



KŁUKa

GAZETA WYDAWANA PRZEZ TOWARZYSTWO MIŁOŚNIKÓW RYDUŁTÓW OD 1994 ROKU

Nr 415 ISSN 146-9271 miesięcznik 15 lipiec 2020 2,50 zł (w tym 8% VAT)

ISSN 0142-6923



Rydułtowy i gminy powiatu wodzisławskiego oraz rybnickiego



Izba Pamięci Szpitala w Rydułtowach
zmieniła swoją lokalizację i gospodarza.

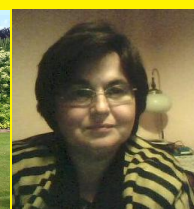


W numerze:

- Kronika SP3
- Wieści z Gminy Lyski
- Wele byfyja
- Fotorelacje z Biesiady
- 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



25 czerwca na rynku w Rydułtowach, przy pięknej pogodzie „Klika Machnika” i zaprzyjaźnione zespoły „Rzuchowianki” i „Dzimierzanki” po długiej przerwie powrócili do wspólnego śpiewania wraz ze słuchaczami. Organizatorem biesiady było **Towarzystwo Miłośników Rydułtów przy współpracy z Ciepłownią Rydułtowy i Piwiarnią**. Brawo zespoły. Kolejna impreza pod nazwą „Śpiewaj z nami Miłośnikami przy kufli piwa” zaliczona.



FOTO:
Bernadeta Oślizły i Roman Gunia

Kronika Szkoły Podstawowej nr 3 w Rydułtowach część 12

Tłumaczył: Gryk Markiewka

1890

Również ten rok zaczyna się dla nas Prusaków smutnym wydarzeniem losowym. 7 stycznia o godzinie 4-tej została nam zabrana przez śmierć nasza ukochana Matka Narodu, była cesarzowa Augusta.

18 bm. we wszystkich szkołach publicznych wprowadzono żałobę po dostojnej zmarłej. W tutejszej szkole odbyła się ona w godzinach od 8 do 9-tej. Uroczystość rozpoczęła się chorałem „Wyzekuj duszo moja”. Adjuwant Schaffer wygłosił niemiecką, a nauczyciel Kurzeja polską okolicznościową przemowę do młodzieży. Potem były na przemian chorały i pieśni patriotyczne, a pobożne „Ojcze nasz” zamknęło tę uroczystość.

27 stycznia zgromadziła się w klasie wyższej cała młodzież szkolna do uroczystości urodzin Cesarza, która trwała od godziny 9-tej do godziny 10-tej. Obaj nauczyciele wygłosili odpowiednie mowy, przez które młodzież była zachęcana do wierności i miłości do tronu i ojczyzny. Pieśni patriotyczne zakończyły tę uroczystość.

Fr. Kurzeja

Zgodnie z poleceniem pana powiatowego inspektora szkolnego z 5 bm. odbyła się 8 marca od godziny 11 do godziny 12-tej uroczystość żałobna za zmarłego cesarza Wilhelma I, ponieważ na dzień 9 marca przypadła niedziela. Wszyscy uczniowie zgromadzili się w klasie wyższej. Przemowę wygłosił pierwszy nauczyciel, pod którego kierownictwem odśpiewano 3 chorały i 3 pieśni patriotyczne, a pobożne „Ojcze nasz” zamknęło tę uroczystość.

Zwolnienia nastąpiły w tym roku 31 marca, a przyjęcia 1 kwietnia. Zwolniono tylko 13 uczniów spośród 18 rzeczywiście czternastoletnich uczniów. Pozostali musieli ze względu na wiek uzyskać pozwolenie od Wysokiej Rejencji. Z ostatnich, oprócz jednego, otrzymali ulgę i zostali później zwolnieni. Przyjętych zostało 26 uczniów, którzy z wyjątkiem jednego są wyznania katolickiego.

Również w tym roku, dla upamiętnienia dnia śmierci dostojnego panującego, odbyła się jednogodzinna uroczystość, a młodzież wezwana do naśladowania cnót Fryderyka III. Odśpiewane zostały 3 chorały i 4 pieśni patriotyczne, a modlitwa za dobro duszy tak wcześniej zmarłego cesarza zamknęła tę uroczystość.

Jak w poprzednim roku, tak też tego roku odbyło się 20 lipca święto szkolne.

Świnio bicie

Wieprzowina w śląskiej kuchni.

Najczęściej jadany mięsem na Śląsku była wieprzowina. Mięso wieprzowe zawsze uważano na Śląsku za posiłek smaczny i pożywny. Poza postem jadano go zarówno na beztydzień jak i w dni świąteczne. To ile razy i w jakie dni pojawiała się ono na stole zależało od zamożności rodziny a także od wykonywanej pracy. Na wsi w okresach wyczerpującego wysiłku fizycznego posiłki były obfitsze i zawierały więcej mięsa. W rodzinach górniczych codzienna kuchnia musiała być obfita i tłusta, ponieważ uważano, że górnik powinien jeść dobrze, aby mieć siły do roboty i tłusto, aby uchronić się przed gruźlicą, pylicą i reumatyzmem. W okresie międzywojennym oraz w pierwszych latach po II wojnie światowej, mięso jadano dość rzadko.

Przeważnie w tym okresie mięso wieprzowe pojawiała się na stole podczas uroczystości rodzinnych i dni świątecznych. Z czasem wieprzowinę zaczęto ponownie podawać na posiłki codzienne. Z wieprzowiny sporządzano zarówno proste potrawy, jak np., duszne żeberka czy płucka na kwaśno, jak i potrawy bardziej wymyślne jak np. schab sztygarski czy jaskółcze gniazda. Świnie hodowano zarówno na wsi jak i w mieście w przydomowych komórkach. Zwyczajowo czas świnio bicia na Śląsku następował po świętym Marcinie (11 listopada). Zapasów mięsa i "tłustego na omastę" musiała wystarczyć do następnego świnio bicia. W biedniejszych gospodarstwach śląskich świnio bicie odbywało się (poza okazjonalnymi świnio biciami przed weselami) raz w roku w zamożniejszych dwa a nawet trzy razy w roku. Ponieważ przy świnio biciu wszyscy mieli pełne ręce roboty przydawała się też pomoc dzieci, które chętnie we wszystkich pracach uczestniczyły, bo w dniu świnio bicia nie musiały iść do szkoły.

Dużo wcześniej przed świnio biciem należało zamówić masorza (rzeźnika), bo chętnych w tym czasie było wielu. Dzień przed świnio biciem przygotowywano zgodnie z zleceniami rzeźnika odpowiednie ilości soli, salety, majeranku, jałowca, mielonego pieprzu, ziela angielskiego, liścia laurowego, kolendry gładkiej muszkatołowej, papryki i imbiru. Niczego nie mogła zabraknąć, bo od przypraw zależał smak wyrobów. Oprócz przypraw przygotowywano kaszę, cebulę, czosnek i bułki na żymłoki. Dzień przed świnio biciem należało też przygotować kuchnię. Na wsi przeważnie kuchnia robocza, zwana "waszkuchnią" zasobna była w wszystkie narzędzia potrzebne do świnio bicia: wanny, miski, drewniane sądkie, duże deski do krojenia, różne noże i topór rzeźniczy, garnki, brytfanny, maszynki do milenia mięsa. W mieście często pożyczano sobie nawzajem potrzebne przy świnio biciu przedmioty i narzędzia. Świnio bicie oprócz tego, że dostarczyła mięsa na zimowe miesiące było też okazją by najeść się do syta. Wszyscy uczestnicy świnio bicia czekali zwłaszcza na pierwszy posiłek tego dnia - welflajsz. Zaraz po porcjowaniu świnii do wielkiego żeliwnego gara wkładano łeb świński, nerki, płuca oraz resztki podbrzusza i nie nadające się do innych celów okrawki mięsa i skóry. Jak świnio bicie szło zgodnie z planem welflajsz przed godziną 11 był gotowy. O tym co można zjeść z gara decydował rzeźnik. Welflajsz smarowano musztardą, zagryzano chlebem i zapijano wódką kminkówką lub żytnią, by "rozcieńczyć zjedzone tłuste". Inna potrawą jedzoną tylko podczas świnio bicia była kiszczonka.

<https://www.kuchnia-slaska.pl/obyczajowosc/wieprzowina-w-l-skiej-kuchni/>

Krupnioki

28 lutego 2006 r. krupniok śląski został wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi województwa śląskiego w kategorii: Produkty mięsne.

Składniki na krupnioki (kaszanek):

1 kg kaszy jęczmiennej,

kotłówka (na 1 szklankę kaszy jęczmiennej - 2 szklanki kotłówki),

0,5 kg sadła wieprzowego,
mięso oraz płuca z kotłówki (1,5 kg),
2 szklanki krwi wieprzowej,
100 g soli, 30 g pieprzu, 20 g ziela angielskiego,
jelito cienkie wieprzowe



Jak narychtować:

Zarozki po wyciongnięciu miynsa i podrobów z wrzawej kotłówki trza wciepać do niej krupy jynczymynne w miyszkach ze lnu i dalij warzić, aż bydom średnio miynki. Krupy idzie też normalnie wsuć, ale trza cołki czas fyrłać, coby sie nie przypoliły. Jak som gotowe, to trza je łodcedzić i przeciepać do glyjtowanej waniynki abo wielkiego waszpeka i poczkać, aż łochłodnom.

