

KLUKA

GAZETA WYDAWANA PRZEZ TOWARZYSTWO MIŁOŚNIKÓW RYDUŁTÓW OD 1994 ROKU

Nr 414 ISSN 146-9271 miesięcznik 15 czerwiec 2020 2,50 zł (w tym 8% VAT)

ISSN 0142-6923



Rydułtowy i gminy powiatu wodzisławskiego oraz rybnickiego

*Dzieci sprawiają, że MIŁOŚĆ jest mocniejsza,
DNI są dłuższe, NOCE krótsze,
OSZCZĘDNOŚCI mniejsze a DOM szczęśliwszy.*

*Z okazji Dnia Dziecka składamy
Serdeczne życzenia wszystkim
Milusińskim naszego Miasta, a także
Wszystkim, którzy dzieckiem się
Czują.*

*Niech Wasze małe serduszka
Na zawsze zachowają szczyptę
Dziecięcej szczerości
I wrażliwości.
Niech każdy dzień będzie
dla Was radosny i słoneczny.
Bawcie się, uczyć i zmieniajcie świat.
Liczymy na Was! :)*

Redakcja „KLUKA”

W numerze:

- Kronika SP3
- Wieści z Gminy Lyski
- Wele byfyja
- Wojenne losy Ślązaków
- Z życia Miasta
- Z historii rydułtowskiego szpitala
- Sprawozdanie z prac Burmistrza
- Rozważania Prezesa
- O zdrowiu
- Kalendarium
- Poezje
- Aktualności
- I dużo więcej ...

Redaktor wydania:
Joanna Rusok

Redaktor wydania:
Janina Oleś



Zdjęcia domów zostały zrobione około 1910 roku i 20 lat później przez Jana Ryszkę, pozostałe „prywatne” też. Wszystkie zdjęcia pochodzą ze zbiorów Hani Rożek.



Nowa szkoła



Dzień targowy w Rydułtowach



Po szkubaniu.

Kronika Szkoły Podstawowej nr 3 w Rydułtowach część 11

Stumaczył: Gryk Markiewka

Na skutek polecenia i podjudzenia wracających z Westwalii strajkowiczów górniczych, większość górników na kopalni Beatus Gluck wstrzymała zjazd i zażądała bezwzględnej podwyżki zarobków o 75 do 100%. Strajk trwał 14 dni. Zarobki podwyższono o 10%, a około 30 przewodników zwolniono z pracy. Podeczas strajku, w celu utrzymania spokoju publicznego, przebywało stale na miejscu 5 do 8 żandarmów. Również patrole wojskowe kontrolowały tutejszą okolicę. Do publicznych niepokojów i bójek nie doszło.

16 bm. odbyła się w czasie pierwszej lekcji uroczystość pamięci dnia śmierci cesarza Fryderyka III. Przemowa na temat: „Kogo Bóg kocha, tego doświadcza”, odśpiewanie dwóch choraków i dwóch pieśni patriotycznych, oraz jedno „Ojciec nasz” zakończyło tę uroczystość.

Na podstawie dekretu Rejencji Królewskiej dotychczasowy adjutant Hawranke został od 1 lipca br. powołany do Marklowie Dolnych jako III nauczyciel.

1 października 1889 r. dotychczasowy królewski powiatowy inspektor szkolny pan Ruffin został przeniesiony do Ramhstowa. Był on miłym i prawym przełożonym, dlatego był ogólnie poważany i szanowany. Na zorganizowanym 28 IX 89 przyjęciu pożegnalnym wygłoszone przy tym mowy świadczyły o prawdziwej harmonii i czci pomiędzy szefem a jego towarzyszami niedoli. „Niech Bóg błogosławi sprawiedliwego, który wiedział jak niektórym kolegom doradzić i pomóc, aby działali zgodnie z przepisami”. Jako następcę pana Ruffina przejął tymczasowo zarząd Wodzisławskiego Powiatowego Inspektoratu Szkolnego dotychczasowy nauczyciel gimnazjalny pan Hagemeyer z Kluczborka.

Urodziny Fryderyka III obchodzone były na ostatniej lekcji przez odpowiednią przemowę, modlitwę i śpiewy, jako dzień pamięci o naszym Fritzu. „Pokój jego prochom!”

Fr. Kurzeja

Po czteromiesięcznym wakacie na tutejszym stanowisku adjutanta, zostało ono na nowo obsadzone przez kandydata Karola Schafer z Lubomierza. Schafer jest jedynym synem zmarłego mistrza rybarskiego Karola Schafer z Lubomierza. Wykształcenie jako nauczyciel nabył również w Lubomierzu, a to jest jego pierwsze stanowisko. Pan Schafer urodził się 2 lutego 1869 roku.

Na wniosek pierwszego nauczyciela dotychczasowy dach łupkowy nad północną przybudówką został wymieniony na pokrycie blachą stalową. W tym samym czasie w całym mieszkaniu ułożono podłogę z desek, a piwnice odwodniono przez drenaż do doliny obok Czempika. Założono też gnojownik. Na swój koszt nauczyciel powiększył ogród o 1/3 na wschód i posadził 14 drzewek wokół budynku szkolnego.

Miniony rok był pod względem spokoju pomiędzy nauczycielem a gminą korzystny.

Dla obywateli lato było suche, była nawet susza. Zboża, szczególnie jare, wydały zaledwie to co wysiano. Natomiast zbiór ziemniaków był dobry. Stoma w okresie Bożego Narodzenia kosztowała do 45 marek (12 talarów), siano kosztowało 3-4 marki. Poza tym wszystko w miarę normalne.

Fr. Kurzeja

Dzisiaj placki ...**Ajerkuchy**

składniki:

- 4 jabłka średniej wielkości
- dwa jajka
- dwie stołowe łyżki cukru
- półtorej szklanki mąki pszennej
- około szklanki mleka
- łyżeczka proszku do pieczenia
- cukier puder do posypania
- smalec lub olej do smażenia

przygotowanie:

Przygotować ciasto: wymieszać jajka z cukrem, mąką, proszkiem do pieczenia i mlekiem - ciasto powinno być nieco bardziej gęste niż tradycyjne ciasto naleśnikowe. Jabłka obrać, wydrążyć przez środek otwór (by usunąć komory nasienne), pokroić w plastry. Otaczać w cieście i piec na smalcu lub oleju. Podawać posypane cukrem pudrem.

Fuczki

składniki:

- 1 jajko
- szklanka mleka
- mąka pszenna
- kminek
- majeranek
- garść dobrze odcisniętej i poszatkowanej kapusty kiszzonej
- sól do smaku
- olej do smażenia

przygotowanie:

Przygotować ciasto; jajko połączyć z mlekiem i taką ilością mąki, aby uzyskać konsystencję ciasta na naleśniki, dodać kapustę i przyprawy, wymieszać. Piec na oleju na złoty kolor.

Placki ze śledziem

składniki:

- 80 dag ziemniaków
- 40 dag śledzia zielonego
- 1 jajko
- 1 łyżka stołowa mąki pszennej
- olej do smażenia

- 1 duża cebula
- sól, pieprz do smaku

przygotowanie:

Ziemniaki zetrzeć na tarce lub w maszynce, dodać pokrojoną w kostkę cebulę, wbić jajko. Śledzie wyfiletować i pokroić w bardzo drobną kostkę, połączyć z pozostałymi składnikami, dokładnie wymieszać oraz doprawić do smaku. Formować niewielkie placki, smażyć na mocno rozgrzanym oleju.

Placki ziemniaczane

składniki:

- 1 kilogram ziemniaków
- 3 jajka
- 50 dag mąki
- 250 ml oleju
- sól, pieprz do smaku

przygotowanie:

Ziemniaki utrzeć na tarce lub w urządzeniu mechanicznym i odlać z nich sok, dodać jaja, sól i pieprz, wymieszać. Na patelni dobrze rozgrzać olej, smażyć dwustronnie do uzyskania odpowiedniego, złotawego koloru.

Placki ziemniaczane na blasze

składniki:

- 1 kilogram ziemniaków
- 3 jajka
- 50 dag mąki
- 1 mała cebula
- sól, pieprz do smaku
- 3 łyżki stołowe masła lub smalcu

przygotowanie:

Ziemniaki utrzeć na tarce lub w urządzeniu mechanicznym i odlać z nich sok, dodać jaja, drobno posiekaną cebulę, mąkę, sól i pieprz, dokładnie wymieszać. Smażyć na kuchennym piecu węglowym lub przygotowanej blasze bez tłuszczu do uzyskania ciemnego koloru. Podawać przekrojone, z dodatkiem masła lub smalcu w środku.

Wybrała: Joanna Rusok

9 stycznia w sejmie Wacław Czerkawski – przewodniczący śląskiej Rady OPZZ i członek Prezydium ZZG w Polsce oraz pełnomocnik Komitetu Inicjatywy Ustawodawczej dotyczącej uregulowania spraw deputatu węglowego ponownie prezentował (wcześniej w 2016r) projekt obywatelski, który swoimi podpisami poparło 126 tys. obywateli. W 2016r odbyło się pierwsze czytanie, wszystkie kluby przyklasnęły i skierowały projekt do Komisji i na tym skończyła się historia. W międzyczasie rząd znalazł „swoją pomysła na deputata”. Wprowadził rekompensaty za zrzeczenie się prawa do deputatu. To jednak nie rozwiązało wszystkich spraw. Wciąż kilkanaście tysięcy górniczych emerytów nie „znieśli” się na rządowej liście do wypłaty rekompensaty.

Warto przypomnieć, że obywatelski projekt powstał z inicjatywy Związku Zawodowego Górników w Polsce. Zebrano 126 tys. podpisów, które trafiły do kancelarii Sejmu 29 marca 2016r. W trakcie zbiórki do akcji włączyły się związki zawodowe z OPZZ oraz centrale górniczych organizacji związkowych, parafie i wielu ludzi, którzy bez względu na związkowe czy polityczne barwy zbierali podpisy poparcia.

Czy posłowie obecnej kadencji rozwiążą sprawę deputatu definitywnie? Podczas sejmowych prezentacji wszystkie kluby: PiS, Koalicji Obywatelskiej, Lewicy, PSL – Kukiz 15 zgodziły się na przekazanie projektu do dalszego procedowania w komisji sejmowej.

Najlepiej problem deputatu oddają słowa

Co dalej z obywatelskim projektem dotyczącym deputatu?

Deputat w Sejmie



Wacława Czerkawskiego wypowiedziane na zakończenie poselskiej dyskusji:

Dyskusja pokazała, że problem nie jest łatwy. Ostatnią rzeczą, jakiej chciałbym, jest próba kłócenia się jednej partii z drugą zamiast rozwiązywania problemów. Nikt nie jest bez winy. Różnie bywało, bo różne były sytuacje w górnictwie węgla kamiennego i nadal różnie to się przedstawia. Idea projektu obywatelskiego i tej wielkiej akcji zbierania pod nim podpisów było opracowanie jednolitego projektu dla wszystkich emerytów górniczych. Myślano nawet to obliczali. Korzyści zostały przez nas oszacowane na ok. 270 mln zł rocznie. Trzeba wziąć pod uwagę to, że co roku średnia z górnictwa idzie

do budżetu państwa 8 mld zł. Obalam tu kolejny mit, że do górnictwa się dopłaca. Do górnictwa dopłacać nie wolno, nawet ustawowo jest to zabronione. Jedynie na likwidację kopalni były przeznaczone środki, ale nie na czynne kopalnie, żeby była jasność. Taka była idea. W międzyczasie oczywiście bardzo dużo się zmieniło, o czym tutaj mówiliśmy, ale emeryci górniczy ciągle mają przeświadczenie, nawet ci, którzy otrzymali rekompensaty, że to nie do końca jest to, o co walczyli, kiedy podpisywali dokumenty, ponieważ mają przekonanie, że jest coś takiego jak prawa nabyte i że żyją w państwie prawa, co rozumieją w sposób jednoznaczny: przyjmują mnie do roboty i wiem, że po jej zakończeniu, kiedy prze-

jdę na emeryturę, dostanę deputat węglowy. Takie mieli oni przeświadczenie, potem to się zmieniło. Były tu różne tłumaczenia, bardziej, mniej sensowne czy prawdziwe. Nie będę polemizował z faktami, bo to są w dużej mierze fakty, ale mam nadzieję, że kiedy ten projekt zostanie skierowany do komisji, to będzie można rzetelnie nad nim usiąść i być może uda się wypracować rozwiązanie, które zadowolą wszystkich emerytów górniczych i uporządkuje wszystkie sprawy ich dotyczące. Jak obserwuję koalicję rządzącą, Prawo i Sprawiedliwość, to nie słyszę z tej strony tego typu stwierdzeń: nie da się, to niemożliwe, ni ma piniędzy, więc choćby biegać to pod uwagę, mam nadzieję, że idąc tym śladem, będą przybyli naszymu projektorowi i że będzie on procedowany, że so ogóle będzie procedowany i będą tego efekty dla wszystkich emerytów (...).

Podsumowując, chcę powiedzieć, że cieszę się z tej dyskusji i ze zrozumienia naszych problemów. Nie chcę rozbudzać wielkich emocji, mógłbym mówić jeszcze 10 minut, ale przecież nie jestem tu po to, żeby zagadać Sejm, nie jestem tu po to, żeby siebie promować, tylko jestem po to, by rozwiązać problem, żeby Sejm rozwiązał problem, bo ja tego problemu nie rozwiążę, jestem tylko sprawozdawcą wszystkich tych, którzy składali podpis pod projektem obywatelskim. Dlatego jeszcze raz apeluję o przekazanie tego projektu do komisji i, co najważniejsze, o procedowanie nad nim, za co już dziękuję w imieniu wszystkich emerytów górniczych. Dziękuję.

Jarosław Kowalski

Gazeta Górnicza Górnik nr 2 z dnia 16-31 stycznia 2020 str 3
tyś zł - ukradzione każdemu emerytowi!

