

CZYTAJ STR.5

Bezpłatny demontaż i odbiór materiałów azbestowych – Gmina Popów ogłasza nabór wniosków



CZYTAJ STR.12

Konwent Prezesów Wojewódzkich Funduszy w Krakowie



CZYTAJ STR.6

Rok 2024 w Gminie Kłobuck – przełomowe inwestycje i rozwój lokalnej społeczności



Twój Kurier

Powiatu



MASZ DLA NAS TEMAT?

redakcja@twoj-kurier.pl
695 060 683

NAKŁAD: 30 000

STYCZEŃ · NR 01/2025 (39)

GAZETA BEZPŁATNA

KŁOBUCK KRZEPICE LIPIE MIEDŹNO OPATÓW PANKI POPÓW PRYZYSTAJŃ WRĘCZYCA WIELKA

Gmina Kłobuck uchwaliła budżet na 2025 rok

19 grudnia 2024 roku, podczas sesji Rady Miejskiej w Kłobucku, uchwalono budżet na rok 2025. Budżet wynosi 153 662 268,66 zł. Z tej kwoty 21 298 302,67 zł przeznaczono na wydatki inwestycyjne, w tym ponad 10 milionów złotych pozyskanych z dotacji zewnętrznych. Ten dokument ma wyznaczyć kierunki rozwoju gminy w nadchodzących miesiącach.

Priorytety Gminy Kłobuck

Uchwała budżetowa wskazuje na wyraźne ukierunkowanie na rozwój infrastruktury, ochronę środowiska oraz poprawę jakości życia mieszkańców. Zdecydowaną większość środków pochłoną inwestycje, które zmienią oblicze gminy Kłobuck, a także poprawią komfort codziennego życia jej mieszkańców.

Do kluczowych inwestycji na 2025 rok należy m.in. budowa siedzi kanalizacji sanitarnej w Sołectwie Zakrzew (6 802 906,06

zł), której celem jest poprawa warunków sanitarnych w tej części gminy. Kolejną ważną inwestycją będzie rozwój odnawialnych źródeł energii, takich jak instalacje fotowoltaiczne, pompy ciepła czy magazyny energii, które mają kosztować 2 974 203,24 zł. Dzięki tym działaniom mieszkańcy gminy będą mogli cieszyć się oszczędnościami na energii, a także przyczynić się do ochrony środowiska.

W budżecie znalazły się również mniejsze projekty, jak projekt placu zabaw przy OSP w Łobodnie, czy liczne przebudowy ulic.

Rozbudowa infrastruktury komunikacyjnej i rekreacyjnej

Z kolei przebudowa ul. Wyszyńskiego w Kłobucku (2 074 354,00 zł) poprawi komunikację w centrum miasta, a budowa zaplecza sanitarnego w Kamyku (2 388 716,00 zł) wzmocni lokalną infrastrukturę sportową. Inwestycje te mają na celu podniesienie komfortu mieszkańców, a także ułatwienie codziennego życia i aktywności fizycznej.

Niezwykle ważnym projektem będzie również budowa centrum przesiadkowego w Kłobucku (1 000 000,00 zł), który ma stać się nowoczesnym punktem komunikacyjnym, usprawniającym transport publiczny w regionie. W ramach budżetu przewidziano także modernizację obiektów sportowych, w tym boiska przy Szkole Podstawowej nr 3 im. Jana Pawła II w Kłobucku (1 094 876,00 zł), oraz remont kompleksu boisk „Orlik” (365 322,00 zł), co zapewni lepsze warunki do uprawiania sportu przez dzieci i młodzież.

Rozwój społeczno-kulturalny

W projekcie budżetu uwzględniono również inwestycje związane z poprawą jakości życia mieszkańców. Wśród nich warto wyróżnić termomodernizację budynku Przedszkola Gminnego nr 4 w Kłobucku (500 000,00 zł) oraz projekt rewitalizacji zalewu Zakrzew (150 000,00 zł), którzy przyczyni się do poprawy estetyki i funkcjonalności tego terenu.

Finansowanie inwestycji

Realizacja zaplanowanych inwestycji będzie możliwa dzięki wsparciu z różnych źródeł zewnętrznych, w tym Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg, Polskiego Ładu, Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego czy Funduszu Sportowa Polska. Ponadto, gmina będzie aplikować o dodatkowe fundusze unijne, co umożliwi dalszy rozwój regionu i realizację ambitnych celów.

Głos Burmistrza


Burmistrz Kłobucka, Jerzy Zakrzewski, podkreśla, że uchwalony budżet stanowi fundament dla dalszego rozwoju gminy: „Priorytetem było dla nas zrównoważenie wydatków i inwestycji, aby odpowiadały one na najważniejsze potrzeby mieszkańców oraz wspierały kluczowe obszary, takie jak infrastruktura, edukacja, ochrona środowiska i rozwój społeczno-kulturalny. Jestem pełen optymizmu, że wspólnym wysiłkiem uda nam się osiągnąć wyznaczone cele i sprostać oczekiwaniom mieszkańców.”

Burmistrz dodał, że w trakcie roku mogą pojawić się nowe źródła finansowania, na które gmina będzie aplikować, a budżet pozostaje dokumentem otwartym na ewentualne korekty.



ZUS pomaga płatnikom poszkodowanym przez powódź – mogą wnioskować o umorzenie składek

6 stycznia 2025 roku wystartował proces przyjmowania wniosków o umorzenie składek dla płatników, którzy ucierpieli w wyniku powodzi, jaka miała miejsce we wrześniu 2024 roku. To wyjątkowa pomoc skierowana do osób prowadzących działalność gospodarczą, działalność pożytku publicznego, a także działalność rolniczą na terenach dotkniętych klęską żywiołową.



ZAKŁAD
UBEZPIECZEŃ
SPOŁECZNYCH

RUP

Wniosek o umorzenie należności z tytułu składek
(dla płatnika poszkodowanego w wyniku powodzi)

Wniosek

Korekta wniosku z dd / mm / rrrr

Wycofanie wniosku z dd / mm / rrrr

Instrukcja wypełnienia

1. Wypełnij WIELKIMI LITERAMI
2. Pola wyboru zaznacz znakiem X

Dane płatnika składek

NIP

REGON

Wnioski o umorzenie składek mogą składać zarówno przedsiębiorcy, jak i rolnicy oraz organizacje, które na skutek powodzi doświadczyły poważnych trudności finansowych. ZUS udostępnił na swojej stronie internetowej formularz wniosku (RUP), który można złożyć elektronicznie przez Profil Zaufany (PUE/eZUS) jako pismo ogólne (POG) lub złożyć w formie papierowej bezpośrednio w placówce ZUS.

Warunku uzyskania umorzenia

Aby móc skorzystać z umorzenia składek, płatnicy muszą wykazać, że ich przychód z prowadzonej działalności spadł o co najmniej 40% w porównaniu do tego samego okresu w 2023 roku. Przykładowo, przedsiębiorcy będący w trudnej sytuacji muszą porównać swoje przychody z września 2024 r. do września 2023 r. lub z października 2024 r. do października 2023 r. Jeżeli firma została założona po 1 stycznia 2024 r., okres porównawczy to wrzesień 2024 r. do sierpnia 2024 r.

Zgodnie z decyzją ZUS, umorzeniu będą podlegały składki na ubezpieczenia społeczne, zdrowotne, Fundusz Pracy, Fundusz Solidarnościowy oraz Fundusz Gwarantowanych Świadczeń Pracowniczych, a także składki na Fundusz Emerytur Pomostowych.

Umorzenie składek – jakie są szczegóły?

Płatnicy składek mogą wskazać miesiące od sierpnia do grudnia 2024 r., których składki mają być umorzone. Istotne jest, że umorzenie dotyczy wszystkich składek należnych od ubezpieczonych zgłoszonych przez danego płatnika. Ważnym elementem jest również fakt, że składki nie będą uzupełniane przez budżet państwa – działa tu ogólny mechanizm umorzenia.

Beata Kopczyńska, regionalna rzeczniczka prasowa ZUS w województwie śląskim,

podkreśla, że pomoc dotyczy nie tylko przedsiębiorców, którzy nie opłacili składek, ale także tych, którzy zapłacili je już w okresie od sierpnia do grudnia 2024 r.

Co w przypadku opłaconych składek?

Płatnicy, którzy już uregulowali swoje zobowiązania w okresie od 1 sierpnia do 31 grudnia 2024 r., również mogą ubiegać się o umorzenie. To samo dotyczy przedsiębiorców, którzy zawarli z ZUS umowę o rozłożenie na raty należności z tytułu składek lub o odroczenie terminu płatności składek obejmującej składki z tego samego okresu.

Należy jednak pamiętać, że umorzenie składek może wiązać się z pewnymi konsekwencjami dla płatników, którzy opłacają składki na własne ubezpieczenia. W takim przypadku umorzenie składek może wpłynąć na przyszłe prawa do świadczeń z ZUS i na ich wysokość, ponieważ składka za okres umorzenia nie będzie traktowana jako opłacona.

Proces rozpatrywania wniosków

ZUS zobowiązuje się do niezwłocznego rozpatrzenia wniosków. W przypadku całkowitego umorzenia składek przedsiębiorcy otrzymają informację o udzielonej pomocy publicznej, która zostanie również przekazana do wojewody. W przypadku częściowego uwzględnienia wniosku lub odmowy umorzenia, płatnicy otrzymają decyzję, od której mogą się odwołać do sądu okręgowego w terminie miesiąca od dnia doręczenia decyzji.

Pomoc ta stanowi istotne wsparcie dla przedsiębiorców, którzy borykają się z trudnościami spowodowanymi przez powódź, dając im szansę na odbudowę działalności bez dodatkowego obciążenia finansowego w postaci zaległych składek.

Skuteczne realizowanie postanowień noworocznych

Nowy Rok to czas, w którym wielu z nas podejmuje postanowienia dotyczące zmian w życiu – od dbania o zdrowie, przez rozwój kariery zawodowej, po poprawę relacji międzyludzkich. Choć często z entuzjazmem planujemy, co chcielibyśmy osiągnąć w nadchodzących 12 miesiącach, rzeczywistość bywa bardziej skomplikowana. Jak więc skutecznie realizować postanowienia noworoczne i nie zniechęcać się już po kilku tygodniach?



1. Ustal konkretne, mierzalne cele

Jednym z najczęstszych powodów, dla których postanowienia noworoczne zawodzą, jest ich ogólność. Postanowienie „Chcę schudnąć” jest zbyt nieprecyzyjne, aby stało się motywacją do działania. Zamiast tego, warto określić konkretny cel, np. „Zrzucę 5 kilogramów do marca”. Określenie precyzyjnych, mierzalnych celów sprawia, że łatwiej śledzić postępy i poczuć satysfakcję z małych zwycięstw na drodze do dużego celu.

2. Rozbij cel na mniejsze kroki

Ogromny cel, taki jak „Zacznę biegać codziennie”, może wydawać się przytłaczający, szczególnie w początkowych dniach. Warto więc rozbić go na mniejsze, łatwiejsze do osiągnięcia kroki. Na przykład, zaczynając od biegania trzy razy w tygodniu przez 20 minut, a potem stopniowo zwiększając czas i częstotliwość. Dzięki temu nie tylko unikniesz zniechęcenia, ale także poczujesz, że małe zmiany prowadzą do większych sukcesów.

3. Bądź realistą

Postanowienia noworoczne często obejmują ambitne zmiany w życiu, ale nie zawsze są one możliwe do zrealizowania w krótkim czasie. Jeśli Twoje postanowienie to „Będę codziennie wstawać o 5 rano”, a dotychczas wstawałeś o 9, musisz być świadom, że nagła zmiana może być trudna do osiągnięcia. Rozpocznij proces stopniowo, np. poprzez przesuwanie godziny pobudki o 15 minut każdego dnia. Realistyczne podejście do zmian daje większą szansę na sukces.

4. Utrzymuj motywację i śledź postępy

Motywacja to kluczowy element w realizacji postanowień. Aby utrzymać ją na wysokim poziomie, warto regularnie śledzić swoje postępy. Może to być prowadzenie dziennika, w którym zapisujesz, jak ci idzie, lub wykorzystanie aplikacji mobilnych do monitorowania postępów w danym obszarze (np. aplikacja do śledzenia treningów, kaloryczności posiłków itp.). Zauważając, jak zbliżasz się do celu, będziesz czuć satysfakcję i motywację do dalszych działań.

5. Zbuduj system wsparcia

Realizacja postanowień jest łatwiejsza, gdy nie musisz robić tego samodzielnie. Warto dzielić się swoimi planami z bliskimi lub przyjaciółmi, którzy będą Cię wspierać i motywować. Możecie nawet podjąć wspólne wyzwanie, np. zaczynając wspólne treningi czy przygotowując zdrowe posiłki. Dodatkowo, dzielenie się swoimi postępami z innymi daje poczucie odpowiedzialności, co również może wpłynąć na wytrwałość w realizacji celu.