W tyglu wytopić pokrote sadło, doloć do krupów. Uwarzone w kotłównce miynso i płuca zemleć bez maszynka do kupy ze szpyrkami. Krew przeloć bez sito i wloć do krupów. Dosuć soli, zemlete korzyny, wonionce korzyny, wyfyrłać rynkami i gardawa momy gotowo. Coby zrobić krupnioki, strzewa trza fajnie wyczyścić, łobmyć i nasolić. Nafilować gardawom, ino nie do pełna. Łoba końce krupnioka połonczyć szpiłkom tak, coby miał forma wionuszka. Krupnioki parzyć w kotłównce kole pół godziny na lekim łogniu. Krupnioki nojlepiej szmakujom podsmażone. Ku tymu dowajom kiszzonej kapusty z ziymiokami abo sznita chleba i kiszono łogórka.

Tak na marginesie:

Wieczorem w dniu świnio bicia na degustację żymłoków i krupników zapraszano rodzinę. Sąsiadom "coś od świnii" (krupniki i żymłoki) zanosili dzieci. Krupnioki jadano prawie na wszystkich na rodzinnych uroczystościach. Obowiązkowo musiały się także znaleźć w weselnym menu i na stypie. Żymłoki i krupnioki jadano gotowane i smażone. Aby usmażyć krupionki czy żymłoki zaraz po ugotowaniu należy włożyć je na chwilę do zimnej wody, osuszyć i smażyć (najlepiej na słoninie)

<https://bonclok.pl/kuchnia/przepisy/268-krupnioki.html>

Kiszczonka

Kiszczonka – tradycyjna zupa obecna w kuchni poznańskiej, znana także w innych regionach Polski np. w kuchni śląskiej. Powstaje w wyniku połączenia wody pozostałej po gotowaniu kaszanki z mlekiem, mąką oraz przyprawami. Zupa ma około 760 kcal.

Składniki:

1,5 l wody

0,5 kg kaszanki

0,5 kg ziemniaków

peczeń włoszczyzny

cebula

sól, pieprz, majeranek

180 g śmietany 18%



Przygotowanie:

Do garnka, w którym będziemy gotować zupę wrzucamy pokrojone w kostkę ziemniaki, obraną z błony kaszanek, peczeń włoszczyzny i przekrojoną na pół cebulę. Zalewamy wodą i gotujemy ok. 20 min. aż ziemniaki staną się miękkie. Wówczas wyciągamy peczeń włoszczyzny, zostawiając marchewkę, którą kroimy w plasterki i wkładamy z powrotem do garnka. Zupę doprawiamy solą, pieprzem oraz majerankiem i zabilamy kilkoma łyżkami śmietany. Chwilę gotujemy i gotowe.

Uwaga! Zupa będzie smaczniejsza i bardziej aromatyczna, jeśli do jej przygotowania użyjemy jako bazy - wodę pozostałą z parzenia swojego boczku lub szynki.

<https://smaker.pl/przepisy-zupy/przepis-kiszczonka,122906,szafranka.html>

**LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE IM. NOBLISTÓW POLSKICH W RYDUŁTOWACH
Z ZASZCZYTNYM TYTUŁEM
"SZKOŁA W CHMURZE MICROSOFT"**



Szkoła w Chmurze

Microsoft

17 czerwca 2020 Liceum Ogólnokształcące im. Noblistów Polskich w Rydułtowach otrzymało zaszczytny tytuł "Szkoła w Chmurze Microsoft".

Nasza szkoła od lat wykorzystuje nowe technologie w procesie nauczania i uczenia się oraz we współpracy międzynarodowej, o czym świadczą realizowane z sukcesem projekty Erasmus+, wielokrotnie nagradzane projekty eTwinning (zdobyliśmy tytuł "Szkoła eTwinning 2018/2019" oraz liczne Krajowe i Europejskie Odznaki Jakości eTwinning). Już od roku 2014 prowadzimy zajęcia w tabletovej klasie języka angielskiego, stosując aplikacje i platformy edukacyjne do wspomagania nauki języka obcego i przygotowania do matury (innowacja "Matura w kieszeni. Przygotowanie do matury z j. angielskiego z wykorzystaniem urządzeń mobilnych"). Obecnie mamy aż trzy tabletove klasy językowe, wspomagające tradycyjną naukę języków obcych.

Wprowadzenie nauki zdalnej nie było dla naszej Szkoły wielkim wyzwaniem, co odnotowała katowicka "Gazeta Wyborcza" już 20 marca 2020, podając przykład naszego Liceum, jako szkoły przygotowanej do zdalnego nauczania, dzięki wcześniejszemu zaangażowaniu nauczycieli i uczniów w poznanie i stosowaniu technik informacyjno-komunikacyjnych na co dzień.

<https://katowice.wyborcza.pl/katowice/7,35055,25805410,wszyscy-sa-zgodni-ze-koronawirus-na-pewno-zmieni-szkole.html?fbclid=IwAR3VU5d3uCxe1IV9Sbcmiz0rAQg14L3aSSuA5rZXaQUSado3wo7FoDFSBCe&disableRedirects=true>

W pierwszym miesiącu zdalnego nauczania byliśmy jed-

nak zmuszeni stosować różnorodne platformy do jego realizacji, co nie było wygodne ani dla uczniów, ani dla nauczycieli. Wprowadzenie Microsoft Office 365, jako jednorodnej platformy zdalnego nauczania dla całej szkoły już w kwietniu 2020, umożliwiło nauczycielom i uczniom darmowy dostęp do wszystkich aplikacji Microsoft dla Edukacji. Od prawie trzech miesięcy korzystamy z bezpiecznej platformy - prowadzimy lekcje w czasie rzeczywistym, dzielimy się materiałami multimedialnymi, współtworzymy dokumenty szkolne, kontaktujemy się z zespołami klasowymi i nauczycielskimi, prowadzimy wideo-konferencje Rady Pedagogicznej - współpracujemy on-line.

Udział Szkoły w programie Microsoft dla Edukacji znacznie ułatwia nauczanie zdalne, współpracę i komunikację oraz zarządzanie całym zespołem szkolnym. Co więcej, zapewnia dostęp do szkoleń, warsztatów i kursów on-line, ogólnopolskich i międzynarodowych wydarzeń edukacyjnych oraz programów dedykowanych szkołom i nauczycielom.

Serdecznie polecam przystąpienie do projektu "Szkoła w Chmurze Microsoft" - warto.

*Mirosława Dyka-Plonka, nauczycielka j. angielskiego/
Microsoft Innovative Educator Expert*

Szkoła w Chmurze Microsoft to:



Szkoła bazująca na **technologii Microsoft**, jednocześnie integrująca nowe modele **uczenia się i nauczania**, oraz sposoby **komunikacji i współpracy** pomiędzy nauczycielami, pracownikami, uczniami i rodzicami.



Szkoła, w której **kadra pedagogiczna** odgrywa kluczową rolę i jest gotowa na doskonalenie warsztatu pracy z **wykorzystaniem nowych technologii**, a także ucząca, jak z tej technologii korzystać **w procesie zdobywania wiedzy i kompetencji** przez uczniów.



Szkoła przygotowująca uczniów do **aktywnego i mądrego wykorzystywania technologii** na każdym etapie edukacji. To także szkoła, która koresponduje ze **zmianami ekonomicznymi i społecznymi**, a przez to przygotowuje swoich uczniów do **aktywnego podejmowania wyzwań edukacyjnych i zawodowych** po opuszczeniu szkoły.

Trochę inaczej o Radzie Miasta

Pasjonat, świetny kucharz, górnik, społecznik, emeryt, nauczyciel, wolontariusz?

Czym żyją, „co kręci” ludzi z Rady Miasta Rydułtowy poza Radą?

Oto niektórzy z nich, ci, którzy zdecydowali się pełnić w Radzie dodatkowe obowiązki np.: przewodniczenie komisjom.