Od redakcji:

Panie Wacławie Czerkawski!

Czyżby rozważa o deputatach węglowych dla emerytowanych górników i Ich rodzin przyszła dopiero w 2020 roku??? kiedy zbliżają się Wasze (czytaj działacze Związkowych bez zjazdów dołowych) starania o przejścia na emerytury (chyba nie górnicze!) - zakwestionowane emerytury Związkowców przez Rząd i ZUS????? Proszę sobie przypomnieć kto podpisał Ponadzakładowy Układ Zbiorowy Pracy w którym wyeliminowaliście emerytowanych górników i Ich rodziny do bezpłatnego deputatu węglowego, zaś Rząd R.P. okradł każdego uprawnionego do deputatu węglowego emeryta na kwotę 42,5 tys zł-tych!!! {wyliczenie proste: prze ok. 25 lat emeryt (bądź Jego żona) mogli pobierać deputat w wysokości 3 ton rocznie}: **3 tony/rok x 25 lat x 700zł/tony = 52 500 zł. - 10 000zł z tytułu rekompensaty = 42,5**

Proszę przypomnieć sobie treści pism wielokrotnie kierowane przez Organizacje Pozarządowe do Central Związkowych ws ochrony praw nabytych byłych pracowników górnictwa. Deputaty węglowe (bądź rekompensaty) nadal otrzymują emerytowani pracownicy kolei, emerytowani pracownicy robót górniczych, deputaty otrzymywali emeryci w i po okresie II wojny światowej oraz w okresie "głębokiej komuny". Czas od 2015r. nie należy do "chlubnych" decyzji PO, którzy w deputatach węglowych zaczęli „grzebać”, ani tym bardziej „decydenci” rodem z PIS-u, który dokończył DZIEŁA odbioru deputatów węglowych w 2017r.

**Były pracownik górnictwa
Imię i nazwisko do wyłącznej wiadomości Redakcji.**

Wojenne losy Rydułtówików

2 lata temu w „KLUCIE” napisałem o niezwykłych i tragicznych losach naszych Rydułtówików, których wcielono do armii niemieckiej. Jednemu z nich, panu Brachmanowi udało się uciec i został żołnierzem generała Andersa, zaś pana Barnabasa po kampanii w Jugosławii przerzucono do Włoch. Los spowodował, że po dwu stronach pod Monte Casino walczyli przeciwko sobie i w marcu 1944r. obaj zostali poważnie ranni ale wojnę na szczęście przeżyli. Dziś pragnę przybliżyć los innego Rydułtówika, również wcielonego do armii niemieckiej s.p. Siegmonta, który zginął na Monte Casino w ostatniej bitwie (17-18 maja 1944r). Polscy żołnierze - zdobywcy wzgórza znaleźli w ruinach klasztoru zabitych żołnierzy niemieckich i w czasie przeszukiwania odnaleźli u jednego żołnierza 2 listy napisane do niego przez jego siostrę i matkę. Listy, napisane były w części po polsku, w części po śląsku i niemiecku, do naszego ziomka - Rydułtówika. Nie wiem o jaką rodzinę Siegmonta chodzi, bo figurują tylko imiona, więc jeśli przytoczone w oryginalne listy i wymienione w nim Osoby, członkom ich Rodzin coś się przypomni a związane jest z tą osobą (może zachowany list, zdjęcie itp) prosimy o kontakt, bo jesteśmy zainteresowani publikowaniem zróznicowanych losów naszych Mieszkańców.

List siostry Anny.

Kochane Braciszku.

Jo ten twój list otczymala i ci hca zaroz odpisać ale najpszot siem pozdrawiam wszeiscy temi słowami Niyh bydzie pochwalony Jezus Krystus. Kochane Bracie te mi piszesz żeś już jest na froncie to wiesz że to nima nic nowego jeno smutek bo tego Reimundka my straceli w Ruse a te wtej Italji co to są straszno los nas spotkoł ale Siegmundze nie troc nadzieje bo jo mesla że nas bog tak strasznie nie opuści szebeś i te tam musiał zostać bo me jusz jednego straceli to jo mesla że bog nie będzie tak na nas zagniewane szebes i te tam zostol... Niech se dzieje wola boga z bogiem zostań bo ci renki dać nimogem calo familio Bruno, Aliza, Walter, Anton i jo Anna. Jo ci kuwerte i papier poslala.

Redułtowy 5.V.44

List Matki

Mein Geliebter Sohn. Mój kochany Synie.

Siadam do stołu i hca Ci pary słów napisać ale siem neisamprzut ciem pozdrawiam ty słowy Niyh bydzie pochwalony Jezus Chrystus. Synoczku dzisiaj jest niedziela i mom trozka czasu to ci hca pora słów napisać ale ciem najsamprzut pisa że my som wszyscy zdrowi co ciebie tego samego życzymy coby ciem ty pora moich słów przy najlepszym zdrowiu zostało. Siegmundku dzisiaj je trozka cieplej i stromy siem poczynajom rozwijać, trześnie kwitnom kiebyś był doma to beś siem cieszył mój Synie kohany bo mie Serce boli że tak cierpieć musisz niewinnie a borok Rejmundek ten tam dopiro cierpi na tej Rusej jeśli tam żyje bo jo was dziennie oplakują bo ty tam niewiem jeśli przewidzieć nawet ale Boga prosza o pomoc bo żoden mi nie pomoże telko Bóg jedyny a najświętszo Panienka Maryja nas zaś pociesz bo inny żoden ciem nie pociesz. Mój Syneczku posyłam ci papior na pisani i kuferty to mi zaś odpisz co tam nowego moje dziecko kochany bo mi jest weselej jak od ciebie pismo dostanę a jak dwa albo tedzień pisma nie ma to ani siem mi robić niechce a jeno czekam cobyh was jeszcze ros widziała póka żyja a tera jusz ty pisma kończa a stobom siem oca bo ida na nieszpór do widzenia twoja zasmucona mój . Matka.

Redułtowy 7.V.44

Henryk Machnik

Z historii rydułtowskiego szpitala

Rok 1921 - III Powstanie Śląskie

Rydułtowski szpital „Powstańczym szpitalem polowym” Komendantem szpitala był dr Paweł Neukirch a pozostawili lekarzami Georg Nepilly — lekarz naczelny Lecznicy Brackiej w Rydułtowach i asystenci: Lucjan Mende i Stanisław Roab (urodzony w Rydułtowach). Grupie sanitariuszy Grupy Wschód przewodził Ryszard Rolnik. W okresie powstania w szpitalu leczyło się 260 powstańców w tym 7 Niemców.

Lata międzywojenne

Dalsza rozbudowa szpitala – uruchomiono klinikę dentyścyczną, w której w kolejnych latach leczyli: dr Stanisław Wągiel, dr Marko-Grodowicz oraz dentyści: Rudolf Kartusch i Hildegarda Dziubińska.

Uruchomiono oddział eugeniczny (dla chorych wenerycznych) a w 1936 roku stację „Opieka nad matką i dzieckiem”. W latach 1934-1939 funkcję lekarza naczelnego (po Georgu Nepillym) sprawował dr Wiktor Zajac.

Lata 1939-1945 roku

Od września 1939r. do czerwca 1940 roku szpital zamknięty. Czynne było jedynie ambulatorium. Szpital uruchomiony powtórnie przez niemiecki zarząd Spółki Brackiej. Szpitalem kierował dr Engelbert Henning, który miał do dyspozycji 7 lekarzy oraz stażystów, ci po niezbędnym szkoleniu praktycznym kierowani byli na front. Obłożenie chorych sięgało liczby 300 łóżek. 04.02.1945 rok -szpital częściowo zbombardowany — zginęło 6 pacjentów i 1 osoba cywilna. Szpital opuszcza niemiecki personel na miejscu pozostał dr Eugeniusz Peikert z żoną i kilkanaście osób z personelu medycznego, którzy udzielali pomocy medycznej w piwnicy pawilonu głównego.

Lata 1945-1950 -lata odbudowy

W czerwcu 1945 roku powtórnie funkcję dyrektora obejmuje dr Wiktor Zajac. Pracują też: dr Peikert z żoną Marią, Magdalena Burek, dr A. Czaplewski. Przybywają kolejni lekarze: dr A. Maciejczyk, J. Bulanda, Ernest Porwolik, Wilhelm Przeździng, Janina Tarnas, Barbara i Jerzy Bogacki, Irena Głogowska. Uruchomiono uratowaną przed wywozem aparaturę rentgenowską, sale operacyjne przeniesiono do budynku oddziału wewnętrznego. Rozpoczęto odbudowę zniszczonego przez bombardowanie bloku operacyjnego.

Henryk Machnik

Imbir kontra nadciśnienie, bóle stawów, mdłości i wiele innych dolegliwości.



Najsmaczniejszy koreń azjatycki.

Smak imbiru poznałem po raz pierwszy dopiero jako nastolatek, gdy jedna z moich ciotek przywiozła z Anglii ciasteczka imbirowe. To było w czasach, gdy jeszcze nie istniał tunel łączący Francję z Anglią.

Jeszcze nie było Internetu, nie istniał EasyJet. Anglia wydawała się dalekim i tajemniczym krajem, a jej imbirowe herbatniki były prawdziwą ciekawostką!

Niedługo później dowiedziałem się, że imbir jest afrodyzjakiem. Nie, nie dowiedziałem się tego rzecz jasna od cioci, ale od kolegi z klasy. „Afrodyzjak???”. Nawet nie wiedziałem co znaczy to słowo. W tamtych czasach nie rozpisywano się o afrodyzjakach w niemal każdym czasopiśmie. Ależ to było dawno! Tak czy inaczej, kiedyś w końcu dowiedziałem się co to słowo oznacza... „Hrabina du Barry podawała go swoim kochankom. W Malesji jest używany, aby podbić serca kobiet. W Maghrebie jest używany jako sposób na rozbudzenie namiętności. W Senegalu kobiety zakładają go wokół bioder, jeśli chcą wzbudzić podniecenie w swoich mężach. Imbir jest bez wątpienia najbardziej znanym afrodyzjakiem na świecie” – taki opis znajdziemy na stronie internetowej LaNutrition. Na tej samej stronie znajdziemy także informację, że afrodyzjakalne właściwości imbiru to mit. Imbir po prostu wywołuje „lekkie uczucie ciepła” i ma korzystny wpływ na „zdrowie plemników”.

Jakkolwiek by nie było, warto wiedzieć, że imbir ma wiele innych ważnych właściwości prozdrowotnych.

Jedna z najsmaczniejszych przypraw na świecie

Na świecie istnieje wiele przypraw, a imbir należy do tych najsmaczniejszych. Występuje w wielu egzotycznych potrawach, sałatkach, sosach i deserach. Warto wiedzieć jak wpływa na zdrowie. Jest pełen składników odżywczych i związków bioaktywnych, które silnie i korzystnie oddziałują na ciało i na mózg. Oto 7 dobroczynnych właściwości imbiru, które zostały potwierdzone badaniami naukowymi.

Imbir zawiera duże ilości gingerolu, substancji o silnych właściwościach leczniczych

Imbir jest rośliną kwitnącą pochodzenia chińskiego. Jest spokrewniony z kurkumą, kardamonem i galangalem (to także afrodyzjak...). Do celów kulinarnych wykorzystujemy kłącze imbiru, które jest podziemną częścią łodygi. Imbir znany jest od bardzo dawna, zarówno jako pożywienie oraz jako roślina lecznicza. Jest wykorzystywany m.in. na poprawę trawienia, przeciw mdłościom, pomaga zwalczać przeziębienie i grypę. Może być spożywany świeży, kandyzowany, suszony, jako proszek, sok lub olej, a także w postaci olejku eterycznego. Imbir jest bardzo powszechnie stosowany. Wyjątkowy smak i aromat zawdzięcza swoim olejkom eterycznym, wśród których znajduje się gingerol. Gingerol jest główną substancją bioaktywną imbiru, odpowiadającą za większość jego właściwości leczniczych. Ma silne działanie przeciwzapalne i antyoksydacyjne.

Imbir może pomóc przy wielu rodzajach mdłości

Imbir od bardzo dawna stosowany jest w przypadku choroby morskiej i okazuje się działać równie skutecznie jak leki na receptę. Może także zmniejszać mdłości i wymioty u osób po operacjach oraz u pacjentów przyjmujących chemioterapię. Szczególnie jednak pomaga w przypadku mdłości u kobiet w ciąży.

Imbir może łagodzić bóle stawów i mięśni.

Imbir działa przeciwzapalnie i pomaga zmniejszać bóle mięśni i sta-

wów. W jednym z badań wykazano, że imbir w postaci ekstraktu, spożywany doustnie, może łagodzić bóle u osób z chorobą zwyrodnieniową stawu kolanowego. W innym badaniu zaobserwowano, że krem zawierający imbir, cynamon i olej sezamowy, nakładany na bolesny obszar ciała, może zmniejszać ból i sztywność.

Imbir może znacznie obniżyć poziom cukru we krwi i ryzyko chorób sercowo-naczyniowych

Badania naukowe nad działaniem imbiru w tym obszarze są stosunkowo nowe, jednak dowodzą, że imbir może wykazywać silne właściwości przeciwcukrzycowe. Niedawno (w 2015 r.) przeprowadzono badanie, w którym wykazano, że u uczestników stosujących przez 12 tygodni dwa gramy sproszkowanego imbiru dziennie, poziom cukru we krwi na czczo obniżył się o 12% [10]. Poziom HbA1C (hemoglobiny glikowanej) u tych uczestników również się obniżył, o 10%. HbA1C to ważny wskaźnik poziomu cukru w ujęciu długoterminowym. Wykazano także zmniejszenie poziomu utlenionych lipoprotein o 23% oraz wskaźnika ApoB / ApoA-I. Tak to wygląda na wykresie:



Ostrzeżenie: mimo że te wyniki są imponujące, nie rezygnuj z leków przeciwcukrzycowych... Jedynie metformina obniża poziom cukru we krwi w sposób udowodniony i powtarzalny. Nikt nie zagwarantuje, że stosując zakupiony w Internecie imbir w proszku uzyskasz takie same efekty, jak w cytowanym badaniu naukowym.