6. Przewiduj trudności i bądź elastyczny

Droga do realizacji postanowień nie zawsze jest prosta. Mogą pojawić się trudności, takie jak brak czasu, gorsze dni czy zmniejszona motywacja. Ważne jest, aby nie traktować tych chwil jako porażki, ale jako część procesu. Kluczem jest elastyczność i gotowość do dostosowywania planu w razie potrzeby. Jeśli z jakiegoś powodu nie uda Ci się zrealizować jednego z mniejszych celów, nie porzucaj całego postanowienia. Skup się na tym, co możesz zrobić teraz, a nie na tym, co nie wyszło w przeszłości.

7. Nagradzaj się za małe sukcesy

Świętowanie małych osiągnięć jest doskonałym sposobem na utrzymanie motywacji. Jeżeli uda Ci się przejść do kolejnego etapu, nagródź się czymś, co sprawi Ci przyjemność – może to być nowa książka, wyjście do ulubionej kawiarni lub weekendowy relaks. Nagradzanie się za postępy pomaga utrzymać pozytywne nastawienie do realizacji postanowień i daje dodatkową motywację do dalszych działań.

8. Bądź cierpliwy i wyrozumiały dla siebie

Zmiany w życiu wymagają czasu i wysiłku, a postanowienia noworoczne to nie tylko ostateczny cel, ale również proces. Czasami, mimo najlepszych chęci, może pojawić się moment, w którym poczujesz, że nie osiągasz zamierzonych efektów. W takich chwilach ważne jest, aby być wyrozumiałym dla siebie i nie poddawać się zbyt łatwo. Cierpliwość i konsekwencja są kluczowe w osiągnięciu długofalowych zmian.

Zmiany w składkach na ubezpieczenie zdrowotne dla rolników prowadzących działy specjalne produkcji rolnej

Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego (KRUS) informuje rolników, że zgodnie z rozporządzeniem Rady Ministrów z dnia 12 września 2024 r. dotyczącym wysokości minimalnego wynagrodzenia za pracę oraz minimalnej stawki godzinowej w 2025 roku, wprowadzone zostały zmiany, które wpłyną na wysokość składki na ubezpieczenie zdrowotne dla rolników prowadzących działy specjalne produkcji rolnej.

Minimalne wynagrodzenie na rok 2025

Zgodnie z przyjętym rozporządzeniem, minimalne wynagrodzenie w 2025 roku wynosi 4666 zł brutto. W związku z tym, zmieniła się także wysokość minimalnej podstawy wymiaru miesięcznej składki na ubezpieczenie zdrowotne dla rolników, którzy prowadzą działy specjalne produkcji rolnej.

Nowa wysokość składki zdrowotnej

Od 1 stycznia 2025 roku, minimalna podstawa wymiaru składki na ubezpieczenie zdrowotne dla rolników prowadzących działy specjalne produkcji rolnej nie może być niższa niż wysokość minimalnego wynagrodzenia, które w 2025 roku wynosi 4666 zł. Z tego tytułu, miesięczna składka na ubezpieczenie zdrowotne, obliczona na poziomie 9% minimalnej podstawy wymiaru, wyniesie 420 zł ($9\% \times 4666 \text{ zł} = 420 \text{ zł}$).

Termin składania oświadczeń

Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego przypomina, że rolnicy prowadzący działy specjalne produkcji rolnej mają obowiązek złożenia w KRUS oświadczenia dotyczącego rodzaju oraz rozmiaru prowadzonej działalności. Oświadczenie to, zawierające także dane identyfikacyjne rolnika (imię, nazwisko, miejsce zamieszkania), musi zostać dostarczone do Kasy najpóźniej do 31 stycznia 2025 roku.

Dodatkowo, rolnicy zobowiązani są do załączenia kopii decyzji naczelnika urzędu skarbowego dotyczącej przewidywanego dochodu z działalności w zakresie działów specjalnych produkcji rolnej na 2025 rok. W przypadku, gdy rolnik w 2025 roku nie uzyska decyzji w sprawie dochodu ze względu na inny sposób rozliczeń (np. dochód ustalany na podstawie ksiąg), wystarczy złożyć oświadczenie, w którym rolnik zadeklaruje wysokość przewidywanego rocznego dochodu.

Ustalenie wysokości składki

Na podstawie złożonych dokumentów, KRUS ustali wysokość miesięcznej składki na ubezpieczenie zdrowotne obowiązującą w 2025 roku. Warto pamiętać, że wszelkie zmiany w przepisach mają na celu zapewnienie odpowiedniego poziomu ochrony zdrowotnej dla rolników oraz ich rodzin.

Złożenie wymaganych dokumentów i oświadczeń w terminie jest kluczowe, aby rolnicy mogli skorzystać z ubezpieczenia zdrowotnego w 2025 roku na odpowiednich warunkach. Przypominamy, że termin na złożenie tych dokumentów mija 31 stycznia 2025 roku.

Dla rolników prowadzących działalność w zakresie działów specjalnych produkcji rolnej, zmiany te stanowią istotny element planowania finansowego na nadchodzący rok.

Dodatek dopełniający do renty socjalnej – nowe świadczenie od stycznia 2025 roku

Od 1 stycznia 2025 roku osoby uprawnione do renty socjalnej mogą ubiegać się o nowe świadczenie – dodatek dopełniający do renty socjalnej. Wprowadzenie tego dodatku ma na celu wsparcie osób, które nie tylko są całkowicie niezdolne do pracy, ale również do samodzielnej egzystencji. Świadczenie to, w wysokości 2520 zł brutto miesięcznie, jest częścią rządowej reformy mającej na celu poprawę sytuacji materialnej osób z najcięższymi dysfunkcjami zdrowotnymi.

Kto może ubiegać się o dodatek?

Dodatek dopełniający będzie przyznawany osobom, które spełniają dwa podstawowe warunki: są uprawnione do renty socjalnej oraz posiadają orzeczenie o całkowitej niezdolności do pracy i samodzielnej egzystencji. Od 1 stycznia 2025 roku wniosek o przyznanie dodatku (formularz EDD-SOC) jest dostępny na stronie internetowej ZUS oraz w placówkach Zakładu Ubezpieczeń Społecznych. Pierwsze wypłaty zaplanowane są na maj 2025 roku.

Dla osób, które już w dniu wejścia w życie ustawy (1 stycznia 2025 r.) miały orzeczoną niezdolność do samodzielnej egzystencji, ZUS przyzna dodatek z urzędu, bez konieczności składania wniosku. Osoby, które nie spełniały tego warunku, będą musiały złożyć stosowny wniosek, a dodatek przyznany zostanie od miesiąca złożenia aplikacji, jednak nie wcześniej niż od stycznia 2025 r.

Wysokość dodatku i zasady wypłat

Dodatek dopełniający wynosi 2520 zł brutto miesięcznie. ZUS wypłaca go razem z rentą socjalną, w terminach płatności tego świadczenia. Ważnym elementem jest to, że dodatek będzie waloryzowany co roku, począwszy od 1 marca.

Należy jednak pamiętać, że renta socjalna wraz z dodatkiem podlega opodatkowaniu podatkiem dochodowym oraz oskładkowaniu

składką na ubezpieczenie zdrowotne na ogólnych zasadach obowiązujących dla świadczeń emerytalno-rentowych.

Zasady dotyczące zbiegu świadczeń

W przypadku osób, które równocześnie otrzymują rentę socjalną oraz rentę rodzinną, obowiązuje zasada, że łączna kwota obu świadczeń nie może przekroczyć 300 proc. Najniższej renty z tytułu całkowitej niezdolności do pracy, która wynosi obecnie 5342,88 zł. W takim przypadku, kwota renty socjalnej zostanie obniżona w sposób, który zapewni, że suma rent nie przekroczy tej kwoty.

Osoby, które wcześniej nie otrzymywały renty socjalnej z powodu zbyt wysokiej renty rodzinnej (przekraczającej 200 proc. najniższej renty socjalnej), mogą ubiegać się o jej ponowne przyznanie, jeśli złożą odpowiedni wniosek.

Jeśli renta socjalna zostanie obniżona z powodu przekroczenia limitu, kwota dodatku dopełniającego zostanie pomniejszona proporcjonalnie do obniżenia renty socjalnej. W sytuacji, gdy renta rodzinna przekroczy 300 proc. najniższej renty z tytułu całkowitej niezdolności do pracy,

zarówno renta socjalna, jak i dodatek dopełniający nie będą przysługiwały.

Ważna zmiana – 500+ dla osób niesamodzielnych

Warto również zaznaczyć, że przyznanie dodatku dopełniającego wiąże się z wstrzymaniem świadczenia uzupełniającego dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji, znanego popularnie jako 500+ dla osób niesamodzielnych. Osoby, które korzystały z tego świadczenia, nie będą mogły jednocześnie otrzymywać dodatku dopełniającego do renty socjalnej.



Twój Kurier Powiatu

WYDAWCA

EGO SP. Z O.O.
UL. JANA HEWELIUSZA 11/811
80-890 GDAŃSK
954 280 75 60

ADRES REDAKCJI:

TWÓJ KURIER POWIATU
UL. JANA HEWELIUSZA 11/811
80-890 GDAŃSK

REDAKCJA@TWOJ-KURIER.PL

695 060 683

REDAKTOR NACZELNY

SEBASTIAN TAUZOWSKI

ISSN 2720-4863

TWÓJ KURIER POWIATU

NUMER 1 (39)

ZAMKNIĘTO 15.01.2025

GRUNT TO INWESTYCJA

MARZYSZ O WŁASNYM DOMU W DOGODNEJ LOKALIZACJI, A MOŻE CHCESZ BEZPIECZNIE ZAINWESTOWAĆ OSZCZĘDNOŚCI?

Atrakcyjne ceny już od 89.900 zł brutto (netto+23%VAT)



784 374 093

biuro@grunttoinwestycja.com

www.grunttoinwestycja.com

Działki nad Zalewem Ostrowy, w otoczeniu lasów. Zaledwie 20 minut od Częstochowy

Zakończenie przebudowy ul. Rolniczej i Piwnej w Zawadach

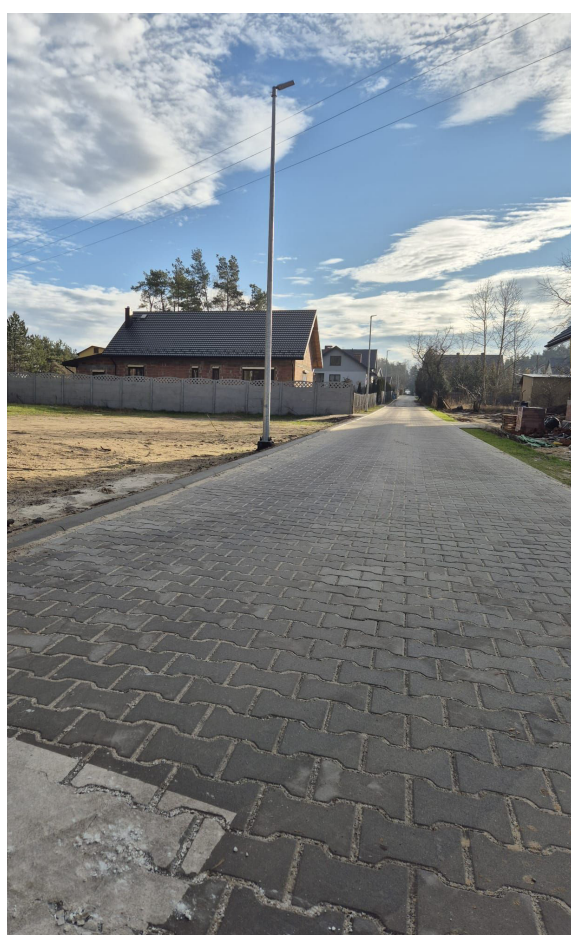
Po długim oczekiwaniu mieszkańcy Zawad mogą cieszyć się z zakończenia przebudowy ul. Rolniczej i Piwnej, inwestycji, która znacząco poprawi jakość życia w tej części gminy. Projekt, który przez wiele miesięcy wzbudzał nadzieje, stał się rzeczywistością, dzięki zewnętrznemu wsparciu finansowemu.

Całkowity koszt realizacji inwestycji wyniósł 10 604 783,96 zł, z czego aż 9,5 miliona złotych pochodziło z dofinansowania rządowego w ramach programu Polski Ład – Program Inwestycji Strategicznych. Tak duże wsparcie pozwoliło na przeprowadzenie kompleksowej modernizacji dróg, co z pewnością poprawi bezpieczeństwo i komfort poruszania się po tej okolicy.

Zakres robót obejmował nie tylko przebudowę nawierzchni dróg, ale również szereg innych istotnych działań, które pozytywnie wpłyną na całą infrastrukturę Zawad. W ramach inwestycji wykonano m.in. roboty

rozbiórkowe, ziemne i montażowe, a także zbudowano nowe chodniki, zjazdy na posesje i pobocza. Ważnym elementem była także budowa systemu odwodnienia, który ma zapobiegać zalewaniu dróg w okresach intensywnych opadów deszczu.

