej im. Tadeusza Kościuszki w Głowaczowie wybiorą się na 5-dniową wycieczkę po Polsce odwiedzając m.in. Muzeum Bitwy pod Grunwaldem, Muzeum Marynarki Wojennej w Gdyni czy Muzeum Zamkowe w Malborku.

Celem przedsięwzięcia jest przede wszystkim uatrakcyjni-

nie procesu edukacyjnego dzieci i młodzieży poprzez umożliwienie im poznawania tradycji, kultury oraz osiągnięć polskiej nauki. Ze środków pozyskanych z programu zostaną sfinansowane m.in.: koszty przejazdu,

bilety wstępu, zakwaterowanie, wyżywienie, ubezpieczenie uczestników wycieczki.

Podróże z klasą

FOREMKA
Klub Aktywnych

ZACZNIJ
KIEDY INNI SZUKAJĄ WYMÓWEK
ĆWICZ
KIEDY INNI WCIAŻ MARZA
NIE PODAWAJ SIĘ
KIEDY INNI REZYGNUJĄ

FITNESS stworzony specjalnie dla SENIORÓW

wzmocnij kręgosłup
popraw krążenie
zwiększ odporność
drenaż limfatyczny

1 zajęcia GRATIS!

TEL. 734 124 144



SIŁOWNIA
KLUB AKTYWNYCH
FOREMKA

KOZIENICE, ul. Przemysłowa 17A tel. 734 124 144
www.klubforemka.com

Pomagamy Ci dbać o zdrowie i żyć dłużej – akcja profilaktyczna Diagnostyki

WKoziencach i Pionkach można skorzystać z akcji profilaktycznej Diagnostyki skierowanej do kobiet i mężczyzn. W pakietach o nazwach: Pomagamy Kobiecie, Pomagamy mężczyźnie znajdziemy takie badania jak: witamina D3, Witamina B12, kwas foliowy, ferrytyna, marker raka trzustki i wątroby oraz markery nowotworowe odpowiednio dla kobiet i mężczyzn. Akcja trwa do 30 września, skorzystamy z niej w Koziencach w Punkcie Pobran przy ul. Kopernika 15 lok.2 i przy ul. Niepodległości 2k w Pionkach, koszt pakietu 199 zł*.

Liczba zachorowań na nowotwory zwiększa się z roku na rok. Większe szanse na wyzdrowienie lub znaczące przedłużenie życia mają pacjenci, u których uda się wykryć chorobę we wczesnym stadium. Wielu nowotworom towarzyszy wzmożone wytwarzanie związków chemicznych, których w zdrowym organizmie nie ma wcale albo jest ich bardzo mało. Zidentyfikowanie takiej substancji, nazywanej markerem nowotworowym, znacznie ułatwia ocenę stopnia zaawansowania choroby. Do wykrywania nowotworów na podstawie wyników badań markerów trzeba jednak podchodzić ostrożnie, powinno się je oznaczać w trzech sytuacjach:

- dla oceny stopnia zaawansowania procesu nowotworowego,
- w celu kontroli skuteczności leczenia,
- po zakończonym leczeniu, aby wykluczyć albo wcześniej rozpoznać nawrót nowotworu.

W zestawach badań proponowanych w czasie akcji profilaktycznej kobiety mogą oznaczyć dwa markery: raka jajnika CA 125 i raka piersi CA 15-3, natomiast mężczyźni PSA całkowite czyli marker raka prostaty oraz AFP – marker nowotworów zarodkowych jąder oraz raka wątroby.

Natomiast CA 19-9 to marker raka trzustki, dróg wątrobowo-żółciowych oraz jelita grubego i odbytnicy.

Nieznacznie podniesiony poziom CA 19-9 obserwowany jest u chorych na łagodne choroby zapalne wątroby i dróg żółciowych, trzustki i przewodu pokarmowego.

W zestawach badań znajdziemy także witaminę D3, którą warto mieć pod kontrolą cały rok, bo wpływa na cały organizm, udowodniono jej związek ze schorzeniami o podłożu zapalnym i autoimmunologicznym czy nawet nowotworami. Istnieje też korelacja między obniżonym stężeniem witaminy D a nadciśnieniem, otyłością i insulinoopornością, cukrzycą typu 2, miażdżycą czy zespołem metabolicznym. Witamina B12 jest nieodzownym elementem warunkującym prawidłowe funkcjonowanie układu krwionośnego i nerwowego. Skutkiem jej niedoborów, które mogą wynikać m.in. z diety (np. wegańska, wegetariańska) są m.in. zaburzenia neurologiczne i psychiczne, choroby neurodegeneracyjne i anemia megaloblastyczna. Kwas foliowy (witamina B9), podobnie jak witamina B12, odpowiada za proces krwiotworzenia i funkcjonowanie układu nerwowego. Na niedobór kwasu foliowego narażeni są palacze, osoby nadużywające alkoholu, nastolatki na etapie intensywnego wzrostu, osoby starsze oraz osoby z zespołami upośledzonego wchłaniania (np. celiakia).