Przewodniczący Rady Miasta Rydułtowy - Lucjan Szwan – w samorządzie pracuje od ponad 20 lat, trzecią kadencję jest przewodniczącym RM, pełni także funkcję Przewodniczącego Zgromadzenia PWiK. Od wielu lat społecznie działa jako Przewodniczący Wspólnoty Samorządowej w powiecie wodzisławskim (apolitycznego ugrupowania samorządowego). Z zawodu górnik – elektronik, dzisiaj już emeryt z wieloma pasjami. Kocha piłkę nożną, bywa zawodnikiem choć częściej kibicem m.in. na stadionie Naprzodu, zagra też w tenisa stołowego. Wielu poznało smak jego pasztetów i innych wyrobów kulinarnych, sporo produktów do kuchni uprawia w przydomowym ogrodzie. Poza tym pasjonat kryminałów i literatury akcji. Lubi podróżować, głównie po Polsce:

Barbara Wojciechowska – radna wieku kadencji, obecnie zastępca przewodniczącego RM, tę funkcję pełniła również w poprzedniej radzie. Jest także wice-przewodniczącą Społecznej Powiatowej Rady do Spraw Osób Niepełnosprawnych. Od ponad 10 lat prowadzi Stowarzyszenie Rodzin i Osób Niepełnosprawnych „Tacy Sami” a także świetlicę o tej samej nazwie. Systematycznie pozyskuje środki poprzez pisanie projektów na działania z w/w osobami. Nieustająco zabiega o poprawę sytuacji dzieci i osób niepełnosprawnych. Świetnie i zdrowo gotuje. Chętnie organizuje dla najbliższych podróże po ciekawych zakątkach kraju. Lubi z córką Judytą wypadły do kina i do galerii.

Marek Wystyrk - zastępca przewodniczącego RM. Z wykształcenia ekonomista i logistyk, obecnie pracuje jako Kierownik Zespołu Usług Obcych w Centrali PGG SA. Jest prezesem Stowarzyszenia Moje Miasto w ramach którego działa m.in. Klub Seniora „Sami Swoi”. Jest inicjatorem i koordynatorem wielu projektów społecznych skierowanych głównie dla seniorów. Z powodzeniem pozyskuje środki zewnętrzne na ich realizację. Bardzo dba o swoją i rodziny sprawność fizyczną organizując wycieczki rowerowe i górskie. Jego pasją stała się także historia najnowsza i różne formy jej upamiętnienia.

Jerzy Wróblewski – przewodniczący Komisji Rewizyjnej, radny z wieloletnim doświadczeniem. Pracował jako górnik – elektryk na „KWK Rydułtowy” i sprawy górnictwa a szczególnie rydułtowskiej kopalni są mu nadal bardzo bliskie. Interesują go sprawy związane z ekologią i odnawialnymi źródłami ciepła. Dbałość o rodzinę i dom to jego priorytety.

Wojciech Koźlik – przewodniczący Komisji Gospodarki Komunalnej i Ochrony Środowiska, radny minionych kadencji. Pracuje jako nauczyciel techniki, informatyki i edukacji dla bezpieczeństwa w Szkole Podstawowej nr 2 w Rydułtowach.

Pełni też funkcję prezesa Oddziału ZNP Rydułtowy z siedzibą w Bibliotece Publicznej im.M. Góreckiego. Interesuje się zdrowym sposobem odżywiania. Jest pasjonatem pasji, dawne różnorodne kolekcje z powodzeniem zastępują mu teraz pies labrador wraz z królewskim kotem birmańskim.

Maciej Poręba - przewodniczący Komisji Prawa, Porządku i Bezpieczeństwa Publicznego. Z wykształcenia historyk, pracuje w Starostwie Powiatowym w Wodzisławiu Śląskim. Można go często spotkać biegającego w celach rekreacyjnych po ulicach naszego miasta. W wersji nieco spokojniejszej spaceruje z psem, uroczą 8 letnią goldenką. Jego kolejne zainteresowania to turystyka, historia i języki obce. Uczy się sam dla swojej przyjemności, traktując trening umysłu, jako równie istotny co fizyczny.

Michał Pierchała – przewodniczący Komisja Budżetu i Rozwoju, radny wielu poprzednich kadencji. Pracował na kopalni i nadal tematyką górnictwa się interesuje. Mieszka w Radoszowach, gdzie aktywnie działa w Stowarzyszeniu Klub Przyjaciół „Nowsi”. Jest inicjatorem i organizatorem wielu przedsięwzięć. Na szczególną uwagę zasługuje jego aktywność przy organizowaniu imprez sportowych, wycieczek i rajdów rowerowych, na które pozyskuje dodatkowe fundusze z Miasta. Skutecznie aktywizuje szczególnie mieszkańców tej części miasta.

Małgorzata –Brzonkalik-Skowronek – przewodnicząca Komisji Polityki Społecznej. Jest nauczycielem, pedagogiem i logopedą w Szkole Podstawowej nr 4 w Pszowie. Od wielu lat zajmuje się jako przewodnicząca Stowarzyszeniem Rodzin Błogosławionego Edmunda Bojanowskiego działającego przy Klasztorze Zgromadzenia Sióstr Służebniczek NMP w Rydułtowach. Poprzez te działania wspiera na różne sposoby rodziny wielodzietne borykające się z problemami dnia codziennego. Wśród licznych zainteresowań w ostatnim czasie prym wiodzie cukiernictwo bezglutenowe. Chętnie słucha muzyki i ogląda filmy.

Alicja Kołodziej – przewodnicząca Komisji Oświaty, Kultury, Sportu i Zdrowia, radna pierwszej kadencji. W przeszłości nauczycielka historii i dyrektor Gimnazjum nr1 w Rydułtowach. Edukacja nadal pozostaje w sferze moich zainteresowań. Z Towarzystwem Miłośników Rydułtów związana jestem od jego założenia i poprzez wspólnie organizowane przedsięwzięcia m.in. popularyzujemy historię i tradycje Śląska. Dzięki licznym projektom TMR i współpracy z powiatem wodzisławskim zaangażowana jestem także w działania prosenioralne. Wolny czas mile zajmują mi wnuki i dbanie o ogród. Lubię podróże małe i duże oraz słuchanie audiobooków.

W Radzie Miasta Rydułtowy zasiada łącznie 21 radnych, na co dzień pracują w swoich komisjach lub zajmują się problemami w okręgach. Otwarcia na zmieniającą się stale sytuację włączyli się w akcje pomocowe związane z COVID 19 m.in. wspomagając finansowo szpital w Wodzisławiu, pomagając w akcji szycia maseczek zainicjonowaną przez radną J. Kubalą czy też np.: wspierając przebywających na kwarantannie itd. Jest to czas szczególny, więc i formy działań są do niego stosowne.

Alicja Kołodziej

Towarzystwo Miłośników Rydułtów opiekuje się Szpitalną Izbą Pamięci

2 lipca 2020 w byłym budynku administracyjnym naszego szpitala odbyło się otwarcie ekspozycji ze Szpitalnej Izby Tradycji. Na uroczystość przybyli Władze Zarządu Powiatu, reprezentowane przez Członków Zarządu: Krystynę Kuczerę i Kornelię Newy. Był również dyrektor Szpitala Krzysztof Kowalik, reprezentanci mediów powiatowych i naszego miasta oraz telewizja TVT. Gratulacje z okazji uruchomienia Szpitalnej Izby Tradycji na ręce Prezesa TMR Henryka Machnika przekazała członek Zarządu Krystyna Kuczera oraz dyrektor szpitala Krzysztof Kowalik, życząc jednocześnie by te szpitalne ekspozycje przyciągnęły zwiedzających. Stronę gospodarzy reprezentowali oprócz Prezesa Towarzystwa Miłośników Rydułtów Henryka Machnika, zastępca Alicja Pawełek i zespół Klika Machnika, który w podzięce zaśpiewał zebranych kilka piosenek. Nie zabrakło wywiadów przed kamerą telewizyjną, osobistych rozmów, uwag, a przede wszystkim oglądania ekspozycji. W pomieszczeniach tych odbywać się będzie teraz wymiana okien, dlatego nie będzie na razie możliwości zwiedzania. Mamy nadzieję, że okna zostaną wymienione szybko i będziemy mogli Państwa gościć w Szpitalnej Izbie Tradycji z koncertem dla personelu i dla pacjentów szpitala. Zapewniam, że jest co oglądać.