Mieszkańcy Zawad zyskali również nowoczesne oświetlenie uliczne, które poprawi bezpieczeństwo na drogach, szczególnie w godzinach wieczornych i nocnych. Przebudowa obejmowała także wymianę sieci telekomunikacyjnej oraz budowę kanalizacji sanitarnej i wodociągowej w części ul. Piwnej.



Zajęcia w świecie bajek dla dzieci!

WSTĘP DARMOWY

Dla kogo: Dzieci w wieku od 5 do 10 lat
Kiedy: czwartki, od godziny 16:00 do 17:00
Gdzie: GMINNA BIBLIOTEKA PUBLICZNA W POPOWIE

CO CZEKA NA UCZESTNIKÓW:

- Magiczne spędzenie czasu z bajkami
- Kreatywne projekty
- Przyjazna atmosfera

ZAPISY POD NUMEREM TELEFONU
 34 317 70 19

Ilość miejsc ograniczona!



Nowa linia autobusowa w Gminie Popów

Od 7 stycznia 2025 roku mieszkańcy Gminy Popów mogą cieszyć się nową linią komunikacyjną, której celem jest ułatwienie transportu i zwiększenie dostępności komunikacyjnej w regionie. Uruchomienie tej trasy to kolejny krok w rozwoju infrastruktury transportowej, wspierany przez Fundusz Rozwoju Przewozów Autobusowych.

Trasa nowej linii – poprawa mobilności w gminie

Nowa linia obejmuje szereg miejscowości, które do tej pory mogły mieć ograniczony dostęp do regularnego transportu publicznego. Trasa prowadzi przez następujące miejscowości: Rębielice Królewskie, Kamięszczyzna, Zawady, Popów, Wąsosz Górny, Wąsosz Dolny, Marianów, Więcki, Antonie oraz Lelity. Dzięki tej zmianie mieszkańcy tych wsi zyskają wygodny sposób dotarcia do większych miejscowości, co ma istotne znaczenie szczególnie

dla osób, które codziennie korzystają z transportu publicznego w celach zawodowych, edukacyjnych czy urzędowych.

Dostępność rozkładu jazdy online

Dla wygody pasażerów, aktualny rozkład jazdy nowej linii komunikacyjnej jest dostępny na stronie internetowej operatora – www.inter-trans.pl. Dzięki temu mieszkańcy mogą w prosty sposób zaplanować swoje podróże i dostosować je do indywidualnych potrzeb.

Nazwa linii komunikacyjnej: **RĘBIELICE KRÓLEWSKIE – LELITY**
 Numer linii komunikacyjnej: **P2 (komunikacja zwykła)**
 Oznaczenie linii komunikacyjnej: **U – przewóz o charakterze użyteczności publicznej**

LP	Nazwa miejscowości według rejestru terytorialnego	Nazwa dworca lub przystanku komunikacyjnego	Nr przyst.	Kategoria drogi	Biegowość (kierunek jazdy)	Prędkość maksymalna	Długości między przystankami		Czas przejazdu między przystankami		KURSY								
							Odstępn. między przystankami	Odstępn. narastająca dla całej linii	Czas przejazdu między przystankami	Czas przejazdu narastająca dla całej linii	1	2	4	5	6	7			
1	Rębielice Królewskie	Rębielice Królewskie (przy skrzyżowaniu z ul. Górnik)					0,0	0,0	00:00	00:00									15:20
2	Rębielice Królewskie	Rębielice Królewskie, ul. Górnik (przy posesji nr 5)					0,9	0,9	00:01	00:01									15:21
3	Rębielice Królewskie	Rębielice Królewskie, św. Wojciecha (przy posesji nr 3)					1,0	1,9	00:02	00:03									15:23
4	Rębielice Królewskie	Rębielice Królewskie, ul. Główna (przy ZDZ)					1,0	2,9	00:02	00:05									15:25
5	Rębielice Królewskie	Rębielice Królewskie, ul. Sabaty (przy posesji nr 48)					0,7	3,6	00:01	00:06									15:26
6	Kamięszczyzna	Kamięszczyzna, ul. Królewska (przy posesji nr 1)					1,4	5,0	00:02	00:08									15:28
7	Zawady	Zawady, ul. Makuszyńskiego (przy posesji nr 117)					2,0	7,0	00:02	00:10									15:30
8	Zawady	Zawady, ul. Makuszyńskiego (przy posesji nr 37)					1,0	8,0	00:02	00:12									15:32
9	Zawady	Zawady I					0,5	8,5	00:01	00:13									15:33
10	Popów	Popów, Rondo 1					1,0	9,5	00:02	00:15									15:35
11	Popów	Popów, I					0,9	10,4	00:02	00:17									
12	Popów	Popów					0,6	11,0	00:01	00:18									
13	Wąsosz Górny	Wąsosz Górny, Parcela					2,2	13,2	00:03	00:21									
14	Wąsosz Górny	Wąsosz Górny, I					1,4	14,6	00:02	00:23									
15	Wąsosz Górny	Wąsosz Górny, Rynek					1,5	16,1	00:02	00:25	05:30								
16	Wąsosz Dolny	Wąsosz Dolny, ul. Witosa					0,9	17,0	00:02	00:27	05:32								
17	Wąsosz Dolny	Wąsosz Dolny, Fruktus					0,7	17,7	00:01	00:28	05:33								
18	Wąsosz Dolny	Wąsosz Dolny, Sołtys					0,7	18,4	00:01	00:29	05:34								
19	Wąsosz Dolny	Wąsosz Dolny, ul. Traugutta					0,9	19,3	00:01	00:30	05:35								
20	Marianów	Marianów					0,8	20,1	00:01	00:31	05:36								
21	Więcki	Więcki, Słoneczna					2,4	22,5	00:03	00:34	05:39								
22	Antonie	Antonie					2,0	24,5	00:03	00:37	05:42								
23	Lelity	Lelity					2,1	26,6	00:03	00:40	05:45								

POWRÓT

LP	Nazwa miejscowości według rejestru terytorialnego	Nazwa dworca lub przystanku komunikacyjnego	Nr przyst.	Kategoria drogi	Odstępn. między przystankami	Prędkość maksymalna	Długości między przystankami		Czas przejazdu między przystankami		KURSY									
							Odstępn. między przystankami	Odstępn. narastająca dla całej linii	Czas przejazdu między przystankami	Czas przejazdu narastająca dla całej linii	8	9	10	11	12	13	14			
23	Lelity	Lelity					0,0	0,0	00:00	00:00										15:20
22	Antonie	Antonie					2,1	2,1	00:03	00:03										15:23
21	Więcki	Więcki, Słoneczna					2,0	4,1	00:03	00:06										15:26
20	Marianów	Marianów					2,4	6,5	00:03	00:09										15:29
19	Wąsosz Dolny	Wąsosz Dolny, ul. Traugutta					0,8	7,3	00:01	00:10										15:30
18	Wąsosz Dolny	Wąsosz Dolny, Sołtys					0,9	8,2	00:01	00:11										15:31
17	Wąsosz Dolny	Wąsosz Dolny, Fruktus					0,7	8,9	00:01	00:12										15:32
16	Wąsosz Dolny	Wąsosz Dolny, ul. Witosa					0,7	9,6	00:01	00:13										15:33
15	Wąsosz Górny	Wąsosz Górny, Rynek					0,9	10,5	00:02	00:15										15:35
14	Wąsosz Górny	Wąsosz Górny, I					1,5	12,0	00:02	00:17										
13	Wąsosz Górny	Wąsosz Górny, Parcela					1,4	13,4	00:02	00:19										
12	Popów	Popów					2,2	15,6	00:03	00:22										
11	Popów	Popów, I					0,6	16,2	00:01	00:23										
10	Popów	Popów, Rondo 1					0,9	17,1	00:02	00:25	06:35									
9	Zawady	Zawady I					1,0	18,1	00:02	00:27	06:37									
8	Zawady	Zawady, ul. Makuszyńskiego (przy posesji nr 37)					0,5	18,6	00:01	00:28	06:38									
7	Zawady	Zawady, ul. Makuszyńskiego (przy posesji nr 117)					1,0	19,6	00:02	00:30	06:40									
6	Kamięszczyzna	Kamięszczyzna, ul. Królewska (przy posesji nr 1)					2,0	21,6	00:02	00:32	06:42									
5	Rębielice Królewskie	Rębielice Królewskie, ul. Sabaty (przy posesji nr 48)					1,4	23,0	00:02	00:34	06:44									
4	Rębielice Królewskie	Rębielice Królewskie, ul. Główna (przy ZDZ)					0,7	23,7	00:01	00:35	06:45									
3	Rębielice Królewskie	Rębielice Królewskie, św. Wojciecha (przy posesji nr 3)					1,0	24,7	00:02	00:37	06:47									
2	Rębielice Królewskie	Rębielice Królewskie, ul. Górnik (przy posesji nr 5)					1,0	25,7	00:02	00:39	06:49									
1	Rębielice Królewskie	Rębielice Królewskie (przy skrzyżowaniu z ul. Górnik)					0,9	26,6	00:01	00:40	06:50									
SUMA KM											9,5	17,1	10,5	6,6	9,5	10,5	9,5			

Bezpłatny demontaż i odbiór materiałów azbestowych – Gmina Popów ogłasza nabór wniosków

PROGRAM UNIESZKODLIWIENIE AZBESTU

NABÓR WNIOSKÓW od 13.01.2025r. do 31.03.2025r.

Gmina Popów ogłasza nabór wniosków na bezpłatny demontaż i odbiór materiałów zawierających azbest. W ramach realizacji „Programu usuwania wyrobów zawierających azbest z terenu Gminy Popów na lata 2014-2032”, Wójt gminy będzie ubiegał się o pozyskanie dotacji z Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Katowicach, która umożliwi finansowanie działań związanych z usuwaniem azbestu.

Osoby, które na swoich nieruchomościach posiadają materiały azbestowe, takie jak płyty eternitowe, mogą skorzystać z bezpłatnego demontażu oraz odbioru tych odpadów. Warunkiem uczestnictwa w programie jest złożenie odpowiedniego wniosku w Urzędzie Gminy Popów. Nabór wniosków trwa od 13 stycznia do 31 marca 2025 roku. Wnioski złożone po upływie tego terminu nie będą brane pod uwagę przy realizacji projektu.

Wnioski dostępne są w biurze podawczym Urzędu Gminy oraz na stronie internetowej, gdzie można je pobrać i zapoznać się ze szczegółowymi zasadami programu. Ma on na celu nie tylko poprawę jakości życia mieszkańców, ale również przyczyni się do ochrony środowiska poprzez usuwanie szkodliwych substancji z terenu gminy.

Magazyny energii dla mieszkańców Gminy Kłobuck – nowa szansa na dofinansowanie instalacji OZE

Gmina Kłobuck ogłasza nabór Odbiorców Końcowych do wyjątkowego projektu, który ma na celu wsparcie rozwoju odnawialnych źródeł energii (OZE) na terenie gminy. Projekt „Odnawialne źródła energii dla mieszkańców Gminy Kłobuck – magazyny energii” to doskonała okazja dla mieszkańców, którzy chcą zainwestować w instalacje fotowoltaiczne oraz magazyny energii elektrycznej, w celu poprawy efektywności energetycznej swoich domów. Projekt jest współfinansowany ze środków Funduszy Europejskich dla Śląskiego na lata 2021-2027.

Co obejmuje projekt?

Projekt zakłada rozbudowę istniejących instalacji fotowoltaicznych o magazyny energii elektrycznej w 75 gospodarstwach domowych na terenie Gminy Kłobuck. Potencjalni beneficjenci mogą składać wnioski o dofinansowanie na instalację magazynu energii elektrycznej, który będzie współpracował z istniejącą instalacją fotowoltaiczną. Dzięki magazynom energii, mieszkańcy będą mogli lepiej zarządzać wytworzoną energią, zwiększając jej wykorzystanie w godzinach nocnych lub podczas chwilowego braku produkcji.

Magazyny będą dostępne w trzech wariantach pojemnościowych:

- 6,5 kWh – 25 sztuk,
- 8,0 kWh – 25 sztuk,
- 9,5 kWh – 25 sztuk.

Dofinansowanie i wkład własny

W ramach projektu, mieszkańcy Gminy Kłobuck mogą liczyć na dofinansowanie w wysokości do 95% kosztów kwalifikowanych związanych z zakupem i instalacją magazynu energii. Oznacza to, że wkład własny uczestników nie może wynieść mniej niż 5% wartości całkowitej inwestycji, co dla najbardziej popularnego modelu o pojemności 6,5 kWh wynosi około 1450 zł. Dofinansowanie będzie obejmować również koszty dokumentacji projektowej oraz prace związane z rozbudową istniejącej instalacji fotowoltaicznej.