Niemniej jednak warto dobrze zrozumieć, co wynika z uzyskanych w tym badaniu efektów:

- Obniżenie poziomu glukozy we krwi na czczo o 12% i poziomu HbA1C o 10% może być wystarczające, aby ograniczyć wiele uciążliwych skutków ubocznych cukrzycy typu 2, takich jak negatywny wpływ na serce.
- Obniżenie wskaźnika ApoB / ApoA-I o 28% skutkuje znaczącym obniżeniem ryzyka miażdżycy naczyń wieńcowych.
- Zmniejszenie poziomu MDA (lipidów peroksydowanych) o 23% powoduje znaczne zmniejszenie ryzyka choroby wieńcowej.

Imbir pomaga na trawienie (i przeciwdziała dyspepsji)

Dyspepsja (przewlekłe dolegliwości związane z niestrawnością) charakteryzuje się przewlekłym bólem i dyskomfortem w górnej części żołądka. Powodem jest zbyt powolne opróżnianie się żołądka. Wykazano, że imbir może przyspieszać opróżnianie żołądka u osób cierpiących na dyspepsję. Dzięki zastosowaniu imbiru, czas potrzebny na opróżnienie żołądka u uczestników po zjedzeniu zupy zmniejszył się z 16 minut do 12 minut.

W badaniu, w którym wzięły udział 24 osoby, spożywanie 1,2 g imbiru w proszku przed posiłkiem pozwalało przyspieszyć proces opróżniania żołądka o 50%.

Imbir kontra choroby degeneracyjne.

Imbir działa przeciwutleniająco i przeciwzapalnie, pomaga przeciwdziałać starzeniu się komórek. Chroni komórki nerwowe przed chorobami neurodegeneracyjnymi: chorobą Parkinsona, chorobą Alzheimera. W badaniu obejmującym sześćdziesiąt kobiet w średnim wieku wykazano, że spożywanie ekstraktu z imbiru poprawia szybkość reakcji i pamięć. Ten ochronny wpływ na komórki mógłby okazać się pomocny w profilaktyce nowotworów. Chociaż przeprowadzone badania w tym obszarze (w odniesieniu do raka jelita grubego, trzustki, piersi i jajników) wykazały, że imbir ma jednak ograniczoną skuteczność. Podsumowując, mamy wiele powodów, aby jadać imbir w każdej postaci.

Tekst pochodzi ze strony : <https://www.pocztazdrowia.pl/artykuly/imbir-kontra-nadciśnienie-bole-stawow-mdlosci-i-wiele-innych-dolegliwosci>

**SPRAWOZDANIE z PRAC BURMISTRZA
i URZĘDU**

za okres od 30 kwietnia 2020r. do 30 maja 2020r.

Referat Inwestycji**1. MODERNIZACJA ULICY OFIAR TERRORU**

Trwa zatwierdzanie tymczasowej organizacji ruchu w Starostwie Powiatowym w Wydziale Komunikacji i Transportu w Wodzisławiu Śl.

Wartość robót budowlanych: 4 477 856,91 zł

Termin wykonania: 30.06.2021 r.

**2. REWITALIZACJA OSIEDLA KAROLA WRAZ
Z UTWORZENIEM MIEJSCA USŁUG SPOŁECZ-
NYCH PRZY ZBIORNIKU WODNYM MACHNI-
KOWIEC W RYDUŁTOWACH, w tym:****1) Przebudowa terenu przy zbiorniku wodnym
„Machnikowiec” - utworzenie miejsca usług społecznych**

- wykonano pomost stały, pomosty pływające wraz z montażem desek,
- trwają roboty wykończeniowe pergoli oraz tężni,
- trwają roboty związane z nawierzchnią z kostki brukowej szlachetnej w obrębie tężni,
- wykonano plażę piaszczystą,
- - trwają roboty związane z utwardzeniem dojazdu od strony ul. Strzelców Bytomskich.

W związku z koniecznością wykonania wzmocnienia skarpy nasypu od strony ul. Ładnej, która wynikła w trakcie realizacji robót podstawowych w najbliższym czasie zostanie zawarty aneks na ww. Roboty dodatkowe zwiększający wartość umowy o kwotę 140 830,25 zł oraz wydłużający terminy pośrednie umowy o 30 dni.

Terminy pośrednie umowy dotyczące robót budowlanych:

- wykonanie robót budowlanych - montażowych do dnia 30.06.2020 r.
 - uzyskanie pozwolenia na użytkowanie do dnia 30.07.2020 r.
- Wartość umowy: 3 769 945,25zł.

Funkcję Inspektora nadzoru na przedmiotowym zadaniu pełni Piotr Nowak prowadzący działalność gospodarczą pod nazwą Nadzory i Obsługa Inwestycji Budowlanych Piotr Nowak z siedzibą przy ul. Jurija Gagarina 4, 44-373 Wodzisław Śląski.

Wartość umowy podstawowej: 29 520,00 zł brutto.

Termin realizacji umowy podstawowej: do dnia 30.06.2020 r.

W związku z planowanym zawarciem aneksu na roboty dodatkowe przygotowuje się umowę na pełnienie nadzoru

inwestorskiego nad ww. robotami.

2) Rewitalizacja Osiedla Karola

W dniu 12.05.2020 r. zawarto Aneks nr 1 na wykonanie wzmocnienia podłoża gruntowego i doprowadzenie gruntu do kategorii G1 poprzez zastosowanie łupka przepalonego i wykonanie podbudowy zasadniczej z kruszywa kamiennego.

Wykonawca robót budowlanych firma CELMAR spółka z o. o. z Bytomia realizuje roboty drogowe. Wykorytowano drogi wewnętrzne, wzmocniono podłoże gruntowe, wykonano podbudowę zasadniczą z kruszywa kamiennego na wszystkich odcinkach dróg wewnętrznych. Wykonano montaż krawężników drogowych. W trakcie wykonywania regulacja włączów kanałowych.

Rozpoczęto roboty fundamentowe pod bramy przesuwne ogrodzenia.

Termin realizacji umowy: 30.11.2020 r.

Wartość umowy: 3 000 153,10 zł.

W etapie II wykonawca robót budowlanych firma Szczyrba s. c. z Rogowa kontynuuje roboty drenażowe wokół budynków mieszkalnych. Ponadto zawarto Aneks nr 1 na wykonanie robót rozbiórkowych: wiatrołapów i zadaszeń wiatrołapów przy budynkach nr 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20 oraz wykonanie fundamentów wiatrołapów przy budynkach nr 11, 12, 14, 15, 20.

Termin realizacji umowy: 30.11.2020 r.

Wartość robót budowlanych: 593 916,08 zł

Zlecono do Zakładu Gospodarki Komunalnej wykonanie prac, który sukcesywnie przygotowuje demontaż instalacji elektrycznych wiatrołapów koniecznych do rozbiórki.

**3. PRZEBUDOWA TERENU PRZY ZBIORNIKU
WODNYM „MACHNIKOWIEC” CELEM UTWO-
RZENIA MIEJSCA USŁUG SPOŁECZNYCH –
ETAP II**

W dniu 14.05.2020 r. zawarto umowę na opracowanie dokumentacji projektowej, uzyskanie pozwolenia na budowę, pełnienie nadzoru autorskiego oraz wykonanie na podstawie opracowanej dokumentacji robót budowlanych polegających na przebudowie terenu przy zbiorniku wodnym „Machnikowiec”

- utworzeniu miejsca usług społecznych - etap II realizowanym w procedurze zaprojektuj i wybuduj.
- Wykonawcą jest firma Zakład Produkcyjno-Remontowo-Budowlany Artur Marcinek ul. Długa 61c, 44-373 Wodzisław Śląski.

Terminy przedmiotu umowy:

- 1) uzyskanie pozwolenia na budowę wraz z przekazaniem kompletnej dokumentacji i dokonanie jej odbioru do dnia 30 listopada 2020 r.
- 2) wykonanie robót budowlanych wraz z uzyskaniem pozwo-

lenia na użytkowanie do dnia 29 kwietnia 2022 r.

Wartość umowy: 1 642 000,00 zł.

4. ROZBUDOWA I MODERNIZACJA BUDYNKU URZĘDU MIASTA

Trwają roboty budowlane wykonywane przez konsorcjum:

- lider konsorcjum Jerzy Brzoska prowadzący działalność gospodarczą pod firmą: Firma Usługowo - Handlowa "B.I.T" Jerzy Brzoska z siedzibą w Czernicy
- partner konsorcjum: Grupa MJM Sp. z o.o. z siedzibą w Czernicy.

Stan zaawansowania robót:

- trwają roboty związane z wykonywaniem ocieplenia ścian zewnętrznych,

- w segmencie nowobudowanym wykonano roboty tynkarskie wewnętrzne, prowadzone są roboty związane z układaniem płytek ceramicznych, trwają prace związane z montażem stolarki drzwiowej.

Termin realizacji umowy do dnia 30 września 2020r.

Wartość umowy: 4 310 750,90 zł

Nadzór inwestorski nad realizacją zadania pełni „Mrozek Grzegorz doradztwo budowlane usługi G. Mrozek” z siedzibą w Gaszowicach.

Termin realizacji umowy: 30.10.2020 r.

Wartość nadzoru inwestorskiego: 39 601,81 zł.

5. MODERNIZACJA ULICY ZYGMUNTA KRASIŃSKIEGO

Z uwagi na wprowadzony stan epidemii wystosowano pismo do Wykonawcy z prośbą o określenie terminu rozpoczęcia robót budowlanych.

Termin realizacji umowy: 30.10.2020 r.

Wartość nadzoru inwestorskiego: 3 628,50 zł

6. MODERNIZACJA UL. KAROLA MIARKI

W dniu 30.04.2020 r. dokonano odbioru robót budowlanych. Zgłoszono zakończenie robót budowlanych w Powiatowym Nadzorze Budowlanym. Rozliczono inwestycję i przygotowano druk OT. Wartość ostateczna zakończonej inwestycji wyniosła 316 777,06 zł.

7. PRZYŁĄCZENIE BUDYNKÓW MIESZKALNYCH NA OSIEDLU KAROLA DO CIEPŁOCIĄGU WRAZ Z ICH TERMOMODERNIZACJĄ

Umowa na dofinansowanie projektu z Urzędu Marszałkowskiego na „Przyłączenie budynków mieszkalnych na Osiedlu Karola w Rydułtowach do ciepłociągu wraz z ich termomodernizacją” została podpisana i przekazana do Urzędu Marszałkowskiego.

28 kwietnia 2020 r. został podpisany Aneks nr 4 z Ciepłownią Rydułtowy na przyłączenie obiektów do zewnętrznej instalacji odbiorczej w terminie do 31 sierpnia 2020 r. dla budynków nr 11, 12, i 15 oraz do 31 sierpnia 2021 r. dla budynków nr 14, 16, 17, 18, 19 i 20.

Ciepłownia Rydułtowy wykonała przyłącze ciepłownicze do budynków nr 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20 w koordynacji z głównym wykonawcą robót budowlanych rewitalizacji Osiedla Karola firmą CELMAR sp. z o. o. Trwa uzgadnianie lokalizacji skrzynek ciepłowniczych.

Przygotowuje się materiały do przeprowadzenia procedury przetargowej na wykonanie robót budowlanych związanych z termomodernizacją budynków mieszkalnych – aktualizację przedmiarów i kosztorysów inwestorskich.

8. POPRAWA EFEKTYWNOŚCI ENERGETYCZNEJ W MIESZKALNYCH BUDYNKACH KOMUNALNYCH

W dniu 24.04.2020 r. nastąpiło otwarcie ofert w zakresie opracowania dokumentacji projektowej termomodernizacji 4 budynków komunalnych. Trwa badanie ofert

9. BUDŻET OBYWATELSKI: Drugie życie – modernizacja placu zabaw przy ul. Traugutta

W dniu 7 kwietnia podpisano z Waldemarem Boberem prowadzącym działalność gospodarczą pod nazwą Studio Architektury Bober umowę na opracowanie dokumentacji projektowej.

Termin realizacji umowy do dnia 6 lipca 2020r.

Wartość umowy wraz z aneksem na roboty budowlane: 6 396,00 zł.

10. MODERNIZACJA BUDYNKU SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 2

Przystąpiono do prac związanych z przygotowaniem materiałów do zapytania ofertowego na wykonanie dokumentacji projektowej.

11. MODERNIZACJA BUDYNKU ŻŁOBKA - WINDA

Na przesłane zapytanie ofertowe na opracowanie dokumentacji projektowej złożono dwie oferty o wartości 27 921,00 zł i 48 831,00 zł. Trwa badanie ofert.



Kalendarium Czerwiec



W roku 2018 przypada 100 lat drugiego objawienia fatimskiego w Turzy Śląskiej.