Henryk Machnik



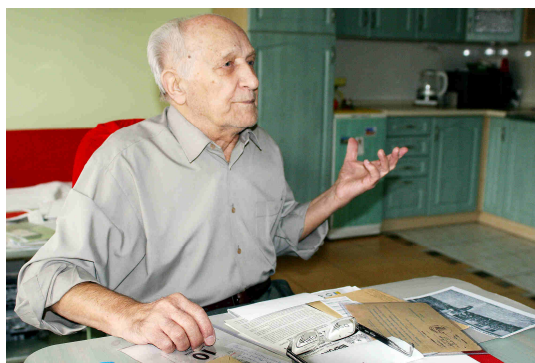
Zasłużony RYDUŁTOWIK

Robert Grzybek wywodzi się ze śląskich rodzin Myśliwców i Grzybków i całe swoje życie związany jest z ziemią Rybnicko-Wodzisławską. Wyrastając w głębokim szacunku i miłości do Ojczyzny, wśród opowieści o powstaniach śląskich, jako młody chłopak, w czasie trwania II Wojny Światowej, wstąpił do Armii Krajowej gdzie od 1942r. pełnił funkcję łącznika. Cudem, kilka razy uniknął śmierci tuż przed końcem wojny w roku 1945. Do Wodzisławia wrócił w okolicy Świąt Wielkanocnych 1945 roku ale zamiast domu rodzinnego zastał zgłuszcza. Razem z ojcem zamieszkał w Rybniku. Rozpoczął naukę w Śląskich Zakładach naukowych. Po samorozwiązaniu się oddziałów AK i przejściu do konspiracji, Robert Grzybek wstąpił do 555 Okręgu AK w Rybniku. Uciekał i ukrywał się przed UB. Zmieniał miejsca zamieszkania aż trafił do Szczecina do Zakładów Przemysłu Motoryzacyjnego, a później do Huty Szczecin gdzie pracował do marca 1948. Po ogłoszeniu amnestii dla działaczy podziemia zgłosił się do Urzędu Bezpieczeństwa w Katowicach i 29 marca 1947r otrzymał zaświadczenie o ujawnieniu się. Wiosną 1948 roku wrócił na Śląsk, ożenił się i zamieszkał w Rydułtowie. W latach 48-51 pracował w Rybnickim Zjednoczeniu Górniczym, następnie w Rybnickim Przedsiębiorstwie Budowlanym Przemysłu Węglowego przekształconym w Przedsiębiorstwo Prefabrykacji Górnictwa, gdzie doczekał emerytury. Od roku 1948 do 1983 był członkiem Zarządu Sekcji Piłki Nożnej GKS Naprzód 23 Rydułtowy, od 1956 pełnił funkcję Sekretarza Zarządu Śląskiego Związku Piłki Nożnej Podokręgu Rybnik, od 1996r do 2008r również Skarbnika ZS ZPN Podokręgu Rybnik. W Rydułtowie był jednym z inicjatorów budowy obecnego stadionu sportowego i byłego obiektu basenu. W 1989 współtworzył jastrzębskie koło Światowego Związku Żołnierzy Armii Krajowej, a następnie przeniósł je do Wodzisławia Śląskiego i był na przemian jego sekretarzem i wiceprezesem. Był jednym z inicjatorów Konkursu o Armii Krajowej organizowanego od kilkunastu lat w Rydułtowie i na własnym przykładzie opowiadając o własnych życiowych doświadczeniach uczył młodzież i dzieci czym jest patriotyzm. Nadal bierze czynny udział w propagowaniu wiedzy o Armii Krajowej i żołnierzach podziemia w Rydułtowie i całym regionie. Jest bardzo aktywnym obserwatorem i uczestnikiem zdarzeń społeczno-kulturalnych miasta Rydułtów. Mimo trudności w poruszaniu się osobiście uczestniczy w spotkaniach i wydarzeniach szkolnych, miejskich i powiatowych związanych z historią Polski, z Armią Krajową lub sportem. Robert Grzybek jest najstarszym działaczem sportowym na Śląsku, ponad 60 lat działa w Śląskim Związku Piłki Nożnej Podokręgu Rybnik. Niezwykły człowiek, który w pełni zasługuje na tytuł „Rydułtowika Roku”.

Za swoją działalność w czasie wojny, a później społeczną i sportową otrzymał:

- Srebrną i Złotą Odznakę Honorową Polskiego Związku Piłki Nożnej (18.01.1968r – nr 1460, 16.12.1971r – nr 1454)
- Srebrna i Złota Odznaka Zasłużonemu w Rozwoju Województwa Katowickiego (17.10.1972 – nr 36079 i 22.06.1973r – nr 28311)
- Srebrna i Złota Odznaka Zasłużony Działacz Kultury Fizycznej (26.01.1972 – nr 406 i 17.12.1990 – nr Z-362/90)
- Złota Odznaka Zasłużony dla Rybnika (6.11.1981 – nr 1312/81)
- Srebrny Krzyż Zasługi – 3.12.1980r – nr 2047 – 80 – 13
- Krzyż Armii Krajowej – 28.10.1994r – nr 41-94-218
- Złoty Medal Polskiego Związku Piłki Nożnej – 2001r – nr 235/2001
- Tytuł Weterana Walki o Niepodległość Ojczyzny – Patent Nr 21678 – 2001r
- Złoty Krzyż Zasługi – 14.10.2011r. – nr 8-2011-1
- Złote Grabie –
- Krzyż Kawalerski Odrodzenia Polski – wręczony osobiście przez Prezydenta RP -9.07.2018 – nr 176-2018-3 (wręczony 1.03.2019r w Warszawie)
- Medal Stulecia Odzyskania Niepodległości – 29.08.2019 – nr 43-2019-3 MS
- Medal Stulecia Okręgu Śląskiego PZPN Katowice – 17.11.2019

W Jego domu sąteczki, z życzeniami i podziękowaniami od dzieci i młodzieży z całej Polski, w tym ze Szczecina, który zajmuje w Jego pamięci szczególnie miejsce.



**SPRAWOZDANIE z PRAC BURMISTRZA
i URZĘDU**

za okres od 21 maja do 17 czerwca 2020r.

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

W dniu 28 maja 2020 r. uzyskano zatwierdzenie projektu tymczasowej organizacji ruchu na ulicy Ofiar Terroru i ulicy Adama Mickiewicza – I etap ze Starostwa Powiatowego Wydziału Komunikacji i Transportu w Wodzisławiu Śl. Wykonawca robót zgłosił wprowadzenie zmiany organizacji ruchu drogowego na czas prowadzenia robót budowlanych od dnia 8.06.2020 r.

W dniu 8 czerwca b.r. firma Transkom Robert Białdysa rozpoczęła frezowanie nawierzchni. Wykonano frezowanie nawierzchni ulicy Adama Mickiewicza i skrzyżowania ulicy Ofiar Terroru z ulicą Mickiewicza oraz skrzyżowania z ulicą Leona w kierunku dworca kolejowego. Rozpoczęto roboty rozbiórkowe na ulicy Adama Mickiewicza – kostki betonowej z chodników, obrzeży oraz krawężników betonowych..

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**

Stan zaawansowania robót:

- trwają roboty wykończeniowe pergoli oraz tężni,
- trwają roboty związane z utwardzeniem dojazdu od strony ul. Strzelców Bytomskich,
- trwają roboty związane z montażem gabionów przy skarpie od strony ul. Ładnej.

W związku z koniecznością wykonania wzmocnienia skarpy nasypu od strony ul. Ładnej, która wynikła w trakcie realizacji robót podstawowych w dniu 19.05.2020 r. zawarto 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.

Zwiększona została wartość nadzoru inwestorskiego o kwotę 1 168,89 zł oraz wydłużono termin wykonania umowy o 30 dni, co jest związane z zawartym aneksem na wykonanie robót budowlanych (robót dodatkowych).

Wartość umowy: 30 688,89 zł brutto.

Termin realizacji umowy: do dnia 30.07.2020 r.

2) Rewitalizacja Osiedla Karola

Firma Celmar spółka z o.o. z Bytomia realizuje roboty drogowe. Wykonała roboty rozbiórkowe, montaż obrzeży oraz podbudowę zasadniczą wjazdów na posesję nr 20, 19, 18. Na wjazdach przy budynku nr 16,18,19 wykonano obrzeża. Rozpoczęto roboty brukarskie na wjazdach.

Termin realizacji umowy: 30.11.2020.

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.

Termin realizacji umowy: 30.11.2020 r.

Wartość robót budowlanych: 593 916,08 zł.

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

Trwają prace projektowe na opracowanie dokumentacji projektowej przebudowy terenu przy zbiorniku wodnym "Machnikowiec" - utworzenie 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:

- uzyskanie pozwolenia na budowę wraz z przekazaniem kompletnej dokumentacji i dokonanie jej odbioru do dnia 30 listopada 2020 r.,
- wykonanie robót budowlanych wraz z uzyskaniem pozwolenia na użytkowanie do dnia 29 kwietnia 2022 r.

Wartość umowy: 1 642 000,00 zł.

**4. ROZBUDOWA I MODERNIZACJA BUDYNKU
URZĘDU MIASTA**

Stan zaawansowania robót:

- trwają roboty związane z wykonywaniem ocieplenia ścian zewnętrznych,
- w segmencie nowobudowanym trwają roboty malarskie wewnętrzne, prowadzone są roboty związa-

- ne z układaniem płytek ceramicznych, trwają prace związane z montażem stolarki drzwiowej, trwają roboty związane z utwardzeniem terenu przy budynku.

Termin realizacji umowy do dnia 30.09.2020 r.

Wartość umowy: 4 310 750,90 zł

Nadzór inwestorski nad realizacją zadania pełni „Mrozek Grzegorz doradztwo budowlane usługi G. Mrozek” z siedzibą przy ul. Pogwizdowskiej 37, 44 – 293 Gaszowice.

Termin realizacji umowy: 30.10.2020 r.

Wartość nadzoru inwestorskiego: 39 601,81 zł.

5. MODERNIZACJA ULICY ZYGMUNTA KRASIŃSKIEGO

Wykonawca robót przedstawił do akceptacji projekt umowy o podwykonawstwo. Po zachowaniu procedur, zostaną rozpoczęte prace budowlane.