Jak składać wnioski?

Nabór wniosków trwa od 10 grudnia 2024 roku do 31 stycznia 2025 roku. Dokumentację zgłoszeniową należy składać w Urzędzie Miejskim w Kłobucku, zarówno w formie papierowej, jak i elektronicznej przez system ePUAP. Szczegóły oraz formularze dostępne są w Urzędzie Miejskim oraz na stronie internetowej gminy.

W dokumentach zgłoszeniowych należy zawrzeć m.in. deklarację udziału w projekcie, ankietę dotyczącą wyposażenia budynku oraz oświadczenia dotyczące tytułu prawnego do nieruchomości oraz braku zaległości finansowych wobec gminy. Należy również dołączyć dokumenty potwierdzające dotychczasową produkcję energii elektrycznej, jak również, w razie potrzeby, zaświadczenia dotyczące pomocy de minimis.

Kiedy rusza realizacja projektu?

Realizacja projektu rozpocznie się w 2025 roku, a końcowy termin realizacji inwestycji przewidziano na rok 2026. Warto jednak pamiętać, że zainteresowanie projektem jest duże, dlatego warto złożyć dokumenty jak najszybciej, aby nie przegapić tej wyjątkowej okazji.

Korzyści z projektu

Inwestycja w odnawialne źródła energii to krok ku przyszłości, który może przynieść korzyści zarówno na poziomie finansowym, jak i ekologicznym. Magazyny energii stanowią nieodłączny element nowoczesnych instalacji OZE, pozwalając na pełniejsze wykorzystanie wytworzonej energii. Dzięki temu projektowi mieszkańcy Gminy Kłobuck mają szansę na realizowanie tych celów w korzystnych warunkach finansowych.

Rok 2024 w Gminie Kłobuck – przełomowe inwestycje i rozwój lokalnej społeczności

Rok 2024 okazał się niezwykle owocny dla Gminy Kłobuck. Był to czas intensywnego rozwoju, który wpłynął na poprawę jakości życia, edukację, transport i infrastrukturę. Gmina Kłobuck stawia na nowoczesne rozwiązania i inwestycje, które mają na celu zaspokojenie potrzeb lokalnej społeczności, a także stworzenie lepszych warunków dla przyszłych pokoleń.

Nowi mieszkańcy, nowe perspektywy

Miniony rok przyniósł wzrost liczby mieszkańców Gminy Kłobuck. Na świat przyszło 97 nowych obywateli – 52 chłopców i 45 dziewczynek. W 2024 roku pożegnano również 53 ósmoklasistów, którzy zakończyli edukację w szkołach podstawowych. Aż 157 młodych mieszkańców gminy rozpoczęło naukę w klasach pierwszych, a 142 maluchów dołączyło do grona przedszkolaków.

Inwestycje drogowe i infrastrukturalne

Rok 2024 to także czas dużych inwestycji infrastrukturalnych. Gmina Kłobuck pozyskała niemal 13 milionów złotych na 13 projektów, w tym na budowę „łącznika” ul. Zakrzewskiej z ul. Sienkiewicza w Kłobucku oraz przebudowę odcinka ul. Strażackiej w Łobodnie. Te i inne realizowane inwestycje, takie jak przebudowa ul. Ks. P. Ściegiennego, Polnej czy Parkowej, z pewnością poprawią jakość życia mieszkańców i stanowią fundament rozwoju gminy na przyszłość.

Warto również zwrócić uwagę na przebudowę mostów w Borowiance oraz w sołectwie Rybno, budowę chodników i placów zabaw, a także wymianę oświetlenia na bardziej nowoczesne, energooszczędne. Dzięki tym inwestycjom, ulice stają się bezpieczniejsze, a przestrzenie publiczne bardziej funkcjonalne.

Wsparcie dla lokalnej przedsiębiorczości

Gmina Kłobuck stawia także na rozwój lokalnej przedsiębiorczości. W 2024 roku wpłynęło aż 100 wniosków dotyczących założenia własnego biznesu, co świadczy o rosnącym zainteresowaniu zakładaniem działalności gospodarczej na terenie gminy. To dobry sygnał dla przyszłości – świadczy o rosnącej świadomości mieszkańców oraz ich chęci do angażowania się w rozwój gospodarczy regionu.

Edukacja i kultura – inwestycje w przyszłość

Ważnym elementem rozwoju Gminy Kłobuck w 2024 roku były inwestycje w edukację. Zrealizowane remonty szkół, modernizacja sal sportowych oraz zakup nowych instrumentów muzycznych dla Orkiestry Dętej w Kamyku to tylko niektóre z działań, które miały na celu poprawę warunków edukacyjnych i kulturalnych. Warto podkreślić, że w 2024 roku zakończono inwestycje związane z modernizacją placów zabaw i zagospodarowaniem przestrzeni publicznych, co znacząco poprawia jakość życia dzieci i młodzieży w gminie.

Transport i dostępność komunikacyjna

Gmina Kłobuck dba o rozwój transportu publicznego, który w 2024 roku stał się bardziej dostępny dla mieszkańców. Przywrócenie linii autobusowych nr 50 i 64 oraz uruchomienie nowej linii nr 55 to krok w stronę ułatwienia codziennego przemieszczania się po gminie i okolicach. To także rozwiązanie, które wpływa na komfort życia i mobilność mieszkańców.



100 młodych talentów nagrodzonych stypendiami Burmistrza Kłobucka

17 grudnia w Miejskim Ośrodku Kultury w Kłobucku odbyła się uroczysta gala wręczenia stypendiów Burmistrza Kłobucka. Nagrody przyznano uczniom, którzy w roku szkolnym 2023/2024 wyróżnili się szczególnymi osiągnięciami w dziedzinach nauki, sztuki i sportu. W tym roku stypendia trafiły do 100 uczniów zamieszkałych na terenie gminy Kłobuck.

Celem przyznanych stypendiów było docenienie wysiłku młodych ludzi, którzy wykazali się niezwykłą determinacją i talentem w różnych dziedzinach. Mają na celu nie tylko uznanie za dotychczasowe osiągnięcia, ale także zachęć do dalszego doskonalenia swoich umiejętności i dążenia do kolejnych sukcesów.

Uroczystość była również wyjątkowa dzięki artystycznej oprawie, którą przygotowali młodzi wykonawcy. Ich występy wprowadziły gości w niepowtarzalny nastrój i dodały blasku całemu wydarzeniu. Dzięki talentom

artystycznym młodych ludzi, gala nabrała szczególnego charakteru i pozostanie na długo w pamięci uczestników.

Gratulacje dla laureatów, którzy swoją pracą i zaangażowaniem udowodnili, że sukces jest wynikiem pasji i wytrwałości. Stypendia Burmistrza Kłobucka to nie tylko prestiżowe wyróżnienie, ale także doskonała motywacja do dalszego rozwoju w wybranych dziedzinach. Mamy nadzieję, że będą one impulsem do kolejnych, jeszcze większych osiągnięć młodych mieszkańców gminy Kłobuck.



Rewitalizacja Zalewu Zakrzew w Kłobucku – nowe możliwości rekreacyjne i ekologiczne inwestycje

W dniu 16 grudnia 2024 roku Burmistrz Kłobucka, Jerzy Zakrzewski, podpisał umowę na realizację zadania, które ma na celu rewitalizację zalewu Zakrzew w Kłobucku. Dokument ten dotyczy opracowania kompletnej dokumentacji projektowo-kosztorysowej, która obejmie nie tylko poprawę funkcjonalności tego zbiornika retencyjnego, ale również wprowadzenie nowoczesnych rozwiązań z zakresu ekologii i infrastruktury. Rewitalizacja zalewu to krok ku poprawie jakości życia mieszkańców oraz wzrostu atrakcyjności turystycznej tego miejsca.

Zakres prac rewitalizacyjnych

Projekt rewitalizacji zalewu Zakrzew przewiduje szeroki zakres działań mających na celu zarówno poprawę infrastruktury, jak i zadbanie o zrównoważony rozwój przestrzeni. Do najważniejszych elementów planowanych prac należą: minimalizacja skutków powodzi i suszy, zielone dachy, nowoczesny budynek zaplecza, przyłącza techniczne, oświetlenie i monitoring.

Rewitalizacja otoczenia Zalewu

W ramach rewitalizacji przewidziane są także prace związane z zagospodarowaniem przestrzeni wokół

zbiornika. W szczególności obejmą one: budowę nowych nawierzchni, tworzenie nowych ścieżek spacerowych, przebudowę parkingu i montaż małej architektury, takiej jak ławki, kosze na śmieci czy stojaki rowerowe.

Wartość inwestycji i czas realizacji

Całkowity koszt inwestycji szacowany jest na 145 140,00 zł. Zgodnie z umową, dokumentacja projektowa oraz prace budowlane mają zostać zakończone w ciągu 180 dni. To stosunkowo krótki czas, który pozwoli szybko dostrzec efekty rewitalizacji w postaci poprawy estetyki

i funkcjonalności zalewu oraz otaczającego go terenu.

Znaczenie rewitalizacji dla Kłobucka

Burmistrz Kłobucka, Jerzy Zakrzewski, podkreślił, że rewitalizacja zalewu Zakrzew to kluczowy element rozwoju gminy, który nie tylko poprawi infrastrukturę, ale także znacząco wpłynie na jakość życia mieszkańców. Oczekuje się, że modernizacja zbiornika oraz jego otoczenia przyczyni się do wzrostu atrakcyjności turystycznej tego miejsca, co w efekcie pozytywnie wpłynie na lokalną gospodarkę i promocję Kłobucka jako destynacji rekreacyjnej.



Kiermasz Bożonarodzeniowy na Rynku w Przystajni

Zgodnie z coroczną tradycją, mieszkańcy gminy Przystajń mieli okazję uczestniczyć w Kiermaszu Bożonarodzeniowym. Mimo deszczowej pogody, nie zabrakło licznych odwiedzających, zarówno mieszkańców, jak i sympatyków gminy.

Kiermasz rozpoczął się o godzinie 15.00 Mszą Świętą w Kościele Trójcy Przenajświętszej, a tuż po niej miała miejsce prezentacja nowej szopki bożonarodzeniowej, które stanęła na Rynku. Powitanie wszystkich uczestników należało do Wójta Gminy Przystajń, Henryka Macha, oraz proboszcza Parafii, Zbigniewa Mozola, którzy złożyli serdecznie życzenia i zaprosili do wspólnego świętowania.

W trakcie wydarzenia mieszkańcy mogli wysłuchać świątecznych kołęd i pastorałek, które w wykonaniu

zespołu Karpackie Zbójce z Beskidu Żywieckiego wprowadziły w świąteczny nastrój. Zespół zaprezentował także tradycyjną góralską muzykę, a obecni mieli okazję uczestniczyć w góralskich pogawędkach. Na scenie wystąpiły również lokalne zespoły śpiewacze – Konieczynki, Lawenda i Ługowiaczy, które zaprezentowały swoje świąteczne repertuary.

Na uczestników czekały również liczne stoiska z rękodziełem, ozdobami świątecznymi oraz dekoracjami, które można było zakupić, by

przyozdobić swoje domy. W ofercie wystawców znalazły się również smakołyki – gorąca kawa i herbata, barszcz z uszkami, świąteczne wypieki oraz kiełbasa z oscypkiem prosto z grilla.

Dla dzieci przygotowano dodatkowe atrakcje. Biblioteka

zorganizowała stoisko bookcrossing, umożliwiając wymianę książek, a także promowała projekt „Mała książka, wielki człowiek.” Dzieci mogły podziwiać wystawę prac wykonanych podczas warsztatów w bibliotece oraz zrobić sobie zdjęcie na specjalnie przygotowanej świątecznej ścianie. Wśród migoczących

lampek można było posłuchać zimowych bajek.

W trakcie wydarzenia uczestników rozbawiali szcudlarze z Teatru Ulicznego Galimatias – Śnieżynka i Mikołaj, którzy zabawiali gości, częstując ich słodyczami i chętnie pozując do zdjęć.



Wspólne kolędowanie w OSP Złochowice

Kolędowanie to piękna tradycja, która jednoczy ludzi w okresie świąt, dając im okazję do wspólnego przeżywania Bożego Narodzenia. Jedno z takich wydarzeń, które przyciągnęło wielu pasjonatów muzyki i śpiewu, odbyło się w Złochowicach.

W wydarzeniu udział wzięły Panie z Koła Gospodyń Wiejskich oraz mieszkańcy, którzy spontanicznie podzielili się swoimi talentami. Występy obejmowały zarówno tradycyjne kolędy, jak i nietypowe aranżacje, które wprowadziły odświeżony klimat do znanych melodii.



Sesja budżetowa Rady Gminy Panki



30 grudnia 2024 roku w Urzędzie Gminy Panki odbyła się IX sesja Rady Gminy, która była jedną z najważniejszych w roku – tzw. sesja budżetowa. To właśnie podczas tej sesji radni podjęli kluczowe decyzje dotyczące przyszłości finansowej gminy na nadchodzący rok.