Inne ważne daty;

28 VI 1914 r. - zabójstwo arcyksięcia Franciszka Ferdynanda w Sarajewie, co było przyczyną wybuchu I wojny światowej,

23 VI - Dzień Ojca,

1 VI 1945 r. - obowiązki dyrektora szpitala przejął dr Wiktor Zajac, a od 1 VI 1989 r. dr Henryk Wojtaszek,

20 VI 1935 r. - urodził się Krystian Burda, artysta plastyk, uczeń Ludwika Konarzewskiego,

9 VI 1941 r. - urodził się Antoni Motyczka, senator, dr habilitowany, profesor nauk technicznych, dziekan Wydziału Budownictwa Politechniki Śląskiej, członek Rady Powiatu,

5 VI 1881 r. - w Brzęczkowicach urodził się Augustyn Hlond - pierwszy biskup katowicki,

10 VI 1939 r. - Główna Kwatera ZHP ogłosiła „Pogotowie wojenne”; komendantem pogotowia został dh. Jan Bojdoł,

VI 1998 r. - ulica Bema została całkowicie zmodernizowana na odcinku 1600 metrów,

VI 2001 r. - Rada Miasta nadała odznakę honorową "Złote Grabie" Marii Antoninie Wieczorek,

VI 2001 r. - kino „Wawel” przestało istnieć, w budynku powstał sklep "Biedronka",

8 VI 2003 r. - odbyło się głosowanie rydułtowików, czy chcesz by Rzeczypospolita Polska należała do Unii Europejskiej; na tak wypowiedziało się 84,7% rydułtowan,

11 VI 2005 r. - Szkoła Podstawowa nr 3 im Arki Bożka w Rydułtowach obchodziła swe 130-lecie, a Chór Lira 10-lecie,

VI 2006 r. - zakończyła działalność Szkoła Podstawowa nr 4, szkoła „na tunelu”,

7 VI 2012 r. - zmarł Franciszek Okręt - harcerz drużyny kolejowej w roku 1938,

26 VI 1991 r. - zmarła Emilia Węglorzówna - pierwsza instruktorka ZHP w Rydułtowach, w roku 1923.

Zebral Stanisław Brzęczek

ZAPROSZENIE

W dniu
25 czerwca (1 termin) lub 27 czerwca
(w zależności od pogody)

w godz. 17.00-19.00

w ogródku piwnym na rynku miasta
nasz zespół „Klika Machnika”
w porozumieniu z „Piwiarnią Warka”
organizuje

kolejny koncert pod nazwą:
„Śpiewaj z nami Miłośnikami
przy kuflu piwa”.

Prócz Kliki wystąpi też zaproszony zespół.
Warunkiem uczestnictwa jest czynny udział
w śpiewaniu wspólnych piosenek, oraz zakup dowolnego napoju.

Możliwe rezerwacje miejsc.

Za Zarząd TMR H. Machnik

**Składamy najserdeczniejsze
życzenia urodzinowe
czerwcowym solenizantom!!**

A są to:

1. Krzysztof Jędrośka
2. Tadeusz Wojacek
3. Bożena Majer
4. Eugeniusz Grabiec
5. Grażyna Gunia
6. Krystyna Kieś
7. Erwin Paszenda
8. Tadeusz Kieś
9. Czesław Wojciechowski
10. Anna Płońska
11. Krystian Gajda
12. Anna Butwiłowska
13. Józef Grzenkowicz
14. Brunon Konieczny



Pięć rzeczy, za które podziękują ci twoje jelita.

Równowaga między różnymi rodzajami bakterii, drożdży i grzybów w jelitach wpływa nie tylko na nasze zdrowie i odporność, ale także skłonność do tycia, alergii czy depresji. Niestety, często sami ją zaburzamy. Aby utrzymać harmonijną relację między naszymi jelitami a zamieszkującymi je dwoma kilogramami bakterii, musimy się postarać.

Nasze jelito grube ma długość około półtora metra, cienkie - 6 m. Jelita są pofałdowane, a jelito cienkie dodatkowo pokryte przez kosmki. Gdyby je rozprostować ich powierzchnia miałaby około kilkuset metrów kwadratowych. Zamieszkują ją miliardy mikroorganizmów tworzących tzw. mikrobiotę, która coraz częściej zaczyna być traktowana jak osobny narząd.

Jelita nie służą jedynie do trawienia pokarmów, przyswajania potrzebnych składników i wydalania zbędnych. Mikroflora jelitowa wytwarza w nich np. witaminę B12, K oraz kwasy tłuszczowe zaopatrujące nabłonek jelita w energię. Jelita pełnią też ważną rolę w układzie odpornościowym. Prawie 80 proc. komórek odpornościowych zlokalizowanych jest w obrębie przewodu pokarmowego, a m.in. od liczebności poszczególnych mikrobów zamieszkujących jelita zależy stan naszego zdrowia i odporność. Brak równowagi między różnymi rodzajami bakterii, drożdży i grzybów może przyczyniać się do otyłości, alergii czy depresji. Mikrobiotę jelit zaburzają przyjmowane leki, zła dieta zawierająca wysoko przetworzone produkty i zbyt obfita w cukry proste, używki, a nawet stres. O jelita można i trzeba zadbać.

Kiszonki

Nasze jelita potrzebują sfermentowanych produktów i nie chodzi tu wcale o nadpsute jedzenie. Proces fermentacji wywoływany przez bakterie i drożdże prowadzi do zamiany cukrów zawartych w żywności w kwasy organiczne lub alkohol. Cukier zawarty w kiszonych warzywach i owocach rozkłada się na kwas mlekowy.

Dzięki temu zahamowany zostaje proces gnicia. Kiszzone ogórki, kapusta czy buraki zawierają mnóstwo bakterii mlekowych i enzymów, które korzystnie wpływają na całą naszą florę bakteryjną. Obniżają pH treści jelita grubego chroniąc je przed rozwojem szkodliwych bakterii. Zawsze warto wzbogacać dietę o kiszonki i to różnorodne. Kisić można też pomidory, marchewkę, cebulę czy paprykę. Azjaci kiszą kapustę pekińską i fermentują soję.

Kefiry i jogurty

Kefiry i jogurty to bogactwo korzystnych dla zdrowia szczepów bakterii z rodzaju *Lactobacillus*, które pomagają odbudować florę bakteryjną jelit. Włączenie ich do codziennej diety zmniejsza liczebność niekorzystnych mikroorganizmów w jelitach odpowiedzialnych za stany zapalne i inne choroby. Kefir zawiera wiele rodzajów bakterii i drożdży, które mogą poprawiać jakość flory jelitowej.

Jogurt powstaje po dodaniu do mleka dwóch gatunków bakterii: *Lactobacillus bulgaricus* i *Streptococcus thermophilus*, które wpływają na odporność i pracę jelit. Redukują też wydzielanie gazu powstałego podczas nieprawidłowego trawienia laktozy, co zapobiega wzdęciom. Kefiry i jogurty są łatwiej przyswajalne przez organizm niż mleko. Pamiętajmy jednak, że jogurty smakowe zazwyczaj zawierają duże ilości cukru, co nie wpływa

korzystnie na naszą mikrobiotę.

Blonnik

Blonnik dzięki swoim właściwościom drażniącym ściany jelita, przyspiesza ruch treści pokarmowej oraz wspomaga usuwanie substancji toksycznych z jelit. Tym samym zapobiega procesom gnilnym, które zachodzą w niestrawionym pokarmie. Daje uczucie sytości, a rozpuszczalne frakcje blonnika mogą niwelować nagłe wahania poziomu glukozy we krwi.

Dobrym jego źródłem są sliwki i jabłka, a także warzywa, m.in. buraki. Aby go dostarczać, trzeba jeść razowe ciemne pieczywo, otręby, nierozdrobnione nasiona lnu, płatki jęczmienne i owsiane.

Polifenole

Pozytywny wpływ na nasze jelita mają także związki występujące w roślinach. Stymulują wzrost pożytecznych bakterii jelitowych przy jednoczesnym eliminowaniu tych szkodliwych. Przyczyniają się do zwiększenia liczebności potrzebnych nam bifidobakterii. Możemy je znaleźć w winogronach, jagodach, gorzkiej czekoladzie, kakao, czerwonym winie czy zielonej herbacie.

Probiotyki

Probiotyki warto zażywać nie tylko po antybiotykoterapii. Dla jelit szczególnie ważne jest działanie bakterii z rodzaju *Lactobacillus* i *Bifidobacterium*. Ważne jest jednak by bakterie były zdolne przetrwać drogę do jelita grubego i mogły skutecznie zasiedlić jego nabłonek. Dlatego wybór probiotyku ma duże znaczenie.

Szczepu probiotyczne pochodzące z kultur wyhodowanych przez renomowaną i doświadczoną firmę Chr. Hansen wykorzystuje firma Solgar w suplementach diety: Jelitowa flora bakteryjna Advanced Multi-Billion Dophilus oraz Jelitowa flora bakteryjna Advanced 40+ Acidophilus. Szczepu *B. lactis*, BB-12® są odporne na wysoki poziom kwasowości żołądka. Dodatkowo chroni je kapsułka. W każdej kapsułce Advanced 40+ Acidophilus znajduje się 1,5 miliarda bakterii, a w Advanced Multi-Billion Dophilus – 5 mld bakterii. Te probiotyki są też dobrym rozwiązaniem dla wegan, bo nie zawierają produktów mlecznych.

W ruchu i bez stresu

Intensyfikacja aktywności fizycznej może też zwiększyć liczbę pożytecznych bakterii w jelitach. Ćwiczenia poprawiają ich pracę, dzięki czemu unikamy zapałów i skracamy czas kontaktu szkodliwych drobnoustrojów ze śluzówką jelit. Dzięki osi mózgowo-jelitowej to, co dzieje się w naszym mózgu wpływa na jelita i odwrotnie. Silny stres może wpływać na wrażliwość układu pokarmowego. Dlatego w nerwowych sytuacjach może boleć nas brzuch lub pojawić się biegunka. Najnowsze badania pokazały zależność między chorobami psychicznymi i depresją a mikrobiotą. Dobrym sposobem na rozładowanie stresu jest wysiłek fizyczny, a więc dwa w jednym.

<https://www.medonet.pl/zdrowie,pienc- rzeczy--za-ktore-podziakuja-ci-twoje-jelita,artykul,43282480.html>

WSZYSTKO O ZDROWIU

EXPRESOWO Z ŻYCIA MIASTA

Ruszy infolinia dla zakażonych górników. Kopalnia ROW oddelegowała swoich pracowników do pracy w Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Rybniku z zadaniem bieżącej obsługi górników izolowanych na kwarantannach. Do dyspozycji stacji przekazano także laptopy i dodatkowe aparaty telefoniczne. Wkrótce uruchomiona zostanie też dodatkowa infolinia dla pracowników PGG S.A. Decyzja o kadrowym i technicznym wzmocnieniu rybnickiej stacji zapadła po wideokonferencji wojewody śląskiego z prezesem Polskiej Grupy Górniczej S.A. i szefami służb sanitarno-epidemiologicznych. Zadaniem osób oddelegowanych jako wsparcie kadrowe do rybnickiej stacji sanitarno-epidemiologicznej jest telefoniczna obsługa pracowników kopalni, którzy zostali skierowani na kwarantannę i oczekują wiadomości o wyniku testu na obecność koronawirusa. Jeśli jest on dodatni, informacja zostanie przekazana szybciej niż dotąd, wraz z dokładnymi instrukcjami postępowania również w stosunku do domowników przebywających na kwarantannie. Do dyspozycji pracowników w stacji sanepidu kopalnia przekazała laptopy i dodatkowe aparaty telefoniczne, a wkrótce Zakład Informatyki i Telekomunikacji PGG S.A. uruchomić ma nową infolinię dla pracowników PGG S.A. Przy telefonach dyżurować będą lekarze stażyści Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego nr 3 w Rybniku Orzepowicach, którzy udzielą informacji i porad medycznych. Dzięki skierowaniu do pracy specjalnych tzw. wymazobusów w Jankowicach praktycznie już uporano się z problemem ogromnej ilości osób objętych koniecznością przeprowadzenia testów. Przypomnijmy, że ze względu na sytuację epidemiologiczną w kopalniach Jankowice, Murcki-Staszic oraz Sośnica do niedzieli 10 maja Polska Grupa Górnicza postanowiła wstrzymać produkcję. Zakłady w Rybniku i Katowicach pracują w ograniczonym trybie od 27 kwietnia. We wtorek 5 maja dołączyła do nich kopalnia w Gliwicach. 07.05.2020

Już jest premierowy singiel Kamili Krawczyk z Rydułtów. Kamila Krawczyk, 15 letnia dziewczyna z małego miasta na Górnym Śląsku okazała się eksplozją talentów a także obserwatorką dziennego życia nastolatków, pochłoniętą miłością i pasją do muzyki. Tworzy piosenki w klimatach pop, indie inspirowane mnogością emocji które dostarcza jej życie. W każdej z stworzonych przez nią piosenek przeplatają się historie z życia współczesnych nastolatków. Kamila pracuje na nad materiałem wraz z DaMo Producent (min. Coast Patrol, mOnly, MRCI, Kamil Krawczyk), ekipa wydaje swoją muzykę pod własnym niezależnym labeliem Nie To Nie Records (www.ntenrec.pl). Singiel "Better Part" jest pierwszym utworem ww. duetu producenckiego opowiadającym o trudnej miłości nastolatków. Do współpracy przy piosence został zaproszony Kamil Machulec z zespołu TABU okraszając utwór wspaniałymi gitarami akustycznymi. Zapraszamy do słuchania. W produkcji są już kolejne single, czekamy z niecierpliwością! 07.05.2020

Zdomowego studia w muzyczny świat. Być może wiele z jego utworów słyszeliście, ale nawet o tym nie wiecie, bo Paweł Wojaczek tworzy m.in. muzykę wykorzystywaną w filmach. Rydułtowski artysta ma już na swoim koncie kilka sukcesów. Muzyka „Polda” dostępna jest we wszystkich serwisach streamingowych, między innymi w Spotify, zaliczając setki tysięcy odtworzeń. Znalazła się również trzykrotnie na

oficjalnych playlistach tej platformy. W Apple Music jego EP osiągnęła również duży sukces, pojawiając się w top 50. najczęściej słuchanych albumów w Polsce z kategorii „Muzyka Elektroniczna”. Muzyczną podróż rozpoczął w 2011 roku od rapowania – nagrywał amatorskie kawałki razem z bratem Marcinem „Microsem”. Początkowo pisał teksty do bitów z Internetu, jednak cały czas pociągała go myśl, aby nauczyć się tworzyć własne podkłady. Szybko rozpoczął więc przygodę z tworzeniem i produkcją muzyki. W roku 2012 Pold razem z grupą przyjaciół, w składzie: „Micros”, „Baribal”, „Cedzak”, zostali zauważeni w mieście i zaproszeni do wzięcia udziału w jubileuszowych, 20. Dniach Rydułtów. Również w kolejnym roku, w tym samym składzie, zagościli na rydułtowskiej scenie. Warto dodać, że „Baribal”, czyli Adam Glenc (także mieszkaniec Rydułtów), przeszedł podobną drogę rozwoju i artyści wciąż współpracują, tworząc wiele wspólnych utworów.