Natomiast na podstawie stężenia ferrytyny wnioskuje się o poziomie zmagazynowanego w organizmie żelaza - kluczowego pierwiastka w procesie krwiotworzenia. Niskie stężenie ferrytyny (hipoferrytynemia) odpowiada za objawy typowe dla anemii wynikającej z niedoboru żelaza (zmęczenie, zawroty głowy, poarszenie kondycji skóry i włosów.

brak koncentracji), nawet jeśli nie jest ona jeszcze widoczna w wyniku morfologii krwi.

Więcej na temat akcji można przeczytać <https://diag.pl/pacjent/aktualnosci/regionalna-akcja-profilaktyczna-punkty-pobran-oddzial-warszawa/>

Na terenie całego województwa

mazowieckiego można skorzystać także z bonu obniżającego koszt następnych badań o 15% przy zakupie badań za kwotę minimum 150 zł, bon można zrealizować do końca października 2024 roku.

* Najniższa cena w ciągu ostatnich 30 dni w Warszawie wynosiła 500,9 zł



2 Pakiety: pomagamy Kobiecie i pomagamy Mężczyźnie

- + Koziencice, ul. Kopernika 15 lok. 2
- + Pionki, ul. Niepodległości 2k

diagnozyka.pl

KAWIARNIA

kulturalna

PIZZA w 11 minut!

ul. Warszawska 29 (budynek CK-A)

Tel. 666 664 401

TE KONIE NIE SĄ ABSTRAKCYJNE

rozmowa z *Elżbietą Wit*

Wpiątek, 13 września, w Muzeum Regionalnym w Kozienicach im. prof. Tomasza Mikockiego odbył się wernisaż wystawy prac malarskich i rysunków Elżbiety Wit zatytułowanej „W pogoni za marzeniami...”. Autorka od lat jest aktywnym członkiem środowiska artystycznego z dziesiątkami wystaw na swoim koncie oraz pracownikiem muzeum. Podczas samego wernisażu o jej twórczości zajmująco opowiadała kuratorka wystawy, Ewa Jaźwińska, nam natomiast udało się zobaczyć wystawę przedpremierowo i porozmawiać z artystką kilka godzin wcześniej.

Tygodnik OKO: Jest Pani pracownikiem muzeum, zawodowo prezentuje Pani prace różnych artystów – także w tej właśnie sali, gdzie dziś po południu będzie przedstawiana Pani własna twórczość. Jak się z tym Pani czuje?

Elżbieta Wit: Jeśli chodzi o odczucia, prezentowanie swoich prac jest na pewno czymś zupełnie innym, niż sytuacja, gdy autorem jest ktoś inny, a ja jestem kuratorem i ode mnie zależy układ, aranżacja całej wystawy. Jako autorka występuję teraz po tej drugiej stronie, patrzę jak ktoś pracuje nad kształtem mojej wystawy i jak widzi moje prace. To jest zupełnie odmienne i właściwie nowe doświadczenie. Różnie z tym bywa, bo są na przykład i takie aranżacje wystaw, gdzie autor sam je sobie wyklada. Ja tutaj miałam wyraźny komunikat od kuratora wystawy, żeby się nie wtrącać. W efekcie to, co tutaj widzimy, całokształt tej wystawy, to jest wizja właśnie kuratora z ramienia naszego muzeum, Ewy Jaźwińskiej.

Tematy prac.... W tej części to, co się pierwsze rzuca w oczy to koń. To jest chyba ogromna inspiracja?

Oczywiście, bo moim zamierzeniem na początku, w zasadzie od roku, bo plan zrobienia tej wystawy dojrzewał we mnie od jakiegoś czasu, było pokazać tylko konie, czyli wystawę taką monotematyczną. Dlaczego? Bo uważam, że koni nigdy dosyć i temat konia jest nie tylko dla koniarzy, którzy konie kochają, jeżdżą i o koniach wiedzą wszystko, chociaż myślę, że tacy ludzie dzisiaj będą na wystawie, ale też dla ludzi, którzy nie mają z koniem do czynienia, a oglądają go tylko na obrazkach. Zmierzyłam się z tym nietawym dosyć tematem i nie wiem tak do końca, jak będę oceniana przez ludzi, którzy znają te konie dokładnie, którzy wiedzą, jak taki koń dokładnie wygląda w danej sytuacji. Ja się tego uczyłam dosyć długo, mimo że z końmi też miałam do czynienia.