Nowy budżet na 2025 rok

Głównym tematem spotkania była Uchwała Budżetowa Gminy Panki na 2025 rok oraz uchwała Wieloletniej Prognozy Finansowej Gminy Panki na lata 2025-2035. W sesji wzięło udział 13 radnych, którzy jednogłośnie, bo wszyscy byli za, przyjęli zaproponowane projekty. Dzięki tej decyzji, gmina Panki ma już wyznaczone cele i zasoby na 2025 rok.

inwestycji i rozwoju. Dochody budżetu Gminy Panki wyniosą 50 milionów złotych, natomiast wydatki zaplanowano na poziomie 52 milionów złotych. Na inwestycje przeznaczone zostanie blisko 23 miliony złotych, co daje ogromny potencjał na realizację nowych projektów w gminie.

To dobra wiadomość dla mieszkańców, którzy mogą spodziewać się m.in. modernizacji infrastruktury, budowy nowych obiektów oraz wielu innych inicjatyw mających na celu poprawę jakości życia w gminie.

Budżet w liczbach

Prezentowane liczby pokazują, że 2025 rok będzie czasem dużych

Noworoczny Koncert w Gminnym Ośrodku Kultury we Wręczyca Wielkiej

5 stycznia 2025 roku Gminny Ośrodek Kultury we Wręczyca Wielkiej zorganizował wyjątkowe wydarzenie – Noworoczny Koncert w wykonaniu Dziecięco-Młodzieżowej Orkiestry Dętej z Wręczyca Wielkiej. Koncert przyciągnął liczną publiczność, która miała okazję przeżyć niezapomniane chwile dzięki występowi młodych muzyków.

Uroczystość rozpoczęła się od wręczenia prestiżowej Nagrody Marszałka Województwa Śląskiego za osiągnięcia w dziedzinie muzyki za rok 2024. Laureatem tej nagrody został Bartłomiej Piętka, Kapelmistrz orkiestry, który od lat angażuje się w rozwój muzyczny młodzieży i promocję muzyki w regionie. Jego ogromny wkład w edukację artystyczną oraz rozwój młodych talentów został doceniony przez przedstawicieli władz wojewódzkich i lokalnych. Gratulacje oraz nagrodę wręczyli Henryk Kiepusa, Poseł na

Sejm RP, Grzegorz Boski, Wicemarszałek Województwa Śląskiego, Stanisław Gmitruk, Wiceprzewodniczący Sejmiku Województwa Śląskiego oraz Anna Syguda, Wójt Gminy Wręczyca Wielka.

W pierwszej części koncertu orkiestra zabrała widzów w świat świąt Bożego Narodzenia, prezentując znane i uwielbiane melodie, które wprowadziły wszystkich w świąteczny nastrój. W drugiej części koncertu młodzi muzycy oddali hołd legendarnym Bee Gees, wykonując utwory tej kultowej grupy. Na scenie

pojawili się także znakomite goście: Marcin Jajkiewicz, Marcin Staszek, Michał Grobelny oraz Marta Kijas, którzy uświetnili koncert swoim śpiewem i wspólnie współpracowali z orkiestrą.

Dziecięco-Młodzieżowa Orkiestra Dęta z Wręczyca Wielkiej po raz kolejny udowodniła, że młode talenty mogą wzbudzać wielkie emocje i dostarczać publiczności niezapomnianych wrażeń. Ich profesjonalizm, pasja oraz zaangażowanie są dowodem na to, że przyszłość muzyki w regionie jest w dobrych rękach.



Świetlica OSP Kawki wyremontowana

Dzięki grantowi przyznanemu przez Polskie Sieci Elektroenergetyczne S.A. w ramach programu „Wzmocnij swoje otoczenie”, świetlica wiejska w OSP Kawki przeszła gruntowny remont. Obiekt zyskał nowoczesny wygląd oraz funkcjonalne wyposażenie, które poprawi komfort jego użytkowania i umożliwi organizację różnorodnych wydarzeń.

Program „Wzmocnij swoje otoczenie” jest ogólnopolską inicjatywą, której celem jest wspieranie projektów mających na celu poprawę jakości infrastruktury w małych miejscowościach. Polskie Sieci Elektroenergetyczne S.A. finansują projekty, które przyczyniają się do rozwoju społeczności lokalnych poprzez inwestycje w kulturę, edukację, bezpieczeństwo czy ochronę środowiska. Dzięki tej inicjatywie, OSP Kawki mogło przeprowadzić niezbędny remont swojej świetlicy.

Zrealizowana inwestycja obejmowała m.in. odnowienie wnętrza, wymianę wyposażenia oraz modernizację instalacji. Nowa świetlica oferuje przestronną salę, która umożliwia organizowanie różnorodnych wydarzeń – od spotkań integracyjnych, przez warsztaty, po imprezy kulturalne i edukacyjne. Remont znacząco poprawił jakość przestrzeni, dzięki czemu mieszkańcy wsi zyskali miejsce, które sprzyja aktywności społecznej.



W Dankowie ukończono prace przy grobie zbiorowym bohaterów II wojny światowej

W Dankowie zakończono ważne prace przy grobie zbiorowym wojennym, w którym spoczywają żołnierze 83 Pułku Strzelców Poleskich z Kobrynia, którzy polegli 1 września 1939 roku. Wśród pochowanych znajdują się Konstanty Kolada, Ignacy Matejas, Stefan Szmaja, Zawadziński oraz pięciu nieznanymi żołnierzami, którzy oddali życie w pierwszych dniach II wojny światowej.

Prace remontowe, które rozpoczęły się w 2023 roku, zostały zakończone montażem nowej kamiennej płyty na grobie. W zeszłym roku zdemontowano stare płytki, a także wylano fundament pod nowy pomnik. Dzięki przeprowadzonym działaniom grób wojenny zyskał nowy wygląd i zyskał solidne wykonanie, które zapewni trwałość przez długie lata. Nowa płyta stanowi teraz

godne świadectwo pamięci o bohaterach, którzy na zawsze zapisali się w historii naszej gminy.

Całkowity koszt prac wyniósł 12 tys. zł, z czego 1 300 zł pochodziło ze środków wojewody, a reszta została pokryta z budżetu Gminy Lipie. Jest to kolejny krok w pielęgnowaniu pamięci o tych, którzy walczyli o wolność naszej ojczyzny, a także wyraz troski o wspólne dziedzictwo lokalnej społeczności.

Nowe drogi w Krzepicach – podpisanie umowy na budowę ulic Sosnowej i Modrzewiowej

W dniu 31 grudnia 2024 roku w Urzędzie Miejskim w Krzepicach została podpisana umowa na sporządzenie dokumentacji budowlanej i kosztorysowej dla realizacji inwestycji pod nazwą „Budowa ulic: Sosnowa i Modrzewiowa w Krzepicach”. To istotny krok w rozwoju infrastruktury gminnej, który ma na celu poprawę komunikacji w tej miejscowości.

Łączna długość projektowanych dróg wynosi około 1,23 km. Z czego ulica Sosnowa będzie miała długość około 900 metrów, a ulica Modrzewiowa 330 metrów. Obie drogi będą miały charakter osiedlowy, co wpłynie na poprawę komfortu życia mieszkańców w tym rejonie.

Projekt przewiduje nie tylko budowę nowych odcinków dróg, ale także zaprojektowanie rozbudowy oświetlenia drogowego. Dzięki temu, oprócz poprawy jakości nawierzchni, mieszkańcy zyskają także lepsze warunki bezpieczeństwa, szczególnie w godzinach nocnych.

Umowę ze strony Gminy Krzepice podpisali Burmistrz Krzepic, Mateusz Kluba, oraz Wiceburmistrz Mirosław



Łukasik. Ze strony wykonawcy, firmy Inżynieria Jerzy Sowa, umowę podpisał Jerzy Sowa.

Renowacja pomnika w Parzymiechach zakończona

W Parzymiechach zakończyły się prace renowacyjne związane z pomnikiem cywilnych ofiar II wojny światowej i okupacji niemieckiej – „Polska Matka – polska Niobe”. Monument, który od lat upamiętnia tragiczne losy mieszkańców w czasie wojny, zyskał nową świetność. Dzięki wsparciu finansowemu z programu „Miejsca pamięci i trwałe upamiętnienie w kraju”, pomnik oraz jego otoczenie zostały gruntownie odnowione, a całość nabrała nowej trwałości i estetyki.

Wielki wysiłek w trosce o pamięć

Prace remontowe obejmowały kilka kluczowych elementów kompleksu pomnikowego. Zdemontowano tablice z nazwiskami zamordowanych ofiar, które zostały poddane starannej renowacji. Dzięki temu odzyskano pierwotny wygląd tablic, a także poprawiono ich czytelność. Dodatkowo, w postumencie, na którym umieszczono tablice, dokonano usunięcia luki, co zapobiegnie gromadzeniu się wilgoci i w konsekwencji odpryskiwaniu napisów. Warto dodać, że w ramach renowacji odnowiono także tablicę z napisami znajdującą się pod figurą pomnika.

pozwoli jej zachować swoją formę na długie lata.

Renowacja otoczenia pomnika

Prace remontowe objęły również otoczenie pomnika. Ogrodzenie, które okala monument, zostało oczyszczone i odmalowane. Dodatkowo wykonano prace ogrodnicze, co znacząco poprawiło wygląd przestrzeni wokół pomnika. Dzięki tym działaniom całość pomnika stała się bardziej estetyczna i godna miejsca, które upamiętnia.

Finansowanie renowacji

Koszt renowacji pomnika wyniósł 25 tysięcy złotych. Środki na ten cel pochodziły z dwóch źródeł: 20 tysięcy złotych zostało przekazanych przez Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego w ramach programu „Miejsca pamięci i trwałe upamiętnienie w kraju”, a dodatkowe 5 tysięcy złotych pochodziło ze środków własnych Gminy Lipie.

Rzeźba „Niobe” z nową świeżością

Szczególną uwagę poświęcono samej rzeźbie „Niobe”, która stanowi serce pomnika. Pomnik przedstawia postać Polskiej Matki, symbolizującą cierpienie i stratę. Rzeźba została dokładnie wyczyszczona, a także odpowiednio zaimpregnowana, co

KINO GOK KRZEPICE

23 stycznia (czwartek)



godz. 16.00
„SONIC 3”



godz. 18.00
„KLEKS I WYNALAZEK
FILIPA GOLARZA”



godz. 20.15
„DALEJ JAZDA”



Bilety dostępne w sprzedaży na stronie internetowej www.film.opole.pl
W dniu wyświetlania seansów sprzedaż będzie uruchomiona w budynku Gminnego Ośrodka Kultury na ul. Częstochowskiej 27.



Bilet ulgowy - 18zł
-dzieci do 12 lat
- dorośli 65+
Bilet normalny - 20zł






Budżet Gminy Miedźno na 2025 rok – Inwestycje i wsparcie dla mieszkańców

Końcówka każdego roku to czas, gdy samorządy podejmują decyzje mające kluczowy wpływ na przyszłość swoich gmin. Tak było także w Gminie Miedźno, gdzie podczas sesji 19 grudnia radni przyjęli uchwałę budżetową na 2025 rok. Wzrost wydatków, liczne inwestycje oraz wsparcie dla mieszkańców – to tylko niektóre z wyzwań, przed którymi stanie gmina w nadchodzących miesiącach.

Dochody i wydatki – skala wyzwań

Budżet Gminy Miedźno na 2025 rok zakłada dochody w wysokości 56,8 mln zł, podczas gdy wydatki wyniosą 67,6 mln zł. Powstały deficyt w wysokości 10,8 mln zł zostanie pokryty przychodami z kredytów, emisji obligacji oraz wolnych środków. Radni podkreślają, że mimo trudnej sytuacji gospodarczej, należy utrzymać ambitny kurs inwestycyjny, który będzie stymulował rozwój gminy i poprawiał jakość życia jej mieszkańców.

Rekordowe inwestycje

Jednym z najważniejszych elementów budżetu na 2025 rok są inwestycje. Na ten cel zaplanowano rekordową kwotę 23,99 mln zł, co stanowi aż 35,5% całkowitych wydatków budżetowych. Kluczowe projekty, które zmienią oblicze Gminy Miedźno, obejmują modernizację infrastruktury drogowej, budowę

centrum przesiadkowego, rozbudowę oczyszczalni ścieków oraz inwestycje w infrastrukturę oświetleniową.

W 2025 roku mieszkańcy będą mogli liczyć na rozbudowę kilku odcinków dróg gminnych. Łączna kwota wydatków na modernizację dróg to 17,98 mln zł. Przebudowa obejmie m.in. ulicę Główną, Wesołą i Nadrzeczną w Borowej, a także ul. Sportową i Topolową w Ostrowach nad Okszą. Dodatkowo, w ramach projektu unijnego, planowana jest przebudowa dróg w Kołaczkowicach i rozbudowa dróg w Ostrowach nad Okszą, co znacząco poprawi komunikację w gminie.