Biblioteka Publiczna Miasta Rydułtowy im. H. M. Góreckiego otworzy się ponownie dla czytelników już 18 maja. Ze względu na epidemię koronawirusa, obowiązować będą szczególne środki ostrożności. Czytelnik przychodząc do Biblioteki musi być zaopatrzonej w maseczkę ochronną na usta i nos, musi także zdezynfekować ręce. Wejście do budynku będzie od strony podjazdu dla osób niepełnosprawnych. Zwrócone książki trafią na kwarantannę, po odbyciu której zostaną odpisane z konta czytelnika i włączone do księgozbioru. Wypożyczenia książek będą się odbywać bez dostępu do półek. Aby wypożyczyć książkę należy poinformować o tym pracowników poprzez e-mail biblioteka_rydułtowy@poczta.onet.pl, telefonicznie 32 4577813 albo korzystając z katalogu bibliotecznego. Do odwołania nieczynna będzie czytelnia, nie będzie dostępu do komputerów i Internetu. Zajęcia dodatkowe i wszelkie imprezy zostają zawieszone do odwołania. W ciągu dnia nastąpi przerwa techniczna. 15.05.2020

Działkowcy boją się promieniowania. A raport NIK wcale nie uspokaja. Postawiony w lutym przy ul. Raciborskiej nadajnik sieci komórkowej wzbudza emocje ze względu na bliską odległość od ogródków działkowych. 16.05.2020



Policjanci zlikwidowali domową plantację marihuany w Rydułtowach. Rydułtowski policjanci zatrzymali 27-latkę, który uprawiał i wytwarzał narkotyki. W jego mieszkaniu zabezpieczono łącznie ponad 260 działek dilerkich marihuany, 33 tabletki ecstasy i 7 krzaków konopi. Po południu 15 maja policjanci z Komisariatu Policji w Rydułtowach w rejonie parkingu za



przychodnią zdrowia przy ul. Tetmajera legitymowali dwóch mężczyzn. W miejscu tym ujawniono także samochód, w którym mundurowi znaleźli marihuanę. 27-latek przyznał się, że zabezpieczone substancje należą do niego i został zatrzymany. W toku przeszukiwania jego miejsca zamieszkania mundurowi zabezpieczyli znaczną ilość suszu roślinnego i tabletki ecstasy. Ponadto w trakcie wykonywania czynności kryminalni ustalili, że 27-latek wynajmuje

mieszkanie na ul. Ofiar Terroru. - Mundurowi ujawnili pod tym adresem domową plantację marihuany z krzakami konopi w doniczkach, ściętymi już roślinami będącymi w trackie suszenia oraz gotowym suszem. 18.05.2020

Panuje susza, więc lepiej nie kosić trawy. Kolejne miasta zaprzestają koszenia. Susza jest jednym z najbardziej dotkliwych i bezpośrednich zjawisk naturalnych oddziałujących na środowisko, gospodarkę i lokalne społeczności. W walce z suszą potrzebne są działania długofalowe i strategiczne, które przyczynią się do minimalizowania jej skutków. "W działaniach legislacyjnych jednostek rządowych i samorządowych istnieje pilna potrzeba określenia konkretnych działań na poziomie lokalnym, regionalnym i krajowym" - to jeden z wniosków konferencji dotyczącej problemu suszy, która odbyła się w ubiegłym roku w Zakrzowie z inicjatywy Uniwersytetu Rolniczego w Krakowie oraz przedsiębiorstwa Agromax z Raciborza. Coraz częściej widzimy, że susza to nie tylko problem krajowy, ale jak najbardziej lokalny. To dlatego samorządy w tym roku ograniczają koszenie trawników, co wiąże się z obawą o przesuszanie gleby i roślin. Przycięta trawa łatwiej wysycha, a to rodzi konkretne koszty, zarówno dla środowiska, jak i budżetu miast i gmin. Tą drogą poszły już m.in. Jastrzębie-Zdrój, Żory, Wodzisław Śląski i Rybnik, gdzie już w ubiegłym roku postawiono na tzw. łąki miejskie, czyli bujną trawę i rośliny łąkowe m.in. na niektórych rondach. Nawet kosztem tego, że przez jakiś czas będą one zaburzać poczucie estetyki (wyższa trawa, niezgrabione liście). W innym przypadku nie damy trawie możliwości przetrwania i poradzenia sobie w tych trudnych warunkach suszy, o której w tym roku mówimy już wiosną. Rzadsze wykonywanie koszenia prowadzi do polepszenia warunków w miejskich wyspach ciepła, czyli na terenach gęsto zabudowanych, gdzie występuje deficyt wilgoci. 20.05.2020

Cukiernik na pomoc spółdzielni liczyć nie może. W dobie pandemii koronawirusa oraz idących za nią obostrzeń rządowych, przedsiębiorcy w wielu przypadkach stanęli na skraju bankructwa. Szczególnie w handlu i usługach. Pani Rita, która prowadzi cukiernię w lokalu należącym do Spółdzielni Mieszkaniowej „Orłowiec” przy ul. Obywatelskiej, liczyła na pomoc spółdzielni. Tej pomocy jednak nie otrzymała. 21.05.2020



Koronawirus na internecie w Rydułtowach. Oddział został zamknięty. Wstrzymano przyjęcia na jednym z oddziałów w szpitalu w Rydułtowach. Powód? Potwierdzono tam 6 przypadków koronawirusa. 21.05.2020

Nietypowa lekcja WF-u w SP 1 w Rydułtowach. Czy da się zorganizować lekcję WF-u w warunkach domowych, w ramach zdalnego nauczania? SP 1 w Rydułtowach udowadnia, że nie tylko się da, ale można się przy tym także świetnie bawić. W czwartek, 21 maja w samo południe, inicjatywa #naskoronaniepokona – zdalna lekcja wychowania fizycznego na platformie Zoom – zgromadziła ponad 200 uczniów. Lekcję poprowadził Tomasz Lemiesz, nauczyciel wychowania fizycznego, który prowadzi z uczniami zajęcia tylko zdalnie z hali sportowej. Nauczycielowi nie brakuje pomysłów na poprowadzenie zajęć z wychowania fizycznego i zawsze zachęca dzieci do

aktywności fizycznej! W sieci jest bardzo dużo kanałów i filmików sportowych, ale nic nie zastąpi lekcji z własnym nauczycielem. Zdalny WF jest odpowiedzią na potrzeby uczniów - w sytuacji, w której wszyscy się znaleźliśmy utrzymanie aktywności fizycznej jest bardzo ważne. W czasie pandemii dzieci, podobnie jak dorośli, narażeni są na duży stres, a zajęcia ruchowe świetnie rozładują napięcie. Dłuższy niż zwykle czas spędzany przed komputerem niekorzystnie wpływa na postawę uczniów. Nawet 10-15 minut ćwiczeń dziennie może pozytywnie wpłynąć na ich zdrowie i wykształcić dobre nawyki. Lekcję z zainteresowaniem obserwowali zaproszeni nauczyciele i metodycy z Powiatowego Ośrodka Doskonalenia Nauczycieli w Wodzisławiu Śląskim i Dolnośląskiego Ośrodka Doskonalenia Nauczycieli we Wrocławiu. 22.05.2020

Śmigłowiec lądował w Rydułtowach przy Ładnej po rannego mieszkańca. 23 maja około godziny 14:50 w Rydułtowach przy ul. Ładnej (obok sklepu Action) doszło do lądowania śmigłowca ratunkowego, aby przewieźć do szpitala rannego mieszkańca. Według wstępnych informacji 48-letni mieszkaniec na własnej posesji został uderzony w głowę sprężyną z bramy. To spowodowało poważne obrażenia i ratownicy wezwanego na miejsce pogotowia ratunkowego z rydułtowskiego szpitala zdecydowali o ściągnięciu załogi Lotniczego Pogotowia Ratunkowego. Z uwagi na brak możliwości lądowania przy posesji, mężczyznę przewieziono na parking sklepu Action, gdzie śmigłowiec miał odpowiednie miejsce do lądowania. Pacjenta przewieziono do szpitala w Katowicach. 24.05.2020



Punkt konsultacyjny programu Czyste Powietrze znów działa. Od 18 maja na terenie Rydułtowskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji przy ul. Bema ponownie uruchomiono punkt konsultacyjny programu Czyste Powietrze. Teraz również łatwiej złożyć wniosek do programu, bo uproszczone zostały procedury. Termin wizyty należy telefonicznie uzgodnić pod numerem telefonu 517 019 819. W trosce o bezpieczeństwo Państwa i własne prosimy o przybycie bezpośrednio na wyznaczoną godzinę, przestrzeganie zasad bezpieczeństwa obowiązujących na terenie ROSIR-u. Obowiązkowe jest posiadanie maseczki zakrywającej nos i usta oraz rękawiczek – informuje Stowarzyszenie Zdrowe Rydułtowy, które jest odpowiedzialne za prowadzenie punktu. W maju w dni robocze punkt będzie czynny w godzinach 16.00 – 18.30, a w czerwcu i lipcu w godzinach 17.00 – 19.30. 29.05.2020

Na Machnikowcu przybędzie atrakcji. Mimo niskiego poziomu wody w stawie udało się zbudować pomosty pływające. Pozostałe prace przebiegają bez opóźnień, a teren powoli zaczyna przybierać wygląd z początkowych wizualizacji. W zakres prac, które będą dopiero realizowane wchodzi m.in. budowa punktu widokowego (plac utwardzony), budowa pochylni stanowiącej dojście do punktu widokowego, wytyczenie i oznakowanie ścieżek biegowych i rowerowych (crossowych), montaż urządzeń ścieżki zdrowia, częściowe odtworzenie starej widowni amfiteatru. Zadaniem wykonawcy będzie też odtworzenie budynku magazynowo-sanitarnego w miejscu rozebranego obiektu. Umowny termin opracowania dokumentacji projektowej, wykonania robót budowlanych i uzyskanie pozwolenia na użytkowanie to 29 kwietnia 2022 r. Koszt drugiego etapu inwestycji to 1 mln 731 tys. zł. Projekt uzyskał dofinansowanie unijne, które wyniesie 1 mln 471 tys. zł. Całkowita wartość inwestycji

w obu etapach to ponad 3 mln 690 tys. zł brutto. 29.05.2020

Okradł budowę rydułtowskiej tężni. Bo czuł się uzależniony. Policjanci z Komisariatu Policji w Rydułtowach zatrzymali 31-latkę, podejrzanego o szereg włamań i kradzieży. Łupem mężczyzny padały materiały budowlane, które składował na działce, gdzie ma rozpocząć budowę domu. W przestępczych poczynaniach pomagał mu kuzyn, który również został zatrzymany. Policjanci z Komisariatu Policji w Rydułtowach pracowali nad ostatnimi zdarzeniami dotyczącymi kradzieży z włamaniem do budynku gospodarczego firmy zajmującej się usługami brukarskimi, skąd nieznani sprawcy zabrali agregat, piłę stołową, niwelatory oraz pompę do wody, a także kradzieży drewna konstrukcyjnego na szkodę firmy produkującej tężnie solankowe. Wykonując swoje czynności, w tym analizy monitoringów policjanci wpadli na trop dotyczący pojazdu typu bus, którym miał poruszać się mężczyzna, przewożący przedmioty mogące pochodzić z kradzieży. 31-letni mieszkaniec Wodzisławia, miał również posiadać działkę, na której jest rozpoczęta budowa i tam składować miał skradziony łup. Jak informuje wodzisławska Policja, podejrzan przyznał się do zarzucanych mu czynów i dobrowolnie poddał się karze. Nie potrafił racjonalnie wytłumaczyć swojego postępowania. Jak wyjaśnił, nigdy nie jechał z zamiarem dokonania kradzieży, ale gdy już ich dokonywał, wracał w to samo miejsce po kilka razy, bo stwierdzał, że pozostałe rzeczy też mu się przydadzą. Jak mówił, działał impulsywnie, tak jakby był od tych kradzieży uzależniony. Prokurator po zapoznaniu się z zebrany materiał dowodowy postanowił o oddaniu złodzieja pod dozór policji. Mężczyźnie grozi teraz nawet 10-letni pobyt w więzieniu. Wszystkie zabezpieczone przez policjantów materiały i przedmioty zostały przekazane właścicielom firm. Do tej pory od poszkodowanych przez złodzieja przedsiębiorców napływają do komendanta wodzisławskiej policji podziękowania dla policjantów z Rydułtów za zaangażowanie, profesjonalizm, szybkie wykrycie sprawców kradzieży i odzysk mienia. 01.06.2020



Ukradł samochód, potem go porzucił, a narzędzia sprzedał znajomemu. Policjanci z rydułtowskiego komisariatu ustalili i zatrzymali 27-latkę, który ukradł samochód z zawartością elektronarzędzi. Jak tłumaczył, kradł ponieważ skłoniła go do tego trudna sytuacja finansowa. W miniony weekend policjanci z Rydułtów przyjęli zawiadomienie o kradzieży pojazdu z zawartością elektronarzędzi. Osobowy fiat zniknął z parkingu na Osiedlu Orłowice. Samochód miał w środku wiertarki, wkrętarki i skrzynki z narzędziami. W miniony weekend policjanci z Rydułtów przyjęli zawiadomienie o kradzieży pojazdu z zawartością elektronarzędzi. Osobowy fiat zniknął z parkingu na Osiedlu Orłowice. Samochód miał w środku wiertarki, wkrętarki i skrzynki z narzędziami. W międzyczasie rydułtowski policjanci rozpoczęli poszukiwania sprawcy. Ustalili, że jest nim 27-latek, który aktualnie przebywa w miejscowości Piec. - Pojechali tam i go zatrzymali. Mężczyzna przyznał się do kradzieży pojazdu - mówi Marta Pydych. Podczas przesłuchania wyjaśnił, że skłoniła go do tego trudna sytuacja finansowa. Ustalono także, że elektronarzędzia, które znajdowały się w pojeździe, sprzedał znajomemu. Mundurowi pojechali we wskazane przez zatrzymanego miejsce zbicia przedmiotów i odzyskali warty blisko 5 tys. zł łup. 27-latek wkrótce stanie przed obliczem prokuratora. Grozi mu do 5 lat więzienia. 03.06.2020