Termin realizacji umowy: 30.09.2020 r.

Wartość umowy: 460 917,20 zł.

Nadzór inwestorski nad realizacją zadania pełni pan Stefan Fiszer, prowadzący działalność gospodarczą pn. IMPERO Stefan Fiszer z siedzibą w Wodzisławiu Śląskim 44- 286, Osiedle XXX-lecia 6/6,

Termin realizacji umowy: 30.10.2020 r.

Wartość nadzoru inwestorskiego: 3 628,50 zł.

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

Zawarto umowę na aktualizację przedmiarów robót i kosztorysów inwestorskich z Firmą Projektowo-Kosztorysową Marek Węglorz z Cieszyna na kwotę 2 460,00 zł. koniecznych do przygotowania i przeprowadzenia procedury przetargowej na roboty budowlane.

Termin wykonania: 18.06.2020 r.

Trwa ustalanie warunków i terminów przygotowania i dostosowania pomieszczenia węzła grupowego w budynku nr 21 na Osiedlu Karola związanego z dostarczaniem ciepła do 9 budynków komunalnych na Osiedlu Karola z Ciepłownią Rydułtowy.

7. POPRAWA EFEKTYWNOŚCI ENERGETYCZNEJ W MIESZKALNYCH BUDYNKACH KOMUNALNYCH

1. Budynek przy u. Radoszowskiej 123

W dniu 10.06.2020 r. podpisano z Panem Tomaszem Muzyczuk i Barbarą Muzyczuk prowadzącymi działalność gospodarczą w formie spółki cywilnej pod firmą EKOPROBUD z siedzibą przy ul. Żwirki i Wigury 65, 43-190 Mikołów umowę na opracowanie dokumentacji projektowej.

Wartość umowy : 28 149,78 zł brutto

Termin wykonania : 30.08.2020 r.

2. Budynek przy u. Barwnej 1

W dniu 10.06.2020 r. podpisano z Panem Tomaszem Muzyczuk i Barbarą Muzyczuk prowadzącymi działalność gospodarczą w formie spółki cywilnej pod firmą EKOPROBUD z siedzibą przy ul. Żwirki i Wigury 65, 43-190 Mikołów umowę na opracowanie dokumentacji projektowej.

Wartość umowy : 28 149,78 zł brutto

Termin wykonania : 30.10.2020 r.

3. Budynek przy ul. Gen. Józefa Bema 103 a

W dniu 10.06.2020 r. podpisano z Panem Tomaszem Muzyczuk i Barbarą Muzyczuk prowadzącymi działalność gospodarczą w formie spółki cywilnej pod firmą EKOPROBUD z siedzibą przy ul. Żwirki i Wigury 65, 43-190 Mikołów umowę na opracowanie dokumentacji projektowej.

Wartość umowy : 28 149,78 zł brutto

Termin wykonania : 30.08.2020 r.

4. Budynek przy ul. Plebiscytowej 37

W dniu 28.05.2020 r. podpisano z Panem Waldemarem Bobrem prowadzącym działalność gospodarczą pod nazwą Studio Architektury Bober Waldemar Bober, 44-310 Radlin umowę na opracowanie dokumentacji projektowej.

Wartość umowy : 30 504,00 zł brutto

Termin wykonania : 30.07.2020 r.

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

Trwają prace projektowe.

Termin realizacji umowy do dnia 06.07.2020 r.

Wartość umowy: 6 396,00 zł.

9. MODERNIZACJA BUDYNKU SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 2

Przygotowano materiały do zapytania ofertowego na wykonanie dokumentacji projektowej.

Dokumentacja projektowa będzie obejmowała m.in.:

- inwentaryzację w zakresie obejmującym przebudowę,
- adaptację części parteru budynku szkoły podstawowej na oddziały przedszkolne,
- adaptację części II p. na biura MZOPO,
- przebudowę instalacji hydrantowej,
- modernizację instalacji deszczowej w segmencie A.



Kalendarium Lipiec



26 VII 2015r. - zmarł Ryszard Strzelec, fotografik, kolekcjoner starych zdjęć, plastyk, uhonorowany przez Urząd Miasta odznaką "Złote Grabie" za całokształt swej pracy dla miasta,

11 VII 2017r. - zmarł Edward Antończak, instruktor ZHP, członek SRH i Towarzystwa Miłośników Rydułtów,

7 VII 1944r. - zginął podczas walk pod Monte Casino dh Józef Burzywoda, instruktor ZHP, żołnierz Wojska Polskiego w stopniu podporucznik,

29 VII 2000r. - zmarła Maria Bielica, komendantka Hufca Drużyn Żeńskich przy KH Rydułtowy,

4 VII 1960r. - urodził się Piotr Bożek, instruktor ZHP, zmarł w wieku 46 lat,

10 VII 2008r. - zmarł Henryk Cieślik - "Handryś", instruktor ZHP przy szkole w Radoszowach,

9 VII 1908r. - urodził się Jan Kłama, drugi komendant Hufca ZHP w okresie międzywojennym,

9 VII 1922r. - urodził się Antoni Musioł, instruktor ZHP w latach 1937 - 39, zginął w obozie koncentracyjnym Dachau w 1941r.,

10 VII 1915r. - urodził się Jan Margiciok, instruktor ZHP w latach 1937 - 39, rozstrzelany po ścianą śmierci w Oświęcimiu w 1941r.,

30 VII 2009r. - zmarła Irena Machnik, instruktora ZHP, SRH Rydułtowy, nauczycielka,

4 VII 1915r. - urodził się Konrad Rezner, długoletni instruktor ZHP, komendant Środowiska Rydułtowy, wychowawca młodzieży,

lipiec 1997r. - wielka powódź w Rydułtowach, sklepy dolnej części ulicy Ofiar Terroru zostały zalane,

17 VII 2000r. - z inicjatywy TMR w mieście odbyła się debata na temat bezpieczeństwa mieszkańców,

27 VII 2003r. - odbyła się uroczystość pożegnania odchodzącego na emeryturę proboszcza parafii św. Jerzego ks. Bernarda Sodzowicznego,

15 VII 1410r. - miała miejsce bitwa pod Grunwaldem, 11 VII 1976r. - urodził się Michał Kuś, wikary parafii św. Jerzego,

11 VII 1943r. - Związek Walki Młodych przeprowadził zamach na Cafe Club w Warszawie.

zebrał: Stanisław Brzęczek

Dyrektorzy rydułtowskiego szpitala

1900 – 1934 dr Georg Nepilly (w 1921 r Szpital Powstańczy – Komendant szpitala-dr Paweł Neutlich

1934 - 1939 dr Wiktor Zając

1940 – 1945 dr Engelbert Henning

1945 - 1952 dr Wiktor Zając

1953 – 1957 Feliks Urbanowicz

1957 – 1958 Alojzy Maciejczyk

1958 – 1969 Józef Bulanda

1970 – 1975 p.o dr Bolesław Lepiarczyk

1975 – 1980 Zygfryd Mucha

1981 – 1988 dr Ernest Porwollik

1988 – 1991 dr Henryk Wojtaszek

1992 – 2002 dr Zbigniew Łyko

2002 – 2004 dr Roman Kubek

2004 – 2016 Bożena Capek

2016 – 2019 Dorota Kowalska

2019 – nadal Krzysztof Kowalik

*Dane na podstawie publikacji i oświadczeń pracowników
Opracował Stanisław Brzęczek i Henryk Machnik*



Kwasy omega. Kwasy o mega właściwościach

Wszeghobecne kwasy omega – gdzie się nie obejrzyć, jest ich mnóstwo – przeją się dumnie na aptecznych półkach, składają kuszące obietnice „reklamach i wyskakują w witrynach sklepów internetowych. Jakby tego było mało, mówią do nas niezrozumiałym językiem. Nazwy stosowane na opakowaniach niektórych preparatów bywają nieodgadnione dla przeciętnego pacjenta. W gąszczu fachowej terminologii naprawdę można się pogubić. W przypadku kwasów omega sytuacja wygląda tak, że teoretycznie każdy coś tam o nich wie, przynajmniej na co są i po co. Zagadką dla wielu pozostają jednak te wszystkie „magiczne” skróty na kartonikach i buteleczkach. Co one oznaczają? Jaka za nimi kryje się wiedza? Na które z nich zwracać uwagę? Wyjaśnijmy zatem, co jest istotne, a co można pominąć.