Nie zabraknie również działań na rzecz poprawy jakości życia codziennego. W ramach projektu „Rozświetlamy Gminę Miedźno” zrealizowane zostaną inwestycje w oświetlenie uliczne, a także budowa nowego centrum

przesiadkowego, co ma ułatwić transport i codzienne funkcjonowanie mieszkańców.

Oświata i pomoc społeczna

Edukacja pozostaje jednym z najważniejszych priorytetów samorządu. Na funkcjonowanie szkół i przedszkoli przeznaczone zostanie 20,8 mln zł. Niestety, subwencje oświatowe pokrywają tylko część tej kwoty, co zmusza gminę do dopłacania z własnych środków. Ponadto, z budżetu zostaną sfinansowane wynagrodzenia nauczycieli, dowóz uczniów oraz utrzymanie placówek oświatowych.

Pomoc społeczna to kolejna istotna część budżetu. Na ten cel przeznaczone zostało ponad 4,2 mln zł. Gmina Miedźno będzie wspierała zarówno osoby potrzebujące pomocy materialnej, jak i organizacje pozarządowe, w tym kluby sportowe oraz Ochotnicze Straże Pożarne, które otrzymają łącznie 1,3 mln zł.

Ekologia i bezpieczeństwo

W kontekście ochrony środowiska, Gmina Miedźno nie zapomina o przyszłości. Na gospodarkę odpadami komunalnymi zaplanowano 2,55 mln zł, z czego część tej kwoty zostanie przeznaczona na inwestycje związane z recyklingiem. Dodatkowo, 84 tys. zł zostanie przeznaczonych na działania na rzecz poprawy jakości powietrza.

Bezpieczeństwo mieszkańców to kolejny priorytet w budżecie. W ramach działań na rzecz ochrony zdrowia i życia, gmina planuje zakup nowego samochodu strażackiego dla OSP Mokra oraz realizację projektów unijnych, takich jak program „Cyberbezpieczny samorząd” czy budowa Punktu Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych.

Wigilijne spotkanie w Miedźnie

17 grudnia 2024 roku w sali przyjęć okolicznościowych Agia w Miedźnie odbyło się wyjątkowe wigilijne spotkanie z osobami niepełnosprawnymi z gminy. Wydarzenie to stanowiło doskonałą okazję do wspólnego dzielenia się opłatkiem, składania świątecznych życzeń oraz spędzenia czasu w atmosferze wzajemnej życzliwości i ciepła. Było to spotkanie pełne serdeczności, które na długo pozostanie w pamięci uczestników.

Wigilijne wydarzenie, organizowane z myślą o osobach z niepełnosprawnościami, miało na celu nie tylko wspólne świętowanie, ale także przypomnienie, jak ważna jest obecność drugiego człowieka oraz troska o innych. Spotkanie obfitowało w chwile pełne ciepła, a jego uczestnicy złożyli sobie nawzajem życzenia zdrowia, spokoju i radości, podkreślając wartość wspólnoty i dzielenia się radością w tym szczególnym, świątecznym czasie.

W wyjątkowy nastrój wprowadził występ artystyczny przygotowany przez Gminny Ośrodek Kultury w Miedźnie oraz instruktorów: Mateusza Lisińskiego, Kalinę Chrobok i Adriannę Balas-Leszczyńską.

Kolędy, które rozbrzmiewały w sali, stworzyły niepowtarzalną, świąteczną atmosferę. Artystyczna oprawa dodała uroku uroczystości, sprawiając, że każdy moment spotkania był wyjątkowy i pełen magii.

Spotkanie stało się także przestrzenią dla budowania więzi i okazywania wsparcia. Wspólne dzielenie się opłatkiem symbolizowało jedność i solidarność, a złożone życzenia były wyrazem troski o dobro innych. Uczestnicy wydarzenia poczuli się wyjątkowo, a atmosfera życzliwości i wzajemnego szacunku stworzyła niepowtarzalną aurę świątecznego ciepła.

Mieszkańcy Gminy Miedźno na Galowym Koncercie Noworocznym Zespołu Śląsk

10 stycznia 2025 roku mieszkańcy Gminy Miedźno mieli wyjątkową okazję wziąć udział w Galowym Koncercie Noworocznym Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk” im. Stanisława Hadyny, który odbył się w Hali Widowiskowo-Sportowej „Spodek” w Katowicach. Koncert pod tytułem „A TO POLSKA WŁAŚNIE” przyciągnął tłumy miłośników kultury, a wśród nich także przedstawicielki kół gospodyń wiejskich oraz członkinie lokalnych stowarzyszeń z Gminy Miedźno.

W wydarzeniu wzięły udział panie z kół gospodyń wiejskich z Miedźna, Mokrej, Izbisk, Władysławowa oraz Stowarzyszenia Kreatywnych Kobiet XXI w. z Ostrow nad Okszą. Wyjazd do Katowic był dla nich nie tylko okazją do obcowania z najwyższej klasy sztuką, ale także do wspólnej integracji. To również forma podziękowania za ich całoroczny trud i wkład w działalność na rzecz lokalnej społeczności. Panie aktywnie uczestniczą w szerokim zakresie inicjatyw kulturalnych i społecznych, które wzbogacają życie Gminy Miedźno.

Sam koncert Zespołu „Śląsk” był prawdziwym świętem kultury narodowej. Artyści zaprezentowali niezwykle repertuar, w którym znalazły się zarówno śląskie pieśni i tańce, jak i utwory z innych regionów Polski. Występ zespołu, który obejmował taniec, śpiew oraz muzykę orkiestry, dostarczył publiczności niezapomnianych emocji. Kunszt artystyczny, który zaprezentował zespół, był dowodem na wielką pasję, tradycję i profesjonalizm w każdym wykonaniu.



Ekologiczne noworoczne postanowienia – jak dbać o planetę w 2025 roku

Nowy Rok to doskonała okazja do wyznaczania celów i wprowadzania pozytywnych zmian w naszym życiu. Coraz więcej osób decyduje się na podjęcie postanowień, które wpływają nie tylko na ich zdrowie i samopoczucie, ale także na naszą planetę. Ekologiczne postanowienia to inwestycja w przyszłość – naszą i środowiska. Jakie kroki warto podjąć w 2025 roku, by wspierać Ziemię?

1. Redukcja odpadów – mniej plastiku, więcej recyklingu

Jednym z najważniejszych wyzwań, przed którymi stoi współczesny świat, jest problem z plastikowymi odpadami. W 2025 roku warto postawić sobie za cel ograniczenie zużycia jednorazowych plastików. Można to osiągnąć, zaczynając od drobnych zmian w codziennym życiu – zabierając ze sobą torby na zakupy, wybierając produkty w opakowaniach biodegradowalnych lub szklanych, a także rezygnując z plastikowych sztućców i talerzy.

Warto również pamiętać o segregowaniu odpadów. Wprowadzenie systematyczności w recyklingu to klucz do zmniejszenia ilości odpadów trafiających na wysypiska. W 2025 roku starajmy się być bardziej świadomi, jakie odpady trafiają do kosza i jak możemy je odpowiednio przetwarzać.

2. Zmniejszenie śladu węglowego – mniej samochodów, więcej transportu publicznego

Wzrost emisji gazów cieplarnianych to główny powód zmian klimatycznych, z którymi mierzymy się na całym świecie. Jednym z najłatwiejszych sposobów na zmniejszenie własnego śladu węglowego jest ograniczenie korzystania z samochodu. W 2025 roku warto częściej wybierać komunikację publiczną, rower lub piesze wędrowki, a także promować carpooling, czyli wspólne podróże z sąsiadami lub współpracownikami.

Jeśli samochód jest niezbędny, warto rozważyć zakup pojazdu elektrycznego lub hybrydowego, które generują mniejszą emisję spalin. Dodatkowo, dbanie o regularne przeglądy techniczne pojazdu oraz utrzymywanie go w dobrym stanie technicznym również ma znaczenie.

3. Zdrowa dieta – roślinne jedzenie na talerzu

Dieta ma ogromny wpływ na stan środowiska. Produkcja żywności, szczególnie mięsnej, jest jednym z głównych czynników emisji gazów cieplarnianych. W 2025 roku warto rozważyć zmniejszenie spożycia mięsa i produktów

pochodzenia zwierzęcego, na rzecz diety roślinnej. Nawet wprowadzenie kilku dni w tygodniu bezmięsnych posiłków, tzw. wege dni, może mieć pozytywny wpływ na planetę.

Ponadto, starajmy się wybierać produkty lokalne i sezonowe, które nie tylko wspierają rolnictwo w naszej okolicy, ale także generują mniejszy ślad węglowy związany z transportem żywności na duże odległości.

4. Oszczędność energii – mniej marnotrawstwa, więcej efektywności

Oszczędzanie energii to kolejny krok, który warto podjąć w 2025 roku. Niezależnie od tego, czy chodzi o oszczędzanie prądu, gazu czy wody, każda zmiana nawyków w tym zakresie ma znaczenie. Zainwestowanie w energooszczędne urządzenia, takie jak żarówki LED, sprzęt AGD o wysokiej klasie energetycznej czy termostaty, może znacząco obniżyć zużycie energii.

Warto także zadbać o odpowiednią izolację domu, co pozwala na zmniejszenie kosztów ogrzewania zimą i chłodzenia latem.

Ogrzewanie oparte na odnawialnych źródłach energii, takich jak panele fotowoltaiczne, to kolejny sposób na ochronę środowiska i własne finanse.

5. Edukacja ekologiczna – dzielimy się wiedzą i inspirujemy innych

Ekologia to temat, który wymaga zaangażowania każdego z nas. Warto angażować się w lokalne inicjatywy związane z ochroną środowiska, organizować akcje sprzątania przestrzeni publicznych, sadzenie drzew czy zbiórki odpadów. Możemy także edukować nasze dzieci, sąsiadów i przyjaciół w kwestiach ekologicznych, promując proekologiczne zachowania w naszym otoczeniu.

Wspólnymi siłami możemy zmieniać nasze najbliższe otoczenie, a małe, codzienne zmiany prowadzą do wielkich efektów. Nowy Rok to doskonały moment na wyznaczenie celów, które pozwolą nam dbać o naszą planetę i pozostawić ją w lepszym stanie przyszłym pokoleniom. Zacznijmy działać już teraz, aby nasza planeta była lepszym miejscem do życia.

Konwent Prezesów Wojewódzkich Funduszy w Krakowie

9 stycznia 2025 roku w Krakowie odbył się Konwent Prezesów 16 Wojewódzkich Funduszy Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej oraz Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej. Spotkanie zgromadziło kluczowych liderów i ekspertów, którzy wspólnie dyskutowali o dalszym rozwoju działań na rzecz ochrony środowiska w Polsce. Celem wydarzenia było omówienie najważniejszych kwestii dotyczących współpracy między funduszami oraz realizacji priorytetowych zadań związanych z ekologiczną transformacją kraju.

Program „Czyste Powietrze” w centrum uwagi

Konwent rozpoczął się od warsztatów roboczych, które poświęcone były programowi „Czyste Powietrze” – jednej z najważniejszych inicjatyw mających na celu poprawę jakości powietrza w Polsce. Program ten ma kluczowe znaczenie w walce z zanieczyszczeniem powietrza, które stanowi poważne zagrożenie dla zdrowia mieszkańców, szczególnie w miastach.

Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Katowicach, który pełni rolę lidera grupy roboczej programu, zaprezentował dotychczasowe osiągnięcia oraz omówił dalsze kierunki działań. W trakcie dyskusji uczestnicy

podkreślili konieczność intensyfikacji działań w zakresie termomodernizacji budynków, wymiany źródeł ciepła na ekologiczne oraz poprawy efektywności energetycznej, co bezpośrednio wpłynie na poprawę jakości powietrza.

W panelu dyskusyjnym udział wzięli także eksperci katowickiego funduszu: Dyrektor ds. Czystego Powietrza Marzena Kapek oraz kierownicy Programu Czyste Powietrze – Kamila Sendek, Michalina Gruca i Bartłomiej Rożek, którzy szczegółowo omówili wyniki dotychczasowej realizacji programu oraz przedstawili propozycje nowych rozwiązań mających na celu jeszcze efektywniejszą walkę ze smogiem.



Wysokie władze na spotkaniu

Wśród zaproszonych gości znaleźli się najwyżsi przedstawiciele administracji rządowej oraz samorządowej. Spotkanie zaszczyliła swoją

obecnością Minister Klimatu i Środowiska Paulina Hennig-Kloska, która podkreśliła wagę współpracy między funduszami oraz rządem w kwestii ochrony środowiska. Wiceminister

Krzysztof Bolesta oraz Prezes Zarządu NFOŚiGW Dorota Zawadzka-Stępnik również wzięli udział w obradach, omawiając strategiczne kierunki polityki ekologicznej.