Zmiana organizacji ruchu w Rydułtowach. Informujemy o wprowadzeniu czasowej organizacji ruchu drogowego na czas prowadzenia robót budowlanych od dnia 8.06.2020 roku. Zakres wykonania robót budowlanych obejmuje część ulicy Ofiar Terroru na odcinku od obrębu skrzyżowania z ul. Adama Mickiewicza do obrębu skrzyżowania z ulicą Leona oraz na odcinku 84 mb ulicy Adama Mickiewicza. 03.06.2020



Góra prezentów i słodkości. Dzień dziecka w rydułtowskim szpitalu. Najmłodszych pacjentów rydułtowskiej lecznicy odwiedzili dzisiaj wyjątkowi goście, aby obdarować ich prezentami i złożyć im życzenia. Prezenty małym pacjentom mieli wręczyć: dyrektor Powiatowego Publicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej w Rydułtowach i Wodzisławiu Śl. Krzysztof Kowalik, członek zarządu powiatu wodzisławskiego Krystyna Kuczera, burmistrz Rydułtów Marcin Połomski oraz jego zastępca Mariola Bolisęga. Ze względu jednak na sytuację związaną z epidemią przekazali je personelowi oddziału celem wręczenia ich małym pacjentom. W imieniu dzieci za miłą niespodziankę podziękował ordynator oddziału dr n.med. Stefan Cichy i pielęgniarka oddziałowa Agnieszka Cylc. 01.06.2020



Kolejne środki dla Rydułtów w ramach projektu „Zdalna szkoła +”. W ramach Programu Operacyjnego Polska Cyfrowa na lata 2014- 2020, Miasto Rydułtowy

ponownie otrzymało środki na zakup sprzętu niezbędnego do wsparcia procesu zdalnego kształcenia naszych uczniów. Tym razem gmina złożyła wniosek na dofinansowanie zakupu 30 laptopów wraz z niezbędnym oprogramowaniem w wysokości 75 tys. zł. Działanie jest realizowane w ramach konkursu grantowego pn. „Zdalna Szkoła+” w ramach Ogólnopolskiej Sieci Edukacyjnej”, finansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Programu Operacyjnego Polska Cyfrowa na lata 2014-2020, Oś Priorytetowa I Powszechny dostęp do szybkiego internetu, Działanie 1.1 Wyeliminowanie terytorialnych różnic w



możliwości dostępu do szerokopasmowego internetu o wysokich przepustowościach. 03.06.2020

Ponad 12 tysięcy wymazów pobrali w maju żołnierze 13. Śląskiej Brygady Obrony Terytorialnej. Zadaniem terytorialsów było stworzenie punktów Test&Go, w których badani byli przede wszystkim górnicy. Punkty te podzielone są trzy strefy: strefa wycekiwania – gdzie kierowca zapoznaje się na specjalnej tablicy informacyjnej z kolejnymi etapami Test&Go, strefa ewidencji gdzie odbywa się weryfikacja kierowcy – żołnierze sprawdzają jego dowód oraz czy znajduje się na liście osób skierowanych na wymaz przez Urząd Wojewódzki bądź stacje sanitarno – epidemiologiczne oraz strefa pobrania wymazu.



Szpital w Wodzisławiu i Rydułtowach z szansą na nowoczesne laboratorium. Trwają starania, by pozyskać pieniądze na zakup urządzenia, dzięki któremu w Pracowni Mikrobiologii można by było wykonywać testy w kierunku COVID-19. Sprzęt kosztuje 380 tysięcy złotych. Jeśli uda się go kupić, każdy pacjent mógłby mieć zrobiony test na obecność koronawirusa w ciągu godziny. Sprzęt pozwala również na diagnozowanie także innych chorób w okresie zwiększonej zachorowalności, zwłaszcza wirusów grypy, a także – bakterii Clostridium Difficile, odpowiedzialnej za większość zakażeń szpitalnych.



Ogłoszono przetargi na przebudowę kolejnych dróg w powiecie wodzisławskim. Chodzi o ulicę Bohaterów Warszawy w Rydułtowach oraz ul. Traugutta w Pszowie. Pieniądze już czekają, prawie 5 milionów złotych pochodzi z Funduszu Dróg Samorządowych. Zgodnie z kosztorysami inwestorskimi drugie 5 milionów samorządy powiatu oraz miast Rydułtowy i Pszów wyłożą z własnych budżetów. Obecnie trwają procedury przetargowe mające na celu wyłonienie wykonawców robót. Ulica Bohaterów Warszawy w Rydułtowach zostanie przebudowana na odcinku prawie 1,2 km od ul. Plebiscytowej w kierunku Radlina. Zakres robót obejmuje m.in: wykonanie nawierzchni jezdni z mieszanek mineralno – bitumicznych, chodników i wjazdów z kostki brukowej betonowej, przebudowę odwodnienia drogi oraz wykonanie oznakowania poziomego i pionowego. W przypadku ul. Traugutta w Pszowie przebudowa dotyczy ok. 900 metrowego odcinka od skrzyżowania z ul. Kraszewskiego do granicy z Rydułtowami. Zadanie przewiduje budowę nowej konstrukcji jezdni wraz z nawierzchnią asfaltobetonową, nowego chodnika dla pieszych oraz kanalizacji deszczowej dla odwodnienia pasa drogowego. W ramach inwestycji powstanie również ścieżka rowerowa, dzięki czemu mieszkańcy będą mogli korzystać z nowoczesnego ciągu pieszo-rowerowego. Korekcje ulegnie ponadto rejon skrzyżowania z ul. Sikorskiego. Realizacja obu inwestycji ma rozpocząć się jeszcze w te wakacje. Prace przy przebudowie ul. Bohaterów Warszawy mają zakończyć się jeszcze w tym roku. Natomiast roboty na ul. Traugutta w Pszowie będą rozłożone do przyszłego roku, przy czym ponad połowa ma zostać wykonana w tym roku.



Mieszkaniec Rydułtów przeżył z koronawirusem. 12 nowych zakażeń w powiecie. Według danych przekazanych przez PPIS w Wodzisławiu Śląskim (4 czerwca, godz. 14.00) w całym obszarze nadzorowanym przez wodzisławski sanepid (powiat wodzisławski i Jastrzębie-Zdrój) odnotowano 26 nowych zakażeń wśród mieszkańców.

Miasto/Gminy	liczba osób u których stwierdzono wynik dodatni ogółem/ w ostatniej dobie	liczba osób poddanych kwarantannie na podstawie decyzji PPIS dane na dzień raportu	liczba osób pozostających pod nadzorem epidemiologicznym PPIS dane na dzień raportu	liczba osób hospitalizowanych z powodu podejrzenia zakażenia SARS CoV-2 dane na dzień raportu	liczba ozdrowieńców ogółem/ w ostatniej dobie	liczba zgonów ogółem/ w ostatniej dobie
Obszar nadzorowany przez PPIS w Wodzisławiu Śląskim (powiat wodzisławski i miasto Jastrzębie-Zdrój)	1252/26	1703	2337	27	122/10	17/1
Miasto Wodzisław Śląski	141/6	300		4	25/1	4/0
Miasto Jastrzębie-Zdrój	614/14	531		7	20/3	3/0
Miasto Pszów	46/0	66		3	7/0	1/0
Miasto Radlin	47/3	108		5	8/1	1/0
Miasto Rydułtowy	48/0	104		0	17/1	1/1
Gmina Godów	94/1	126		3	6/1	1/0
Gmina Gorzyce	105/0	209		1	19/0	5/0
Gmina Lubomia	26/0	60		0	7/2	0/0
Gmina Marklowice	39/1	57		1	5/0	1/0
Gmina Mzana	92/1	142		3	8/1	0/0

Szpital na peryferiach systemu. O rydułtowskim szpitalu zrobiło się głośno 21 maja, gdy na oddziale wewnętrznym potwierdzono sześć przypadków zakażenia koronawirusem. Trzy dni wcześniej z tego samego oddziału wypisano do domu 67-letniego pana Tadeusza, jak się później okazało, również zakażonego. Dziś leczony jest w Szpitalu Zakaźnym w Raciborzu, a dziewczęciu członków jego rodziny przebywa na kwarantannie. Mają teraz dużo czasu na zastanowienie się nad tym, dlaczego w Rydułtowach dopuszczono do tak niebezpiecznej sytuacji. Nikt tak nie wytrąca z równowagi raciborzanina, jak minister Szumowski przekonujący Polaków o tym, jak świetnie działa stworzony przez niego na czas pandemii system służby zdrowia. Raciborzanin właśnie poznał go od podszewki i doskonale wie, że rzeczywistość na peryferiach wygląda zupełnie inaczej niż ta na szklanym ekranie.

Z pytaniami, dotyczącymi opisanego problemu, redakcja Nowin zwróciła się do dyrekcji Powiatowego Publicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej w Rydułtowach i Wodzisławiu Śl.

Zapytano o to, czy pacjent, który opuszczając szpital nie był w stanie samodzielnie się poruszać, został uznany w szpitalu Rydułtowach za wyleczonego? Jeżeli nie, to dlaczego został wypisany ze szpitala? Jeżeli nie było możliwości dalszego leczenia pacjenta w szpitalu w Rydułtowach, dlaczego nie został przewieziony do innej placówki medycznej? Czy przy przekazaniu pacjenta rodzinie, poinformowano ją o konieczności i rodzaju dalszego leczenia w innej placówce? Czy przed wypisaniem z oddziału pacjent został poddany testom na koronawirusa? Jeżeli tak, to jakiego rodzaju były to testy i ile ich wykonano? Ile osób wypisano z oddziału zakażonego w czasie, gdy wystąpiły podejrzenia o zakażeniu koronawirusem?

Czy ktokolwiek z pracowników szpitala, po potwierdzeniu wystąpienia koronawirusa na oddziale wewnętrznym szpitala w Rydułtowach, sporządził listę pacjentów, którzy w okresie do dwóch tygodni przed potwierdzeniem koronawirusa opuścili ten oddział, i próbował się skontaktować z tymi pacjentami lub ich rodzinami?

Czy w sytuacji potwierdzonych zakażeń na oddziale istnieją procedury bezpieczeństwa, do których powinni się dostosować pracownicy szpitala i na czym one polegają?

Do momentu zamknięcia numeru nie otrzymano odpowiedzi.

Na podstawie wiadomości z innych mediów zebrała J. Oles

<https://www.nowiny.pl/Rydułtowy> <https://www.rydułtowy.pl> <https://www.facebook.com> <https://www.radio90.pl/tag/rydułtowy>

Witam serdecznie czytelników strony z poezją, w tym numerze „KLUKI” wiersze bardzo różne. Od wiersza dla dzieci (mojego autorstwa) z okazji ich święta, wakacyjny wiersz Wioletty Budyn, po refleksyjne wiersze Jolanty Walencik.

*Pozdrawiam najcieplej
Ewa Wierzbinska- Kłoska*

pod spadającymi gwiazdami

przy czterech łapach zasypia
spokojniej Marysia
również jasnowłosa Krzysiu
zmęczeni wiosennym dniem

przez sen pod gwiazdami
Krzys przytula do siebie
wierne cztery łapy
i na wilgotnym nosku składa
pocałunek

najwierniejszy przyjacielu
ty i gwiazdy znacie wszystkie
dziecięce radości i troski

gwiazdy rozświecają
ciemność nocy
a ty kudłaty przyjacielu
czuwasz nad ich spokojnym
snem

Ewa Wierzbinska-Kłoska

Życia gobelin

Los miota mną ludzkim pyłkiem
po ziemi spieczonej trudem istnienia
której skąpi deszczu radosnych łez

Mniej sprawną ręką z drżącymi ustami
w stojącą u progu szarą rzeczywistość
misternie wplatał piękne chwile
tkając pokorny życia gobelin

Ściana wieczności czy przyjąć go zechce
maleńkie miejsce mu odda na byt
czy też wieczyste użytkowanie
w mękach czyszczących ma utkane

Na zatracenie w ogniu patosu
przepaść nie przepadnie
bo wolną wolą poświęci siebie
miłością krusząc serca kamienne

08.08.2019 r.

Jolanta Walencik

Wakacje

Czerwcowy , najdłuższy dzień w roku.
Już wszyscy zapomnieli o zimowym mroku.
Słoneczko wysoko przygrzewa .
Róże kwitną ,piwonie , lilie i wiśnia dojrzewa.
Czy tak w raju mieli Adam i Ewa ?

Czereśnie bordowe napuchnięte od soku
Pozwalają nam się nimi zająć jak co roku.
Ptaki przechwalają się swoim śpiewem .
Motyle kolorowe latają dookoła .
Brzęczy mucha i pszczoła.
Lato ! Lato ! Wszystko woła .

Modrzewie , jabłonie , orzechy , grusze i śliwy
są różnej barwy zieleni.
To naprawdę dziwi skąd natura nabrała takich odcieni
Wszystko inaczej zieleni wokoło .
A ludziom na sercu spokojnie wesoło.