NNKT

Poznaj podstawy klasyfikacji kwasów tłuszczowych. NNKT czyli niezbędne nienasycone kwasy tłuszczowe (ang. essential fatty acids – EFA) to grupa kwasów, których organizm ludzki nie potrafi wytwarzać, a które są niezbędne do jego prawidłowego funkcjonowania, muszą więc być mu dostarczane z pożywieniem. Kiedy je odkryto, zostały nazwane witaminą F. Później związki te postanowiono sklasyfikować w oddzielnej grupie jako kwasy tłuszczowe. Określenie „nienasycone” odnosi się do ich budowy i oznacza, że zawierają one wiązania podwójne między atomami węgla w łańcuchu węglowodorowym reszty kwasowej. Najważniejszymi przedstawicielami NNKT są kwasy linolowy (LA) i alfa-linolenowy (ALA), które stanowią dla organizmu punkt wyjścia do syntezy innych kwasów, bardziej rozbudowanych związków o dłuższych łańcuchach i większej liczbie wiązań nienasyconych. Pierwszy z nich zaliczany jest do grupy kwasów omega-6, drugi – omega-3. Z ALA powstaje EPA, którego przemiana daje DHA. Z kolei LA zmienia się najpierw w GLA, a następnie drogą dalszych przemian w AA.

Omega-3

Omega-3 to wielonienasycone kwasy tłuszczowe, których ostatnie wiązanie podwójne w łańcuchu węglowodorowym znajduje się przy trzecim od końca atomie węgla. Do grupy tej należą:

- ALA – kwas alfa-linolenowy
- EPA – kwas eikozapentaenowy
- DHA – kwas dokozaheksaenowy

Omega-6

Wielonienasycone kwasy tłuszczowe omega-6 to kwasy, których ostatnie wiązanie podwójne w łańcuchu węglowodorowym znajduje się przy szóstym od końca atomie węgla. Do grupy tej należą:

- LA – kwas linolowy
- GLA – kwas gamma-linolenowy
- AA, ARA – kwas arachidonowy

Omega-9

Omega-9 to jednonienasycone kwasy tłuszczowe, których ostatnie wiązanie podwójne w łańcuchu węglowodorowym znajduje się przy dziewiątym od końca atomie węgla. Grupa ta obejmuje kwasy, które tylko warunkowo zalicza się do NNKT – organizm ludzki posiada enzymy służące do ich produkcji, ale osoby starsze i obciążone chorobami wątroby nie są w stanie wytworzyć tych związków w dostatecznych ilościach. Głównym przedstawicielem jest tu kwas oleinowy.

Najsłynniejsze trio: ALA, EPA i DHA

Zasadniczą aktywność biologiczną wykazują formy długłańcuchowe kwasów omega-3, czyli EPA i DHA. Kwasy te wchodzą w strukturę błon komórkowych, są niezbędne do prawidłowego funkcjonowania centralnego układu nerwowego i narządów wzroku, a produkty ich przemiany mają korzystny wpływ na regulację napięcia tętnic oraz

WSZYSTKO O ZDROWIU

pełnią ważną funkcję w przebiegu procesów zapalnych (końcowym produktem przemiany EPA są prostaglandyny serii 3, które wykazują działania przeciwzapalne), warunkując odpowiedź immunologiczną organizmu. Prawdopodobnie obniżają one również poziom trójglicerydów we krwi, czego jednak nie potwierdzają najnowsze badania. ALA jest prekursorem całej grupy omega-3, ale niestety jego interkonwersja do EPA i DHA bywa niewystarczająca, dlatego też niezwykle istotną kwestią pozostaje dostarczanie ich w diecie lub poprzez suplementację. Podobnym przemianom metabolicznym w organizmie ulegają kwasy omega-6. W pewnych szczególnych okolicznościach z LA jako forma długłańcuchowa powstaje AA. Kwas ten, choć niezbędny – stanowi ważny czynnik w przebiegu procesów zapalnych (tzw. kaskada kwasu arachidonowego), w nadmiarze jest niepożądany (tak samo jak stany zapalne). Jego działanie w organizmie równoważy EPA, stąd podkreśla się znaczenie proporcji między kwasami.

Kwasy omega - złota proporcja zdrowia

Kluczowa dla organizmu jest właściwa proporcja pomiędzy kwasami omega-3 a omega-6. Zaleca się, aby wynosiła ona odpowiednio 1:5. Niestety, w diecie zachodniej występuje znaczna przewaga kwasów z grupy omega-6, gdzie odchylenia od wskazanej proporcji są bardzo duże (nawet 1:30), dlatego duży nacisk kładzie się na dietę bogatą w ryby, algi, jaja i podroby (źródła EPA i DHA) oraz w siemię lniane, nasiona konopi, pestki dyni i ciemnozielone warzywa (źródła ALA) lub suplementację doustną. Badania przeprowadzone na populacji Japonii, gdzie spożywa się bardzo dużo ryb, potwierdzają dobroczynne działanie kwasów omega-3 zawartych w diecie, między innymi w zapobieganiu nowotworom prostaty. Co ciekawe, w badaniach tych suplementacja doustna nie dała tak dobrych wyników.

Ilość i jakość kwasów omega

Zalecana dawka dzienna kwasów omega-3 to 250 mg, jednak według Europejskiego Urzędu do spraw Bezpieczeństwa Żywności (EFSA – European Food Safety Authority) dopiero spożycie na poziomie 2–4 g dziennie daje pożądane efekty terapeutyczne, a dawka 5 g nie wykazuje wzrostu ryzyka działań niepożądanych. Zdawać by się mogło, że wzbogacenie diety o potrawy rybne dwa razy w tygodniu załatwi sprawę. Niestety, ryby dostępne obecnie w sklepach to często ryby hodowlane, nafaszerowane antybiotykami, lub pochodzące z akwenów o dużym zanieczyszczeniu metalami ciężkimi. Jak zatem uzupełniać NNKT, mając na uwadze zarówno ich proporcje, jak i ograniczenia w diecie? Analizując powyższe, należy stwierdzić, że najlepszym sposobem pozostaje jednak suplementacja.

Jakie kwasy omega wybrać?

Decydując się na suplement, wybieramy preparat dobry jakościowo, standaryzowany na zawartość kwasów (zapewnia to gwarantowaną przez producenta ilość). Zwracamy przy tym uwagę na skład i proporcję (im większa na korzyść kwasów omega-3, tym lepiej). Pamiętajmy też, że duża zawartość wolnych kwasów tłuszczowych w produkcie prowadzi do jęlczenia, czyli utleniania (dotyczy to całego oleju, w tym kwasów). W ten sposób cenne kwasy tłuszczowe tracą swoje właściwości biologiczne, a utleniony tłuszcz staje się szkodliwy, ponieważ może niszczyć wartościowe składniki pokarmowe zawarte w innych produktach żywnościowych. Zawartość wolnych kwasów tłuszczowych podaje się w procentach. Granica świeżości oleju to zawartość wolnych kwasów tłuszczowych od 0,5% do 1,5%. Olej rybi dla zachowania swojej aktywności musi być chroniony przed światłem i podwyższoną temperaturą.

„Twój Farmaceuta” nr 8, listopad/grudzień 2016

Prezentowanych informacji o charakterze medycznym nie należy traktować jako wytycznych postępowania medycznego w stosunku do każdego pacjenta. O postępowaniu medycznym, w tym o zakresie i częstotliwości badań diagnostycznych i/lub procedur terapeutycznych decyduje lekarz indywidualnie, zgodnie ze wskazaniami medycznymi, które ustala po zapoznaniu się ze stanem pacjenta. Lekarz podejmuje decyzję w porozumieniu z pacjentem. W przypadku chęci realizacji badań nieobjętych wskazaniami lekarskimi, pacjent ma możliwość ich odpłatnego wykonania.

https://www.medicover.pl/a-zdrowiu/kwasy-omega-kwasy-o-mega-wlasciwosciach,5004_n,2669

EXPRESOWO Z ŻYCIA MIASTA

Dyrektor odpowiada na artykuł „Szpital na peryferiach systemu”. W piątek 5 czerwca Krzysztof Kowalik, dyrektor Powiatowego Publicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej w Rydułtowach i Wodzisławiu przysłał do naszej redakcji odpowiedź na pytania, które zadaliśmy w artykule „Szpital na peryferiach systemu”. Artykuł został opublikowany na łamach „Nowin”. Opisywano w nim historię 67-letniego raciborzanina, który trafił na leczenie do szpitala w Rydułtowach. Zdaniem rodziny pacjent po 10 dniach został wypisany ze szpitala w gorszym stanie, niż wtedy kiedy został do niego przyjęty. Wypisany został 18 maja. Po kilku dniach media poinformowały, że na oddziale, na którym w Rydułtowach przebywał raciborzanin, pojawiło się ognisko koronawirusa. Zostało potwierdzone 20 maja. Mimo to nikt nie poinformował o tym wypisanego trzy dni wcześniej do domu pacjenta. Rodzina przewiozła mężczyznę do szpitala w Rybniku, gdzie wykonano mu test na koronawirusa. Test okazał się pozytywny, więc pacjent trafił do szpitala zakaźnego w Raciborzu. Rodzina pacjenta ma żal do rydułtowsko-wodzisławskiego szpitala o to, że przy wypisie nie poinformowano jej o możliwości zakażenia bliskiego koronawirusem. Przez to na zakażenie narażeni zostali bliscy pacjenta. Ponadto zastanawiające jest to, dlaczego wypisano ze szpitala pacjenta w złym stanie. Z pytaniami, dotyczącymi opisanego problemu, zwróciliśmy się do dyrekcji Powiatowego Publicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej w Rydułtowach i Wodzisławiu Śl.