Działania na rzecz lepszej przyszłości

Spotkania Konwentu Prezesów stanowią doskonałą okazję do wymiany doświadczeń oraz dzielenia się najlepszymi praktykami w zakresie ochrony środowiska. Dzięki współpracy funduszy wojewódzkich oraz centralnych instytucji, takich jak NFOŚiGW, możliwe jest podejmowanie skuteczniejszych działań, które przynoszą realne korzyści dla jakości życia Polaków i przyszłości naszej planety.

Zdecydowana większość uczestników obrad podkreśliła, że w kontekście globalnych wyzwań związanych ze zmianami klimatycznymi, Polska musi jeszcze intensywniej dążyć do osiągnięcia celów związanych z ochroną środowiska. Wspólne wysiłki funduszy ochrony środowiska, ekspertów i administracji publicznej stanowią fundament skutecznej polityki ekologicznej w naszym kraju.

KOLUMNA DOFINANSOWANA ZE ŚRODKÓW



WFOŚiGW w Katowicach oraz NFOŚiGW w Warszawie rozpoczynają drugą edycję Projektu Doradztwa Energetycznego

24 grudnia 2024 roku, Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Katowicach podpisał z Narodowym Funduszem Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Warszawie umowę o partnerstwie na rzecz realizacji drugiej edycji Projektu Doradztwa Energetycznego. Projekt ten, realizowany przez NFOŚiGW we współpracy z 16 wojewódzkimi funduszami, ma na celu wsparcie samorządów, przedsiębiorców oraz mieszkańców w zakresie działań związanych z niskoemisyjnością, efektywnością energetyczną oraz odnawialnymi źródłami energii.

Nowe wyzwania i rozszerzenie zakresu tematycznego

W ramach zawartej umowy, w każdym wojewódzkim funduszu powstały zespoły Doradców Energetycznych, którzy oferują bezpłatne wsparcie w zakresie efektywności energetycznej i zrównoważonego rozwoju. Oferta tegorocznej edycji została rozszerzona o nowe tematy, które odpowiadają na aktualne wyzwania związane z ochroną środowiska:

- Gospodarka wodna na terenach zurbanizowanych – jak zarządzać wodą, w tym wykorzystanie systemów zaopatrzenia w wodę, zbiorników retencyjnych oraz efektywne gospodarowanie wodami opadowymi.
- Nadzwyczajne zagrożenia środowiskowe – jak

przeciwdziałać powodziom czy osuwiskom.

- Gospodarka obiegu zamkniętego – w tym skuteczna gospodarka odpadami i recykling.

Doradcy Energetyczni w całym kraju organizują także szkolenia, konferencje i webinaria, prowadząc działania edukacyjne dla różnych grup społecznych – od dzieci po przedsiębiorców. Szczególną uwagę zwraca się na podnoszenie świadomości ekologicznej oraz promowanie działań proekologicznych.

Wsparcie finansowe z Funduszy Europejskich

Podpisanie umowy o partnerstwie jest wynikiem wcześniejszej umowy z 14 listopada 2024 roku, pomiędzy NFOŚiGW a Ministerstwem Klimatu i Środowiska. Projekt jest w pełni finansowany ze środków

Funduszy Europejskich na Infrastrukturę, Klimat i Środowisko 2021-2027, a jego całkowita wartość dofinansowania wynosi 172 miliony złotych.

Cele projektu: Zrównoważony rozwój i zmniejszenie emisji gazów cieplarnianych

Głównym celem Projektu Doradztwa Energetycznego jest promocja działań na rzecz niskoemisyjnej gospodarki, efektywności energetycznej oraz wykorzystania odnawialnych źródeł energii. Wśród kluczowych zadań doradców znajduje się organizowanie działań edukacyjnych, informacyjnych, szkoleniowych, a także świadczenie usług doradczych w zakresie inwestycji oraz pozyskiwania źródeł finansowania. Projekt ma również na celu wspieranie transformacji w kierunku gospodarki zeroemisyjnej oraz promowanie zrównoważonego rozwoju.

Efekty i rezultaty: szeroka skala działań edukacyjnych

W ramach realizacji Projektu, zaplanowano szereg działań edukacyjno-informacyjnych, które mają na celu dotarcie do jak najszerszej grupy odbiorców. Oto przykładowe efekty, które zostaną osiągnięte:

- 34 kampanie edukacyjne i informacyjne,
- 192 audycje radiowe i telewizyjne,
- 192 publikacje promujące działania proekologiczne,
- 192 konferencje tematyczne dla uczestników projektu,

- 384 warsztaty, webinaria i inne formy szkoleń,
- 256 działań doradczych podczas imprez masowych,
- 137 800 przeprowadzonych konsultacji i porad,
- 2 500 inwestycji objętych wsparciem doradczym.

Projekt, finansowany w całości ze środków Funduszy Europejskich, ma na celu nie tylko wsparcie w zakresie doradztwa, ale także skuteczne podniesienie świadomości na temat potrzeb i korzyści związanych z inwestowaniem w zielone technologie i rozwiązania niskoemisyjne.



Nabór wniosków na dofinansowanie usuwania azbestu w 2025 roku

Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Katowicach ogłosił nabór wniosków na 2025 rok, który dotyczy dofinansowania zadań związanych z realizacją gminnych programów usuwania azbestu i wyrobów zawierających azbest. Inicjatywa ta jest skierowana do jednostek samorządu terytorialnego województwa śląskiego, które przeprowadziły inwentaryzację wyrobów zawierających azbest i planują realizację działań mających na celu demontaż, transport oraz unieszkodliwienie tych materiałów.

Cel i zakres Programu

Celem programu jest wsparcie działań samorządów, które mają na celu poprawę jakości środowiska poprzez usuwanie niebezpiecznych wyrobów azbestowych. Zgodnie z gminnymi programami usuwania azbestu, dotacje będą przeznaczone na: demontaż wyrobów zawierających azbest, zbieranie, transport i unieszkodliwienie tych materiałów w sposób bezpieczny i zgodny z przepisami prawa.

Kto może składać wnioski?

Nabór wniosków jest adresowany do jednostek samorządu terytorialnego, w tym gmin, które:

Zrealizowały inwentaryzację wyrobów zawierających azbest,

Posiadają zaplanowane zadania związane z ich usuwaniem, transportem i unieszkodliwianiem w ramach gminnych programów.

Termin składania wniosków

Wnioski o dofinansowanie można składać do dnia 30 kwietnia 2025 roku. Należy pamiętać, że wnioski, które wpłyną po tym terminie, nie będą rozpatrywane.

Termin zakończenia zadań

Realizacja zadań musi zostać zakończona najpóźniej do 30 września 2025 roku. Jest to kluczowy termin, którego należy przestrzegać, aby skorzystać z dofinansowania.

Procedura składania wniosków

Wnioski będą rozpatrywane w trybie ciągłym. W celu złożenia wniosku, jednostki samorządu terytorialnego muszą przygotować dokumenty zgodnie z obowiązującymi regulacjami. Szczegółowe informacje i wymagane formularze dostępne są na stronie internetowej WFOŚiGW w Katowicach. Dokumenty te obejmują: regulamin dofinansowania zadań związanych z usuwaniem azbestu, „Szczególne zasady dofinansowania zadań związanych z usuwaniem i unieszkodliwianiem azbestu realizowanych przez jednostki samorządu terytorialnego”, formularze wniosków oraz wymagane załączniki.

Korzyści z Programu

Dofinansowanie usuwania azbestu to szansa na poprawę jakości powietrza i bezpieczeństwa zdrowotnego mieszkańców. Azbest, będący materiałem szkodliwym dla zdrowia, jest wciąż obecny w wielu budynkach, a jego usunięcie jest kluczowym krokiem w walce o czystsze

środowisko. Dzięki dotacjom z WFOŚiGW, samorządy będą mogły zrealizować ten ważny cel w sposób profesjonalny i zgodny z przepisami ochrony środowiska.

Szczegółowe informacje na temat naboru oraz wymagane dokumenty można znaleźć na stronie internetowej WFOŚiGW w Katowicach.



KOLUMNA DOFINANSOWANA ZE ŚRODKÓW



Jak zadbać o odporność zimą? Praktyczne porady na chłodne dni

Zima to czas, w którym nasza odporność staje przed szczególnymi wyzwaniami. Krótkie dni, niskie temperatury, wilgoć oraz ogrzewane pomieszczenia mogą osłabić naszą zdolność do obrony przed infekcjami. Warto jednak pamiętać, że odpowiednia troska o zdrowie w tym okresie może pomóc przejść przez chłodne dni w pełni sił. Jak więc skutecznie wzmocnić organizm zimą?

Zbilansowana dieta odgrywa kluczową rolę w utrzymaniu odporności przez cały rok, ale w zimie jest szczególnie ważna. W tym okresie warto wzbogacić swoje menu o produkty, które wspierają układ immunologiczny. Witamina C, znana z właściwości wspomagających walkę z infekcjami, znajduje się w takich produktach jak cytrusy, papryka, kiwi czy jarmuż. Warto również pamiętać o witaminie D, której zimą brakuje w naszej diecie ze względu na ograniczoną ekspozycję na słońce. Można ją znaleźć w tłustych rybach, jajach, grzybach, a także rozważyć jej suplementację. Probiotyki, czyli produkty fermentowane jak jogurty, kefiry czy kiszonki, wspierają zdrowie jelit, co ma bezpośredni wpływ na naszą odporność.

Warto zadbać także o regularną aktywność fizyczną, ponieważ to jeden z najlepszych sposobów na poprawienie odporności. Ruch zwiększa krążenie krwi, co z kolei

poprawia transport komórek odpornościowych do wszystkich części ciała. Zimowa aura może zniechęcać do wychodzenia na świeże powietrze, ale warto pamiętać, że nawet krótki spacer ma ogromne korzyści. Jeśli warunki pozwalają, świetnie sprawdzą się także nordic walking, jogging czy jazda na rowerze. Zima nie musi oznaczać stagnacji, wręcz przeciwnie – aktywność na świeżym powietrzu dotlenia organizm i wspomaga naturalne mechanizmy obronne.

Higiena to kolejny aspekt, który warto wziąć pod uwagę w okresie zimowym, kiedy infekcje wirusowe są powszechniejsze. Regularne mycie rąk, zwłaszcza po powrocie do domu czy kontakcie z osobami chorymi, to najprostsza, ale bardzo skuteczna metoda na unikanie przeziębień i grypy. Warto także unikać zbiorowisk ludzi, w których ryzyko zarażenia jest wyższe. Pamiętajmy, że czyste ręce to podstawa zdrowia.

Odpowiednia ilość snu jest kluczowa dla prawidłowego funkcjonowania naszego organizmu, a w szczególności dla odporności. Podczas snu organizm regeneruje się i walczy z infekcjami. W okresie zimowym, gdy dni są krótkie, warto zadbać o to, by nasz sen trwał co najmniej 7-8 godzin. Odpowiednia temperatura w sypialni, cisza oraz unikanie korzystania z urządzeń elektronicznych przed snem pomagają w poprawie jakości odpoczynku.

Zioła i naturalne napary to kolejny sposób na wzmocnienie odporności zimą. Imbir, czosnek, tymianek czy lipa mają właściwości wspierające organizm w walce z przeziębieniami i infekcjami. Można pić je w formie herbaty lub dodawać do potraw. Czosnek, znany ze swoich właściwości antybakteryjnych, oraz imbir, który rozgrzewa i pomaga w walce z infekcjami, to prawdziwe skarby zimowej kuchni. Z kolei napary z lipy,

malin czy czarnego bzu wspomagają organizm w obniżaniu gorączki i łagodzeniu objawów przeziębienia.

Niezwykle ważnym aspektem dbałości o odporność jest także unikanie stresu. Przewlekły stres negatywnie wpływa na naszą odporność, dlatego warto wprowadzić do codziennego życia techniki relaksacyjne, takie jak joga, medytacja czy głębokie oddychanie. Regularne spacery na świeżym powietrzu również mają zbawienny wpływ na nasze samopoczucie i redukcję napięcia. Spędzanie czasu z bliskimi, dbanie o równowagę emocjonalną i odpoczynek są kluczowe dla utrzymania zdrowia, zwłaszcza w trudnych zimowych miesiącach.

Ostatnią, ale równie ważną kwestią jest odpowiednia ochrona przed zimnem. Mroźne powietrze może podrażniać drogi oddechowe, zwłaszcza u osób z chorobami układu oddechowego. Należy więc

pamiętać o odpowiednim ubiorze – ciepłe, oddychające materiały oraz szalik, czapka i rękawice to niezbędny element każdej zimowej garderoby. Dodatkowo, warto zadbać o nawilżenie skóry, która w czasie zimy staje się bardziej podatna na przesuszenie.