Czego oczekuje widz?

Kolorów, tego w pierwszej kolejności. Najpierw przyciąga kolor, dopiero później kształt.

Pani obrazy mają przeważnie barwne, rozmyte tło, gdzie jed-

nym kształtem jest właśnie koń...

Tak, dokładnie, bo dla mnie to jest pierwszy plan. A poza tym większość koni, które tutaj prezentuję, znam osobiście z imienia. Większość tych koni gaskałam. One nie są ogólne, abstrakcyjne. Każdy z nich to konkretny koń z konkretnej stajni. Na wielu z nich miałam przyjemność jeździć, dlatego też do niektórych mój stosunek jest bardzo emocjonalny. Niektóre konie, o cudownym charakterze, darzę szczególną sympatią. I dlatego temat ten dominuje i jest mi bliski. I malowanie, i same konie są moją pasją, toteż mamy tu dwie moje pasje w jednym.

Co jeszcze zobaczymy na dzisiejszym spotkaniu? Przy wejściu do sali wita nas autoportret, a to jest chyba zawsze trudny temat...

Tak, dlatego, że każdy widzi siebie inaczej. Ja siebie tak postrzegam i tak po prostu pokazałam siebie z moim ukochanym pieskiem, który mi towarzyszy przy każdym malowaniu. Jest to moja asystentka.

W tej części sali z kolei znalazły się moje prace starsze...

I są tu koty

Tak, ja jestem akurat wielkim fanką. Mam dwa koty i jednego psa. Ten na górze to mój osobisty kot.

Czyli koty też nie są abstrakcyjne!

Nie, one akurat są abstrakcyjne. Cała ta kocia rodzina, oprócz tego jednego, to abstrakcja. To akurat koleżanki kocur, podobały mi się te jego oczy. Niektóre koty nazywam „piecuchami”, a to dlatego, że powstały pod wpływem inspiracji rzeźbą góralską autorstwa pana Pecucha z Zakopanego. Była u nas taka jego wystawa i tak mi się te bryły spodobają, że chciałam je jakoś przenieść na papier. I tak powstały właśnie „piecuchy”. No bo tak, każdy wie, że koty to piecuchy.

To jest ciekawe, bo jak obok mamy te prace z końmi, gdzie tła są rozmyte, tak te są bardzo precyzyjne, wręcz geometryczne.

Tak, ja lubię robić właśnie takie rzeczy – odrealnione, grafiki można powiedzieć. Przeważnie robię piórkami, rapitografem. One mi dają taką odskocznnię, ponieważ pomysł wychodzi jako dzieło przypadku. Pracuję i wychodzi mi coś takiego, jaka po prostu w danym momencie

przyjdzie mi wizja. Natomiast inne obrazy mam już przed rozpoczęciem malowania zaplanowane – co zrobię, jak padnie ten światłocień, czy dobrze ujęłam na przykład perspektywę... Natomiast tutaj nie muszę o tym myśleć. Ani o światłocieniu, ani o tym, że głowa kota jest za duża, czy ogon za wielki. To trochę tak, jak robienie na drutach i oglądanie telewizji.

Mamy też akt

Tak, kiedyś, swego czasu bardzo dużo malowałam aktów. One są też dla mnie w takiej konwencji jak



te konie, rozmyte. Tak, to moja maniera. Te rozmyte, „mdłe” tła – ja to właśnie lubię bardzo. Tutaj chciałam pokazać ciało, natomiast nie samą modelkę, która przecież może sobie tego nie życzyć.

Na co Pani liczy? Na jaki odbiór?

To jest trudne pytanie. Nie wiem, co powiedzieć. Nie zastanawiałam się, na jaki liczę odbiór. Ja po pro-

stu... chciałabym, pokazać dwie swoje twarze, czyli to co było kiedyś i ten etap koński, czyli te moje najnowsze prace. Na pewno chciałabym, podejmując nietawny temat koński, ująć piękno i grację tych wspaniałych zwierząt.

Fot. Muzeum Regionalne w Kozienicach im. prof. Tomasza Mikockiego

moje ciepło
ŁĄCZYLIŚMY - DANEJ - ZROKOWILI



Kotły zgazowujące drewno z buforem

- Najtańsze ogrzewanie, niezależne od prądu czy gazu
- Doradztwo przy indywidualnym dopasowaniu nowoczesnej instalacji grzewczej
- Pomoc w uzyskaniu dotacji – do 100% wartości netto inwestycji
- Profesjonalny montaż i autoryzowany serwis gwarancyjny i pogwarancyjny

Zapytaj o ofertę dla Ciebie:

602 510 049