Zapytaliśmy 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 zakaźnego 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?

Tydzień temu szpital nie zdążył udzielić na nasze pytania odpowiedzi. A co odpowiedział teraz? Że nie może udzielić informacji na temat leczenia pacjenta, bowiem są to dane wrażliwe i „podlegają szczególnej ochronie zgodnie z ustawą z 6 listopada 2008 r. o prawach pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta”. Szpital zaprzeczył, by rodzina pacjenta złożyła do szpitala skargę odpowiadającą opisowi zdarzeń przedstawionemu w artykule. W odpowiedzi zapewniono też, że „Dyrekcja odniesie się do treści

artykułu, po poczynieniu stosownych ustaleń i uzyskaniu wyjaśnień”. Dyrektor zaznacza też, że „sposób prowadzenia postępowania epidemiologicznego dotyczącego pacjentów wypisanych ze Szpitala przed stwierdzeniem ogniska zakażenia określany jest przez Sanepid”.

Rodzina pacjenta poinformowała nas, że 67-latek zmarł 3 czerwca w Szpitalu Zakaźnym w Raciborzu.

Uczcili pamięć więźniów nazistowskiego podobozu w Rydułtowach. 14 czerwca, w 80. rocznicę przybycia pierwszego masowego transportu więźniów do KL Auschwitz, obchodzony jest

w Polsce Narodowy Dzień Pamięci Ofiar Niemieckich Nazistowskich Obozów Koncentracyjnych i Obozów Zagłady, uchwalony przez Sejm Rzeczypospolitej Polskiej 8 czerwca 2006 r. Władze Rydułtów uczciły w piątek pamięć ofiar zbrodni niemieckich. Złożono kwiaty przy tablicy ku czci ofiar hitlerowskiego terroru. Na tym terenie w latach 1942-1945 znajdował się podobóz niemieckiego nazistowskiego obozu KL Auschwitz. Więźniowie pracowali tu ponad siły na kopalni „Rydułtowy” i mordowani byli pod ścianą śmierci.

Linię numer 14 zastąpi PKS.

Od 4 maja Przedsiębiorstwo Komunalne w Raciborzu zrezygnowano z kursu autobusów

na linii Racibórz – Rydułtowy (linia nr 14) skracając jej przebieg do granic administracyjnych Raciborza. – Wobec powyższego, aby zabezpieczyć mieszkańców powiatu raciborskiego w tym mieszkańców gminy Kornowac, Powiat Raciborski podjął decyzję o przejściu i uruchomieniu komunikacji PKS na w/w linii Racibórz – Rydułtowy przez Pogrzebień, Kornowac, Rzechów, Pszów – informuje Starostwo Powiatowe w Raciborzu. Jak podają urzędnicy, uruchomienie przewozów wymaga współpracy powiatów raciborskiego, wodzisławskiego oraz samorządów gminnych. Obecnie trwają ustalenia pomiędzy samorządami a planowany termin uruchomienia przewozów to 1 września 2020 r. – O szczegółach wypracowanego porozumienia poinformujemy w późniejszym czasie – informują służby prasowe starosty Grzegorza Swobody.

Nastolatki wdarli się do domu 68-latka, pobili go i okradli. Z początkiem czerwca mundurowi z rydułtowskiego komisariatu otrzymali zgłoszenie o rozboju przy ul. Strzelców Bytomskich. Zgłaszający powiadomił ich, że pod wieczór do jego mieszkania zaczęły się dobijać trzy osoby. Po otwarciu drzwi, mężczyźni wdarli się do środka i zaczęli bić lokatora, a następnie zabrali mu 200 zł i uciekli.

- Patrol na miejscu ustalił szczerbki rysopisy sprawców, a do poszkodowanego wezwał pogotowie. W szpitalu okazało się, że 68-latek doznał złamania twarzoczaszki, odmy płucnej i ogólnych potłuczeń - informuje Marta Pydych, rzecznik prasowa



Komendy Powiatowej Policji w Wodzisławiu Śl. dodając, że od tej pory policjanci nie mieli wątpliwości, że za pobiciem stoją brutalni oprawcy. Wraz z funkcjonariuszami z wodzisławskiej komendy skupili się na znalezieniu sprawców. - *Oględziny, przesłuchania świadków, penetracja terenu, zaangażowanie psa tropiącego, zabezpieczenie monitoringu - te wszystkie, często wielogodzinne czynności oraz skrupulatna praca operacyjna pozwoliły na szybkie ustalenie osób odpowiedzialnych za ten napad* - dodaje.

Mundurowi złapali trójkę 17-latków. Usłyszeli oni już zarzuty. Sąd rozpatrując sprawę, przychylił się do wniosku policji i prokuratury i aresztował młodocianych przestępców. Za rozbój, każdemu z nich grozi kara nawet 12-letniego pobytu w więzieniu.

Ognisty Ratownik, Gorąca Krew - akcja honorowego krwiodawstwa. Miejski klub HDK PCK w Rydułtowach oraz Ochotnicza Straż Pożarna w Rydułtowach zorganizowały akcję Honorowego Dawcy Krwii. Kiedy? 12 lipca od 9.00 do 14.00. Rejestracja dawców do 13.30. Gdzie? Rydułtowy Rynek (ambulans RCKiK Racibórz).

Najpierw uciekał przed policją, potem porzucił motocykl i... zapalił marihuanę. 18.06.2020 przed godziną 18.00 patrol ruchu drogowego wodzisławskiej policji zauważył na skrzyżowaniu ulic Bema i Traugutta w Rydułtowach motocyklistę, który poruszał się pojazdem marki Honda. Mundurowi, używając sygnałów świetlnych i dźwiękowych dali mu znak, aby się zatrzymał do kontroli.

- *Motocyklista początkowo zwolnił i zjechał do prawej krawędzi jezdni, a gdy policjanci się z nim równali i wymienili spojrzeniami, nagle gwałtownie ruszył i zaczął uciekać w kierunku ul. Raciborskiej* - relacjonuje Marta Pydych, rzecznik prasowa Komendy Powiatowej Policji w Wodzisławiu Śl. Mundurowi drogą radiową poinformowali oficera dyżurnego o zaistniałej sytuacji i rozpoczęli pościg. Jednak z uwagi na duży ruch oraz prędkość motocykla szybko stracili go z pola widzenia.

Policjantom udało się jednak ustalić właściciela hondy i pojechali pod wskazany adres. - *Zastali tam 28-latkę. Mężczyzna przyznał się, że jechał motocyklem, a uciekał, bo ma zatrzymane prawo jazdy za wcześniejszą ucieczkę przed policją. Dodatkowo nie ma uprawnień do kierowania jednośladem* - przekazuje Marta Pydych. Dodaje, że w trakcie czynności policjanci wyczuli od mężczyzny charakterystyczny zapach THC (główna substancja psychoaktywna konopi). Zatrzymany przyznał się, że porzucił motocykl po drodze i wrócił do domu pieszo, po drodze paląc marihuanę. Mundurowi z kierującym udano się do szpitala celem pobrania krwi do badań. - Lista zarzutów dla pirata drogowego może okazać się dłuższa, gdy okaże się, że jechał pod wpływem środków odurzających. Mężczyźnie może grozić nawet do pięciu lat więzienia - zauważa rzecznik prasowa Komendy Powiatowej Policji w Wodzisławiu Śl.

Rydułtowy bez półkolonii dla dzieci, ale jest coś w zamian. W czasie pandemii koronawirusa, w trosce o bezpieczeństwo dzieci i rodziców, w czasie wakacji letnich nie będą organizowane półkolonie. Miasto wychodzi jednak z inną propozycją. W okresie 29. 06. 2020 r. – 28. 08. 2020 r. dzieciom oferowane będą zajęcia rekreacyj-

no - sportowe na świeżym powietrzu. W poniedziałki, środy i piątki zajęcia odbywać się będą na kompleksie boisk „Orlik 2012” przy ul. Kochanowskiego 23, a we wtorki i czwartki na kompleksie przy ul. Mickiewicza 33. Poza tym, zajęcia rozwijające dziecięce zainteresowania i pasje udostępnione będą dla wszystkich zainteresowanych. Zajęcia te głównie odbywać się będą na świeżym powietrzu. Szczegółowe informacje na plakatach, na stronie internetowej Ogniska Pracy Pozaszkolnej <http://opprydułtowy.eu/Site/> i indywidualnie pod nr tel. 502 210 072.

Zespół Szkół Ponadpodstawowych w Rydułtowach przyciąga wzrok. W Zespole Szkół Ponadpodstawowych w Rydułtowach trwa gruntowny remont. Prace mają być ukończone w październiku, lecz już teraz front szkoły robi wizualnie wielkie wrażenie. Na termomodernizację szkoły składa się szereg prac remontowych, m.in. ocieplenie dachu, ścian zewnętrznych i fundamentowych oraz częściowa wymiana drzwi i okien. Budynek został wyposażony również w kompaktowy węzeł ciepły i nową instalację centralnego ogrzewania. Wykonawca prac zajął się też montażem instalacji wodno-kanalizacyjnej i wykonaniem zasilania elektrycznego w pomieszczeniach przy sali gimnastycznej. Wartość robót budowlanych w ramach zadania wynosi 2.331.953,84 zł.