Zima to okres, w którym nasza odporność potrzebuje szczególnej troski, ale odpowiednie nawyki mogą pomóc przejść przez ten czas w pełni sił. Zbilansowana dieta, aktywność fizyczna, dbałość o higienę, sen, zioła, radzenie sobie ze stresem oraz odpowiednia ochrona przed zimnem to podstawowe elementy, które pozwolą nam cieszyć się zdrowiem przez cały sezon. Pamiętajmy, że to my sami mamy wpływ na to, jak nasze ciało radzi sobie w trudniejszych warunkach. Warto więc już teraz zadbać o swoją odporność, by zimowe dni nie stały się czasem przeziębień i chorób.

Dieta w styczniu – zdrowe odżywianie po świętach

Styczeń to czas, w którym wielu z nas podejmuje postanowienia związane z poprawą zdrowia i samopoczucia. Po świątecznym okresie pełnym obfitych posiłków, ciast i słodczych, nasz organizm często potrzebuje odświeżenia i detoksu. Jak więc rozpocząć zdrowe odżywianie po świętach, by poczuć się lekko i pełnym energii na cały rok? Oto kilka wskazówek, które pomogą wprowadzić zdrowe nawyki do codziennego życia.

Pierwszym krokiem w kierunku zdrowszego odżywiania po świętach jest detoksykacja organizmu. Po obfitych posiłkach, które zawierały dużo tłuszczu, cukru i soli, warto dać naszemu ciału szansę na oczyszczenie. Pomogą w tym lekkie, pełne witamin i minerałów posiłki, które wspomogą nasz układ pokarmowy. Warto włączyć do diety produkty bogate w błonnik, takie jak warzywa, owoce, pełnoziarniste produkty zbożowe czy strączki, które wspierają procesy trawienne i oczyszczają organizm z nadmiaru toksyn.

Styczeń to również świetny czas na zmniejszenie spożycia cukru. Święta pełne słodkich przysmaków mogą prowadzić do przyzwyczajenia organizmu do wysokiego poziomu cukru we krwi, co może wpływać na nasze samopoczucie i poziom energii. Warto więc stopniowo ograniczać ilość słodczych i słodzonych napojów, zastępując je zdrowymi alternatywami, takimi jak owoce, orzechy czy naturalne przekąski. Jeśli masz ochotę na coś słodkiego, sięgnij po jogurt naturalny z miodem, owocami lub orzechami – to świetna i zdrowa alternatywa.

Nie zapomnijmy również o hydratacji. Po zimowych miesiącach, gdy często pijemy mniej wody, warto przypomnieć sobie o odpowiednim nawodnieniu organizmu. Woda, ziołowe herbaty, napary z owoców czy koktajle warzywne to doskonałe źródła płynów, które wspomagają trawienie i oczyszczanie organizmu. Pamiętajmy, że odpowiednie nawodnienie ma wpływ na naszą skórę, metabolizm, a także koncentrację i samopoczucie.

Kolejnym krokiem jest włączenie do diety białka i zdrowych tłuszczów. Zamiast sięgać po tłuste potrawy mięsne, warto postawić na źródła chudego białka, takie jak ryby, drób, jaja, rośliny strączkowe, tofu czy orzechy. Zdrowe tłuszcze, takie jak te zawarte w oliwie z oliwek, awokado czy orzechach, pomagają utrzymać odpowiedni poziom energii i wpływają na zdrowie serca.

Styczeń to także doskonała okazja, by zacząć planować posiłki i unikać przypadkowych wyborów, które mogą prowadzić do sięgania po niezdrowe przekąski. Przygotowywanie posiłków z wyprzedzeniem pozwala lepiej kontrolować to, co jemy, i unikać pokusy sięgania po



fast food. Warto również postawić na regularność posiłków – staraj się jeść 4-5 mniejszych posiłków dziennie, co pozwala utrzymać poziom cukru we krwi na stałym poziomie i zapobiega napadom głodu.

Ostatnią, ale bardzo ważną rzeczą, jest ruch. Zmiana diety to tylko jeden z elementów zdrowego stylu życia. Regularna aktywność fizyczna

pomoże przyspieszyć metabolizm, spalić nadmiar kalorii i poprawić nastroj. Nie musisz od razu zaczynać intensywnych treningów – wystarczy codzienny spacer, joga czy lekki trening w domu, aby poprawić kondycję i samopoczucie.

Zdrowe odżywianie po świętach nie musi być trudne – wystarczy wprowadzić małe zmiany, które

pozwolą poczuć się lepiej w swoim ciele i mieć więcej energii na co dzień. Kluczem do sukcesu jest konsekwencja i cierpliwość – efekty zdrowych nawyków pojawią się z czasem, a Ty będziesz cieszyć się lepszym samopoczuciem przez cały rok

NOWY AMBULANS



Zespół Opieki Zdrowotnej w Kłobucku wzbogacił się o nowoczesny ambulans, który z pewnością poprawi jakość świadczonych usług ratowniczych. Zakup pojazdu został sfinansowany dzięki dofinansowaniu z budżetu państwa Wojewody Śląskiego oraz wsparciu finansowemu Starostwa Powiatowego w Kłobucku. Nowa karetka z pełnym wyposażeniem będzie kluczowym elementem w codziennej pracy służb ratowniczych, zwiększając poziom bezpieczeństwa pacjentów oraz usprawniając działania medyczne.

Przekazanie ambulansu odbyło się w uroczystej atmosferze, podczas której Wicewojewoda Śląski Michał Kopański, Poseł na Sejm RP, Wiceminister Edukacji Henryk Kiepusa, Starosta Kłobucki Dariusz Piłśniak, Wicestarosta Kłobucki Karol Wers oraz Członkowie Zarządu Beata Przybylska, Zdzisława Kall i Aneta Kiepusa oficjalnie wręczyli pojazd Dyrektorowi Zespołu Opieki Zdrowotnej w Kłobucku Joannie Maruszczyk oraz Kierownikowi Pogotowia Ratunkowego w Kłobucku Tomaszowi Czechowi.

Nowy ambulans z pełnym wyposażeniem o łącznej wartości 637 862,40 zł, z czego 600 000,00 zł pochodzi z dofinansowania, ma znaczący wpływ na jakość pracy służb ratunkowych. Jego obecność w Zespole Opieki Zdrowotnej w Kłobucku zwiększa bezpieczeństwo transportowanych osób oraz poprawia komfort pracy załogi ambulansu, co przekłada się na szybsze i skuteczniejsze udzielanie pomocy.

Ambulans wejdzie w skład podstawowego zespołu ratownictwa medycznego, co pozwoli na jeszcze szybsze reagowanie na potrzeby pacjentów w regionie. Dzięki nowemu pojazdowi, służby ratownicze w Kłobucku będą mogły nie tylko szybciej dotrzeć do poszkodowanych, ale także zapewnić im kompleksową opiekę na najwyższym poziomie.



Zdrowie seniorów w zimie: wyzwania i zagrożenia w chłodnych miesiącach

Zima, mimo swojej urody i świątecznego klimatu, to pora roku, które niesie za sobą liczne wyzwania, szczególnie dla osób starszych. Zimowe miesiące stanowią okres, w którym seniorzy są narażeni na wiele trudności zdrowotnych, które mogą poważnie wpłynąć na ich jakość życia. Niskie temperatury, krótkie dni, a także zmniejszona aktywność fizyczna, mogą stwarzać liczne zagrożenia. Jakie wyzwania czekają na osoby starsze w tym okresie i jak można im pomóc?

Upadki i kontuzje na oblodzonych nawierzchniach

Jednym z najpoważniejszych zagrożeń zimą dla seniorów są upadki, które mogą prowadzić do poważnych kontuzji, takich jak złamania i skręcenia. W wyniku oblodzonych chodników i schodów, starsze osoby, których równowaga i koordynacja mogą być już osłabione, stają się bardziej podatne na wypadki. Złamania kości, zwłaszcza w obrębie bioder, mogą wymagać długotrwałej rehabilitacji, a w niektórych przypadkach prowadzić do trwałej niepełnosprawności. Ważne jest, aby seniorzy w miarę możliwości unikali wychodzenia na zewnątrz w czasie dużych opadów śniegu lub w okresie, gdy nawierzchnia jest bardzo śliska.

Aby zminimalizować ryzyko upadków, warto zainwestować w obuwie z odpowiednią, antypoślizgową podeszwą, a także zadbać o odpowiednie oświetlenie

wokół domu. Warto również rozważyć pomoc sąsiedzka lub opiekuna, który pomoże seniorowi w codziennych czynnościach, takich jak zakupy czy poruszanie się po śliskich nawierzchniach.

Choroby układu oddechowego – dodatkowe zagrożenie w zimie

Zima to czas, kiedy choroby układu oddechowego stają się powszechnym problemem, a osoby starsze są szczególnie narażone na ich rozwój. Zimne powietrze i niska wilgotność mogą prowadzić do podrażnienia dróg oddechowych, a obniżona odporność w połączeniu z sezonowymi infekcjami, takimi jak grypa czy przeziębienie, stanowią dodatkowe zagrożenie. Częste przeziębienia, które w przypadku starszych osób mogą prowadzić do powikłań, takich jak zapalenie płuc, wymagają szczególnej uwagi i opieki.

Aby chronić zdrowie seniorów w tym okresie, warto zapewnić im odpowiednią ilość ciepła w domu, a także unikać nagłych zmian temperatury, które mogą prowadzić do osłabienia organizmu. Regularne wietrzenie pomieszczeń i utrzymanie odpowiedniej wilgotności powietrza może pomóc w zapobieganiu chorobom układu oddechowego. Warto także skonsultować się z lekarzem w sprawie szczepień przeciw grypie, które mogą znacznie zmniejszyć ryzyko zachorowania.

Isolacja społeczna – samotność w długie zimowe wieczory

Zima to także czas, kiedy izolacja społeczna staje się poważnym problemem, zwłaszcza wśród osób starszych, które mogą mieć trudności z poruszaniem się w trudnych warunkach pogodowych. Krótkie dni, długie noce i mniejsza aktywność na świeżym powietrzu sprzyjają

uczuciu samotności, co z kolei może prowadzić do pogorszenia zdrowia psychicznego. Depresja, lęki i poczucie osamotnienia stają się poważnym zagrożeniem dla jakości życia seniorów w zimie.

Aby przeciwdziałać temu problemowi, warto utrzymywać regularny kontakt z osobami starszymi, nawet jeśli to tylko telefoniczne rozmowy czy spotkania online. Pomoc w codziennych czynnościach, zaproszenie do wspólnych aktywności lub organizowanie wspólnych posiłków może znacząco poprawić samopoczucie seniorów i zmniejszyć ich izolację społeczną. Warto także rozważyć zaplanowanie regularnych wizyt u lekarzy lub specjalistów, co może nie tylko pomóc w utrzymaniu zdrowia, ale także zapewnić seniorom poczucie opieki i wsparcia.

Problemy z krążeniem i układem sercowo-naczyniowym

Zimowe miesiące wiążą się także z dodatkowymi problemami związanymi z krążeniem i układem sercowo-naczyniowym. Niskie temperatury powodują obkurczanie naczyń krwionośnych, co zwiększa ryzyko wystąpienia nadciśnienia tętniczego, zawałów serca czy udarów. Warto zwrócić szczególną uwagę na osoby starsze zmagające się z chorobami serca lub nadciśnieniem, które w zimie mogą wymagać szczególnej troski.

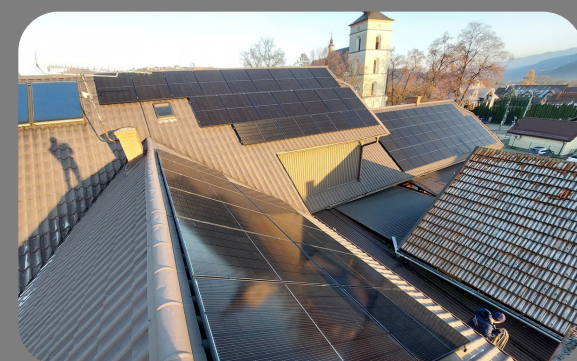
Aby pomóc w utrzymaniu zdrowia serca, warto zapewnić odpowiednią temperaturę w mieszkaniu, unikając przeciągów i nagłych skoków temperatury. Regularne wizyty u lekarza, monitorowanie ciśnienia oraz stosowanie odpowiednich leków to kluczowe działania w zapobieganiu powikłaniom zdrowotnym w okresie zimowym.



FOTOWOLTAIKA

W NASZEJ OFERCIE:

- FOTOWOLTAIKA
- MAGAZYNY ENERGII
- CARPORTY PV
- KOLEKTORY SŁONECZNE
- POMPY CIEPŁA
- STACJE ŁADOWANIA SAMOCHODÓW



f /Solaro Poczesna
ul. Katowicka 10,
Kolonia Poczesna
tel. 691 389 144
tel. 34 323 94 79

www.solaro-poczesna.pl

Zeskanuj i
sprawdź nas