Wioletta Budyn

Byt

Lustrzane wrota nadziei
odbijają szarą rzeczywistość
niespełnione marzenia
łowią uśmiechy aniołów
wdech i wydech lewituje
pomiędzy kartkami kalendarza
radość i łzy tworzą witraże doznań
sypiąc w usta piaskiem metafor

Jestem tu mgnieniem czasu
zrywem wolności, krzykiem ciszy
różą i cierniem, blaskiem i mrokiem
spomiędzy miłości a goryczy
wyławiam okruchy szczęścia

Myślę – paradoks to nie patos
pobędę tu jeszcze
kropłą dobra ugaszę zarzewie zła
wieczność poczeka

Jolanta Walencik

Śląskie wice. Z czego śmieją się Ślązacy...

Po wczasach we Francji wracają do Polski: Masztalski, jego najstarszy syn i ojciec.

- Och te Francuzki - wzdycha syn. - Co za temperament!

- A co za finezja! - dodaje Masztalski.

Po chwili odzywa się jego ojciec:

- A... ile... cierpliwości mają...

Jechoł górnik samochodem. Po drodze zatrzymała go panienka i prosi, żeby ją podwiózł. Jak jechali przez las, jemu zachciało się łoć. Powiedział: - wyboczcie panienko, muszę wyjść i coś w motorze zrobić. Wyłoz, podniósł maskę i udawając, że robi przy motorze, łoł do rowu.

A z tego rowu głos:

- Ty pieronie, co robisz?

- Cicho...mom w aucie kobietę, cicho!

- A co ty pieronie myślisz, że jo tu z królikiem siedzę?!

Wiesz Antek - pado Francek - jo to bych tak chciół fedrowac na Północnym Biegunie.

- Ale coż ci sie też zachciało?

- Bo widzisz, tam jest pół roku noc, to bych społ i leżoł, że aż hej.

- No ja, ale tyś zapomniół, że tam jest pół roku dzień, to byś ale fedrowoł!!

- Coś ty! Przeca mie obowiązuje ośmiogodzinny dzień pracy.

Przyszedł chłop do restauracji i obstalował se parówki i żemlę. Kelner przyniósł, a chłop patrzy na talerz i pado:

- Co to? Zmniejszyliście porcje?

- Nie, ino robiliśmy remont i wstawiliśmy większe stoły, to sie tak teraz wszystkim będzie zdawało.

Ty Karlik, ponoć ty całymi dniami u mojej baby wysiadujesz? Pilnuj sie bracie, bo jak nie to...

- Coś ty taki zazdrosny - pado kolega - żeby to w nocy przychodził ale w dzień?

- Już ty mi Karlika nie broń, jo go dobrze znam. Z niego to taki pieron, że on nawet w dzień przenocować umie!

Jednemu górnikowi zmierzła robota na dole. Pociępl kopalnia i wybroł sie na wieś. No i tam trza na polu robić pra, no to on się wybiero na pole. Pado do baby:

- Cygarety mom?

- Mosz!

- Zapalki mom?

- Mosz!

- Bat mom?

- Mosz!

- Kwaretka jest?

- Jest!

- No to wio!

A jak przyszedł na pole to patrzy, a on pługa zapomniół.

Somsiadko, możecie mi pożyczyć nudelkula?
- No, ni moga, jo tyż czekom na mojogo chopu aże przydzie, bo go już długo z roboty ni ma.

Baba skarży się kamratce: - pedziałach moimu chopu, coby ny widział wy mie yno cyckow, ale żeby wej-rzoł głymbij, do mojogo wyntrza. A tyn pieron kozoł mi sie zrobić fotografa ryntgynowsko!

We szkole śrydnij rehtorka boła fest niezadowolono ze efektow nauczania i we jednyj klasie kaj uczyły się same dziełchy, pedziała kiedyś we wielgich nerwach: - Jo już wola synkow!

A wtedy uczennice odpediały: - My też, pani profesor!

Jedna szporobliwo sknera a dusigrosz chwoli się swoim kamratkom swojom nowom chałpom i godo tak: - Mom piękno lauba, fajny antryj, wielgo kuchnia a izba je aże tak srogo, że tam poradzi wlyżć - ny dej Boże - aże dwa-dzieścia gościow!

Godo Antek do Francka: - Slyszołech, że twoja baba została wczora porwano przez terrorystow. Jako to się stało?

Francek: - Ja, porwali jom, jak jechała do miasta, kupić we sklepie magi do wodzionki. To straszne!

Antek: - I co ty terazki chopie bydziesz robioł?

A Francek odpedioł: - Przikro sprawa! Ale trza sie jakoś radzić i byda wodzionka jod bez magi!

Rechtorka pyto szkolorza na matematyce: - Gynek, wielas miół lot we poprzedni gyburstag?

- Dzieszynć! - godo Gynek

- A wiela bydziesz miół lot we nastymny gyburstag?

- Dwanoście lot! - godo Gynek

Wtedy rehtorka godo: - Siadej ślimaku, juzaś dostoleś pała!

A na to Gynek wzdycha: - Ale mom pecha. Dzisiej gynał we jedynosty gyburstag dostolech juzaś pała z maty.

Ze ZOO citły dwa wielge a niebezpieczne lwy, bo postanowiły sprawdzić jak je na wolności. Poszły se nad morze legnonć na plaża. I tak sie leżom na piosku, podziwiają morskie fale i jedyn lew godo: - Te ludzie to jednak som fest gupie. Take fajne morze, ciepły piosek, piykne słońce i ogólnie super luft, a na plaży ny ma żodnego!

Poszoł roz Francek do szynku, kaj przy piwie zgodoł się ze fest nyszczynśliwym chopym, kery łosprowiwoł, co mu się przitrefiwoł: - Robota zech sraciół, chałpa mi zgorała, baba ody mie odeszła i myślołech, że już nic gorszego mi się ny poradzi przitrefić...

Wtedy zdziwiony Francek się pyto: - A co tyż jeszcze gorszego mogło Wom się przitrefić?

A chop odpedioł: - Moja baba wrocila do mie nazad!



Albin



Bobik



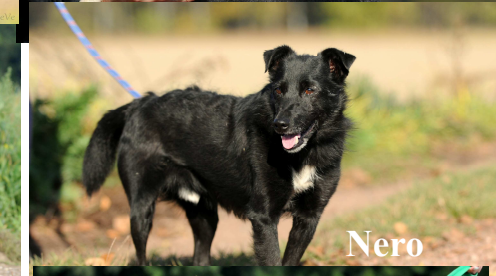
Ewald



Flora



Fryd



Nero



Pelia



Reksin



Wera

**Psiaki
i kociaki
Szukają
domu!!!
Informacja
pod telefonem:
605 109 891**

Gdzie można kupić „Kluka”?

- F.H.U. „Tabak”, ul. Ligonja 3
- F.H.P.U. Maria Karasek, ul. Plebiscytowa 48
- Sklep Wielobranżowy M. Święcicki, ul. Radoszowska 61
- Petrol Point Group Migrex Sp. z o.o., ul. Raciborska 275
- Foto „Sycha”, ul. Bema 22
- Handel Hurt. I Detaliczny K. Pawelek, Traugutta 264
- Nowalijka Sp. z o.o., ul. Ligonja 16
- Handel Art.. Przemysł. Weronika Nowak-Szynk, ul. Ofiar Terroru 41 i ul Raciborska Zaczarowany Olówek
- Urząd Gminy Lyski, ul. Dworcowa 1 A, Lyski
- Foto. Baron ul. Ofiar-Terroru
- Kwaciarnia „Margaretka” ul. Spokojna

INFOLINIA

ZAPEWNIAMY:

**WSPARCIE PSYCHOLOGICZNE OSOBOM
OBJĘTYM KWARANTANNĄ I NIE TYLKO !**

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wodzisławiu Śląskim

poniedziałek - piątek w godzinach: 8.00-11.00		32 455 14 30 w. 31 32 454 71 06 w. 31
--	--	--

PSYCHOLOG

poniedziałek - piątek w godzinach: 11.00-15.00		32 455 14 30 w. 37 32 454 71 06 w. 37
---	--	--

w w/w godzinach uruchomiliśmy komunikator Skype pod adresem:
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wodzisławiu Śl

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Wodzisławiu Śląskim

poniedziałek - piątek w godzinach: 11.00-13.00		32 456 15 59
---	--	---------------------

Przypominamy, że z porad i konsultacji psychologicznych można też zdalnie skorzystać w ramach projektu „Oaza Aktywności”. Szczegóły na: WWW.POWIATWODZISLAWSKI.PL

UWAGA MIESZKAŃCY!!!

Pomóżmy naszemu szpitalowi wpłacając dowolną kwotę na konto Powiatowego Publicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej w Rydułtowach i Wodzisławiu Śl.

z dopiskiem "Na leczenie"

Konto:

63 1560 0013 2367 2176 2323 0001

Za Zarząd

Towarzystwa Miłośników Rydułtów

Henryk Machnik

Ogłaszamy ogólnomiejski konkurs na „Rydułtowika Roku 2019”.

Konkurs ma na celu wyłonienie i wyróżnienie statuetką najaktywniejszej osoby - mieszkańca Rydułtów - szczególnie zasłużonego w działalności społecznej. Zgłoszenie kandydata może nastąpić poprzez organizację społeczną, Radę Miasta, Mieszkańców.

W zgłoszeniu należy podać:

- imię i nazwisko kandydata (telefon, zgoda kandydata na kandydowanie)
- zdjęcie kandydata i uzasadnienie z krótką notką biograficzną kandydata
- podpisy osób zgłaszających lub pieczętka z podpisami osób reprezentujących stowarzyszenie lub instytucję.

Zgłoszenia będą przyjmowane w siedzibie TMRu lub Wydziale Oświaty Urzędu Miasta w terminie od 01 czerwca do 15 lipca b.r. Organizatorem konkursu jak co roku jest Towarzystwo Miłośników Rydułtów.

TOWARZYSTWO MIŁOŚNIKÓW RYDUŁTÓW
Rydułtowy, ul. Plebiscytowa 47
tel. +48 604 388 354

Usługi koparko-ladowarką „HANYŚ”



Oferujemy:

**Wykopy fundamentów,
 wykopy kanalizacyjne (szamb, studzienek, odwodnień,
 kanalizacji, rowów, studni,
 przydomowych oczyszczalni ścieków),
 wybieranie pod drogi,
 wyrwanie korzeni,
 wykopy pod roboty budowlane, budynki, drogi, place i inne
 załadunki i rozładunki materiałów budowlanych,
 ściąganie humusu (ziemi).**

Jan Piątek
ul. Raciborska 402B
Rydułtowy 44-280
tel. 604 44 25 06

*Składam gorące podziękowanie
Burmistrzowi Miasta
Marcinowi Połomski
 za decyzję w sprawie pomocy w
 przenoszeniu i przewozie sprzętu
 do przygotowywanej
 Szpitalnej Izby Tradycji.*

*Równie gorące podziękowania
 składam
Dyrekcji Zakładu Gospodarki
Komunalnej a zwłaszcza 4 Pra-
cownikom tego zakładu,
*którzy wykonali tą ciężką pracę.**

Henryk Machnik Prezes TMR

Rowerem przez Gminę Lyski

W ostatnich latach znacznie poprawiła się baza sportowo-rekreacyjna i wypoczynkowa na terenie Gminy Lyski. Otoczona lasami i łąkami jest atrakcyjnym miejscem wypoczynku oraz turystyki pieszej i rowerowej, szczególnie weekendowej. Aktualnie na naszym terenie znajdują się 54 km oznakowanych ścieżek rowerowych. Przebiegają wzdłuż dróg asfaltowych, polnych oraz leśnych. Na tablicach informacyjnych zlokalizowanych na poszczególnych trasach oprócz koloru i nazwy szlaku, umieszczone są dokładne odległości pomiędzy aktualnym miejscem, w którym znajduje się rowerzysta, a miejscem docelowym lub kolejną miejscowością na rowerowym szlaku. Ponadto na trasie rozmieszczone są liczne punkty orientacyjne dla rowerzystów ułatwiające rozpoznanie przebiegu trasy i zmiany jej kierunku. Poruszając się wyznaczonymi szlakami można spotkać gminne zabytki, pomniki przyrody, czy ciekawe zespoły przyrodniczo-krajoznawcze jak np.:

- **Winna Góra w Zwonowicach** – około 40 m wzniesienie, które stanowi świetny punkt widokowy na części powiatu rybnickiego i wodzisławskiego. Na szczycie znajduje się Pałacyk Myśliwski z około 1887 r. zbudowany przez księcia raciborskiego na miejscu dawnego folwarku pocysterskiego.
- **Staw Bączkowiec w Zwonowicach** – w którym występuje mitróweczka błotna - rzadki gatunek grzyba znajdujący się na Czerwonej liście roślin i grzybów Polski zagrożonych wyginięciem.
- **Kompleks Doliny Suminy**, która stanowi istotny korytarz ekologiczny otwierający się do europejskiej sieci ekologicznej Doliny Odry. Meandry rzeki są miejscem żerowania bobrów europejskich, wydr oraz borowców wielkich; zaś sama rzeka Sumina obfituje w gatunki fauny i flory rzadko spotykane w zlewiskach województwa śląskiego.
- **Aleje Dębowe i Wiązowe w okolicach Raszczyca, Adamowic i Żytnej** - założenie komponowanej zieleni w postaci trzech alej, dobrze wyeksponowane w krajobra-

zie, przypomina elementy realizowane w mniejszej skali w parkach przyspałacowych Górnego Śląska.

Na trasach można także spotkać obiekty o wartości historycznej, wśród nich wymienić należy:

- **Zespół dworsko – parkowy w Dzimierzu z przełomu XIX i XX w. wpisany do rejestru zabytków w 1982 r.;**
- **Cmentarz w Lyskach z XIV w. wraz z zespołem zabytkowych i bogato rzeźbionych nagrobków z XIX w. i początku XX w. oraz neogotycką kaplicą grobową rodziny Poledników z połowy XIX w.;**
- **Krzyż pokutny w kształcie litery „T” w Lyskach z okresu między XIV a XVI w.**
- **Drewniano – murowany dom z gankiem w Suminie wzniesiony na planie litery „L” z 1870 r. na wcześniejszych fundamentach.**

Dla miłośników dwóch kółek w Gminie Lyski organizowanych jest także wiele imprez turystyczno – sportowych m.in. wiosenne i jesienne rajdy rowerowe, maratony MTB, czy polski jednodniowy wyścig kolarski Tour de Rybnik, który to od 2013 roku zaliczany jest do polskiego cyklu wyścigowego ProLiga.

Z myślą o miłośnikach wycieczek rowerowych Gmina Lyski w listopadzie 2018 roku została liderem projektu pn. „Szlak Górnej Odry – zielone ścieżki pogranicza”, w skład którego wpisało się 8 gmin, cztery po stronie polskiej (Lyski, Krzyżanowice, Kornowac, Lubomia) oraz cztery po stronie czeskiej (Vresina, Hat, Silherovice, Bohumin). Głównym założeniem projektu jest podniesienie atrakcyjności obszaru pogranicza w dorzeczu górnej Odry poprzez uzupełnienie brakującej infrastruktury i połączenie jej wspólnym szlakiem. W ramach działań stworzony zostanie nowy produkt turystyczny – rowery „Szlak Górnej Odry”. W ramach tego przedsięwzięcia na terenie Gminy Lyski w miejscowościach Lyski i Żytna powstały dwa odcinki ścieżek rowerowych o nawierzchni asfaltowej o łącznej długości 2,7 km. Ścieżki te użytkowane są zarówno przez miłośników dwóch kółek, jak również zwolenników jazdy na rolkach.

Aby promować szlak i jego walory powstała specjalna aplikacja mobilna pn. „Szlak Górnej Odry”, która poświęcona jest

powstałemu szlakowi wraz z mapami, opisami poszczególnych atrakcji, galerią zdjęć, opisami poszczególnych tras wg grup docelowych itp. Celem projektu jest także wprowadzenie „Szlaku Górnej Odry” na listę szlaków Greenways. Szlaki Greenways to trasy dziedzictwa przyrodniczo - kulturowego, tworzone wzdłuż rzek, historycznych tras handlowych, naturalnych korytarzy przyrodniczych i kolei. Greenways tworzą ramy dla realizacji lokalnych inicjatyw społecznych na rzecz ochrony przyrody i krajobrazu, zachowania dziedzictwa kulturowego, rozwoju turystyki przyjaznej dla środowiska i zrównoważonego transportu.

Realizacja tego zadania przyczyni się do powstania „Szlaku Górnej Odry” o łącznej długości 151 km.

Serdecznie zapraszamy na wycieczki rowerowe po Gminie Lyski, w połączeniu z walorami przyrodniczymi tworzy ona dobre miejsce do atrakcyjnego wypoczynku.

Życzymy przyjemnej podróży.

Urząd Gminy Lyski





Moje rozważania.

Stare powiedzenie „najlepiej zarobisz na zdrowiu” można różnie interpretować, ale jedno dotyczy skłonności niektórych osób do zarabiania na kiepskim zdrowiu innych albo na obawie o utratę zdrowia. Mamy więc najpierw aferę o wymiarze międzynarodowym, w którym firma chińska sprzedała sprzęt ochrony osobistej Polsce ale też innym krajom UE, który nie posiadał odpowiednich certyfikatów jakości i aferę własną, w którą zamieszana jest rodzina naszego Ministra Zdrowia. Nie będę opisywał szczegółów ale sprawą wręcz karygodną jest to, że bez względu na to jaka rządzi opcja polityczna to znajdują się ludzie, którzy zarabiają na nieszczęściu innych, zwłaszcza na obawie o utratę zdrowia. Drugim biegunem jest zachowanie się naszych obywateli w obliczu epidemii. Większość przestrzega nakazanych rygorów ale jest niemała grupa osób, która ostentacyjnie ich nie przestrzega, wręcz głosząc, że epidemia to wielka „ściema”. Czy takie postawy nie są główną przyczyną zachorowań w naszym śląskim regionie zwłaszcza wśród górników? Choć w moim przekonaniu główną przyczyną to spóźnione testy na obecność wirusa. Nie wiem na ile są przeprowadzane testy na naszej rydułtowskiej kopalni ale pobieżne badania (badanie temperatury) nie zapobiegają fali zachorowań i tego obawiamy się najbardziej. Niepokoi przy tym zauważalna nietolerancja wobec pracowników służby zdrowia i osób zarażonych wirusem. Już postrzegani jesteśmy przez cywilizowaną Europę jako kraj ludzi nietolerancyjnych (wobec obcych, emigrantów, z innym kolorem skóry, wyznających inną wiarę a teraz zakażonych wirusem). Czy dotyczy to całej Polski, naszego Śląska? Chciałoby się mieć pewność, że na Śląsku jest inaczej ale doniesienia medialne zdają się potwierdzać te negatywne opinie. W skutek epidemii pracodawcy zwalniają część pracowników mimo rządowych „tarcz pomocowych”, ale są też pracodawcy, którzy rozpaczliwie usiłują utrzymać się na rynku nie zwalniając pracowników, licząc na wsparcie poprzez umorzenie płatności najmu pomieszczeń na prowadzoną działalność gospodarczą. Taka postawa jest godna najwyższego szacunku i wsparcia! Zbulwersowała mnie zatem informacja, że takiej pomocy od Zarządu SM Orłowiec nie otrzymała pani Rita Pielczyk prowadząca sklep cukierniczy przy ul. Obywatelskiej. O ile mi wiadomo nasze miasto udzieliło takiej pomocy przedsiębiorcom, którzy najmują pomieszczenia w budynkach należących do miasta. Trzeba ratować to co jest. bo już przeraża

ilość pustych pomieszczeń -zwłaszcza przy ul. Ofiar Terroru a na chwilę obecną nasi Włodarze nie mają za wiele pomysłów jak je zagospodarować. Mimo wszystko życie się toczy, pomalutku rygory są znoszone, zakładane inwestycje do realizacji w roku bieżącym są raczej realizowane o czym informujemy co miesiąc publikując „Sprawozdanie Burmistrza Miasta.”. Cieszą też małe sukcesy, które odnoszą nasi, zwłaszcza młodzi Mieszkańcy, na polu muzycznym: zespół Flame, czy Dawid Klimanek z Żanetą Czogalik, czy syn Ewy Kolbusz. albo też kolejna grupa utalentowanych dzieci z zespołu Czelodka ofiarnie przygotowywanych do występów przez panią Sylwię Jakubiec. Sukcesem medialnym, ale też finansowym może się też poszczycić Stowarzyszenie „Moje Miasto” bo sztukę na podstawie książki „Jo był ukradziony” wystawi kolejny teatr a napisany przez Stowarzyszenie projekt dla seniorów uzyskał wysokie dofinansowanie, więc rydułtowscy seniorzy będą mieć okazję do szerokich działań w ramach tego projektu. Życzę sukcesu! Niepokoją kolejne zakażenia wirusem w naszym szpitalu a wielka niewiadoma czał się na kopalni, oby nie spełnił się czarny scenariusz! Nie odnoszę się do wielkiej polityki ale patrząc na programy przyrodnicze zastanawiam się nad tym— kto zatrzyma szaleństwo wycinki lasów deszczowych, czy znajdzie się ogólnosiwiatowy skuteczny mechanizm, który zatrzyma kolejne miliony plastików wpływających do mórz. W skali lokalnej widzimy, że nasze firmy widzą najlepszą metodę walki z nieodbieranymi plastikami przez podpalanie składowisk i magazynów, wpierv dobrze ubezpieczonych. Padające deszcze chyba uspokoiły przerażonych rolników a teraz słyszymy nawoływania o pomoc w pracach i zbiorach w rolnictwie i ogrodnictwie. Kto tą pomoc udzieli — czy nie wrócimy do przymusowych akcji dla studentów i szkół do pracy na roli? Może rządzący dojdą do wniosku, że to będą zastępcze „zielone szkoły” ale dla starszych roczników. Wielu zapewne pamięta akcje stonka, szkolne i PGRowskie akcje uprawy warzyw, hodowli królików, pomoc w żniwach, wykopki. Pisząc te moje rozważania zastanawiam się nad sensem tego pisanie bo coraz mniej ludzi czyta gazety w tym naszą Klukę. Młodzież prawie wcale, liczy się elektronika, krótkie niusy, zdjęcia, sensacje. Nie wiem czy wkrótce nie zdecydujemy się na wydawanie gazety tylko w wersji elektronicznej ale jak zostawić Czytelników, którzy nadal cenią wydania gazetowe. **Czekam na Waszą opinię.** Przygotowujemy stałą wystawę pod nazwą „Szpitalna Izba Tradycji”, która mieścić się będzie w pomieszczeniach budynku szpitalnego (portiernia I piętro). Praca niemała, bo to przygotowanie pomieszczeń, zbieranie materiałów opisowych dotyczących historii szpitala, kompletowanie zbiorów, przygotowanie ekipy, która będzie odpowiedzialna za utrzymanie i udostępnianie zwiedzającym. Oficjalne otwarcie chcemy uczcić koncertem na otwartym terenie szpitala. Kiedy to nastąpi – myślę, że jeszcze latem. Póki co czekamy na kolejne ulgi w obostrzeniach, które pozwolą realizować zadania w ramach projektów a więc działać w sferze kultury, na które składają się w dużej mierze koncerty, biesiady, spotkania dyskusyjne, wspólne śpiewanie, kultywowanie śląskiej i innych tradycji.

Henryk Machnik



Nie przegrzewaj mieszkania

20 stopni Celsjusza to wystarczająca temperatura w domu. Jednak badania wykazują, że ponad połowa z nas przegrzewa mieszkania, utrzymując ciepło na poziomie 22 stopni.

Ta różnica ma duże znaczenie dla klimatu i śladu węglowego, który po sobie zostawiamy. Gdyby we wszystkich mieszkaniach w Polsce panowała temperatura 20°C obniżylibyśmy emisję CO₂ wynikającą z produkcji ciepła o 2 mln ton rocznie, czyli o 10 proc. Do pochłonięcia takiej ilości dwutlenku węgla potrzeba 30 mln drzew.

Zmieniajmy się razem, dla dobra planety. Przyłącz się do akcji „20 stopni dla klimatu”.

www.20stopni.pl



20 STOPNI
DLA KLIMATU



**Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Rydultowy, ul. Tetmajera 150
tel. 32 72 94 068, 32 72 94 933**

**Poradnie lekarskie prowadzone w ramach
podpisanych kontraktów z NFZ**

Lekarza POZ, Ginekologiczno-położnicza, Dermatologiczna, Okulistyczna, Laryngologiczna, Leczenia bólu, Neurologiczna, Urazowo-ortopedyczna, Leczenia uzależnień, Medycyny paliatywnej, Hospicjum domowe,

**Poradnie lekarskie prowadzone w ramach
usług komercyjnych (odpłatnych)**

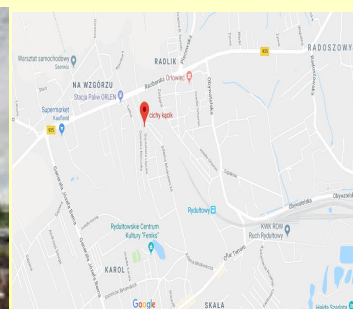
Alergologiczna dla dzieci, Medycyny pracy



**„CICHY KĄCIK” BAR Rita Pielczyk
ZAPRASZA**

"Pielczyk Rita Firma Produkcyjno-Handlowo-Usługowa" jest barem z fast foodem i proponuje obszerną paletę pysznych potraw w atrakcyjnej cenie. Restauracja współpracuje z najlepszymi kucharzami i stara się o miły serwis. Możesz w tym miejscu zjeść wyjątkowy posiłek. Dodatkową zaletą baru jest dogodna lokalizacja, a także wygodne pory działania. Dlatego to miejsce chętnie odwiedzane jest przez gości.

Siedziba firmy znajduje się w Rydultowy (województwo śląskie). Jeżeli chcesz bezpośrednio skontaktować się z "Cichy Kącik" Bar Rita Pielczyk – kieruj się pod adres: ul. Ligonia 3, Rydultowy. Z "Cichy Kącik" Bar Rita Pielczyk możesz skontaktować się nie tylko na miejscu, ale także telefonicznie, pod numerem 32 457 72 19



Mapa dojazdu

**Gabinety Specjalistyczne na ul. Strzelców Bytomskich 9
w Rydultowach służą pomocą tel. +48 691 101 688**

Wizyty prywatne:

Chirurgia
Dermatologia
Urologia
Reumatologia
USG, Doppler, Radiologia
Kosmetologia
Trychologia
Podologia
Poradnia dietetyczna DIETIKON



Wydawca: Towarzystwo Miłośników Rydultów, Rydultowy, ul. Plebiscytowa 47, tel. +48 515 828 453; Kolegium Redakcyjne (tel. +48 514 430 689, +48 510 791 300); Red. Nacz. Joanna Rusok, Z-ca Red. Nacz. M. Stebel, Sekretarz: W. E. Jankowska, członkowie: H. Machnik, S. Brzączek, J. Majer, E. Bluszcz, J. Oleś, A. Kołodziej, L. Majer, Ewa Wierzbńska-Kłoska; e-mail: kluka.tmr@interia.pl; nasza strona: www.tmrzydultowy.pl; Redaktor wydania: Joanna Rusok, komputerowy skład gazety: Janina Oleś. Zdjęcia na zlecenie TMR wykonują: FOTO BARON Rydultowy, FOTO SYCHA Rydultowy, fotoreporterzy: Bernadeta Ośliży, Damian Bizoń, Roman Gunia. Druk gazety: MZ Druk Radlin
Materiały zamieszczone w „Kluce” są zastrzeżone. Redakcja nie odpowiada za treść nadesłanych do druku korespondencji. Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania i adiustacji nadesłanych tekstów.