WRydułtowach na ul. Strzody doszło do wypadku drogowego z udziałem samochodu osobowego. Auto uderzyło w betonowy słup, który przewrócił się na jezdnię. Do zdarzenia doszło ok. godz. 10.00 w niedzielę 21 czerwca. W wyniku wypadku obrażenia odniósł kierowca samochodu. Został zabrany do szpitala. Na miejscu działała załoga pogotowia ratunkowego, strażacy z Głożyn i Rydułtów oraz policjanci. Droga była czasowo nieprzejezdna. Siła uderzenia samochodu była tak silna, że betonowy słup złamał się i przewrócił na jezdnię. W wyniku wypadku obrażenia odniosła 35-letnia kierująca samochodem osobowym. Została zabrana do szpitala. Droga była nieprzejezdna przez kilka godzin do momentu usunięcia przez pogotowie energetyczne awarii i przewróconego słupa.



Nacyna zalała ulicę gen. S. Maczka. Straż interweniowała kilka razy. Problemy pojawiły się w sobotę około południa. Ulica gen. S. Maczka w Rydułtowach została zalana przez Nacynę. Interweniowały dwie jednostki OSP i ZGK. Ułożono worki z piaskiem i wypompowano wodę. O 16.00 droga była przejezdna... aż do 18.00, kiedy woda znów ją zalała. - W wieczornej akcji wsparli nas dodatkowo Państwowa Straż Pożarna oraz przedstawiciele kopalni. Kopalnia od dłuższego czasu przygotowuje dokumentację na pogłębienie koryta rzeki oraz przebudowę przepustu, bo dopiero docelowa inwestycja przeprowadzona przez kopalnię pozwoli na bezpieczne poruszanie się w tym



rejonie (podobnie było kilkanaście lat wcześniej na ul. Radoszowskiej). Natomiast zanim to nastąpi w przyszłym tygodniu kopalnia po uzgodnieniu z miastem podniesie zalewany odcinek drogi i przepustu. Do tego czasu zalana droga będzie zamknięta i możliwy będzie objazd przez ulicę Bukową. Wbrew różnym opiniom informujemy, że Nacyna nie jest własnością miasta, tylko Wód Polskich i od dłuższego czasu interweniuje także w PGG o pilne rozwiązanie problemu związane z eksploatacją górnictw i osiadaniem terenu - czego efektem są już dwuletnie prace projektowe kopalni oraz regularne odmulanie i pogłębianie koryta rzeki - czytamy w oświadczeniu zamieszczonym na oficjalnej stronie miasta Rydułtowy.

Mieszkaniec Rydułtów słoneczne Karaiby zamienił na więzienną celę. Specjalizujący się w poszukiwaniach osób ściganych i zaginionych policjanci z wodzisławskiej komendy od ponad roku prowadzili intensywne działania pod kątem zatrzymania 36-letniego mieszkańca Rydułtów. Mężczyzna ukrywał się przed organami ścigania. Był poszukiwany listem gończym, ponieważ miał do odbycia karę 8 miesięcy pozbawienia wolności za oszustwa związane z prowadzeniem działalności w branży budowlanej. Mundurowi ustalili, że poszukiwany mężczyzna w połowie czerwca wrócił do kraju. - *Od września ubiegłego roku beztrojsko pływał sobie wraz z żoną swoim jachtem po Morzu Karaibskim, co było ich wspólnym hobby. Każdy sezon spędzali w rejonie Wyspy Karaibskie* - przekazuje Marta Pydych, rzecznik prasowa Komendy Powiatowej Policji w Wodzisławiu Śl. Po powrocie do Polski poszukiwany nie wrócił do Rydułtów, ale wynajął mieszkanie w Gliwicach. Dwa dni od jego powrotu, policjanci namierzili go w nowym lokum, gdzie został zatrzymany. Próbował uciekać, lecz wodzisławscy operacyjni byli szybsi. 36-latek trafił do celi, gdzie odsiedzi zasądzoną mu karę więzienia.

Na terenie powiatu wodzisławskiego działają 2 mobilne punkty pobrań wymazów. Powiatowy Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Rydułtówach i w Wodzisławiu Śl. informuje, że od 18 czerwca 2020 r. na terenie powiatu działają 2 mobilne punkty pobrań wymazów na obecność koronawirusa, tak zwane drive-thru: w Wodzisławiu Śl. i w Rydułtówach (oba przy szpitalach). Punkty funkcjonują przy:

- Szpitalu w Wodzisławiu Śląskim ul. 26 Marca 51, codziennie od 10.00-12.00 (UWAGA! od 26.06.2020 będzie działał codziennie w godz. od 08.00-10.00)
- Szpitalu w Rydułtówach ul. Plebiscytowa 47, codziennie od 08.00-10.00

Wymagana wcześniejsza rejestracja telefoniczna pod numerem telefonu: 511 095 235

Kto może skorzystać z badania?

- osoby przebywające na kwarantannie - badanie można wykonać w 10 lub 11 dniu kwarantanny po uprzednim otrzymaniu wiadomości sms, informującej o możliwości wykonania bezpłatnego testu na obecność koronawirusa

- osoby udające się do sanatorium - wymaz można wykonać nie wcześniej niż 6 dni przed terminem rozpoczęcia leczenia uzdrowiskowego. Warunkiem pobrania wymazu jest wystawienie zlecenia przez sanatorium w systemie elektronicznym (platforma EWP)

- osoby kierowane przez KRUS na turnusy rehabilitacyjne w zakładach rehabilitacji leczniczej - wymaz można wykonać

nie wcześniej niż 6 dni przed rozpoczęciem turnusu - cudzoziemcy zatrudnieni przy pracach sezonowych w rolnictwie - wymaz można wykonać najwcześniej w 7 dniu kwarantanny. UWAGA! pracownik sezonowy musi być ubezpieczony w KRUS (w przeciwnym wypadku koszt badania ponosi zatrudniający go rolnik/plantator). Zatrudniający pracownika sezonowego rolnik musi dostarczyć drogą mailową skan zgłoszenia do ubezpieczenia pracownika sezonowego w KRUS na adres e-mail: m.dadak@zoz.wodzislaw.pl

Dzięki docieklivości dzielnicowego znaleziono wandalę. Wczoraj (23.06) mundurowi z Komisariatu Policji w Rydułtówach otrzymali zgłoszenie o wybijaniu szyby wystawowej przy ul. Ofiar Terroru. W pierwszej kolejności policjanci pojechali zabezpieczyć monitoring, na miejsce wysłano także grupę dochodzeniowo-śledczą, która dokonała oględzin miejsca zdarzenia.

- *Niejednokrotnie najważniejszy przy ustalaniu szczegółów zdarzenia jest obchód posesyjny* - wyjaśnia Marta Pydych, rzecznik prasowa Komendy Powiatowej Policji w Wodzisławiu Śl. Dodając, że takie działania wykonują dzielnicowi, bo to oni mają największą wiedzę na temat charakteru przydzielonego im rejonu służbowego. - *Dzielnicowy zaczął od przeprowadzania rozmów z mieszkańcami i pracownikami handlowymi na ulicy, do której doszło do przestępstwa. Jego docieklivość pomogła w ustaleniu okoliczności zdarzenia* - mówi Marta Pydych. Policjant dowiedział się, że w nocy widziano mężczyznę, który chodził po chodniku z tłuczkiem do mięsa. Z kolei inni mieszkańcy zwrócili uwagę na dwóch mężczyzn, którzy głośno zachowywali się na ławce i jeden z nich trzymał w ręku jakiś przedmiot. - *Zdobyte podczas obchodu informacje pozwoliły dzielnicowemu na szybkie ustalenie sprawcy. W efekcie jego docieklivej i skutecznej pracy 20-latek odpowiedzialny za zniszczenie mienia został zatrzymany jeszcze tego samego dnia* - informuje rzecznik prasowa Komendy Powiatowej Policji w Wodzisławiu Śl. Mężczyzna przyznał się do zarzutu. Nie tylko odpowie za akt wandalizmu, za który grozi mu do 5 lat więzienia, ale też będzie musiał pokryć koszty naprawy.

Rydułtowy zapraszają na Dni Otwarte z pomocą w pisaniu wniosków do BO. Zainteresowani mogą się zgłaszać do poszczególnych wydziałów Urzędu Miasta, po uprzednim telefonicznym umówieniu się i zasygnalizowaniu problemu, związanego ze zgłoszeniem projektu. Będzie można wówczas otrzymać pomoc i odpowiedzi na nurtujące pytania pojawiające się przy tworzeniu projektów oraz rozwikłać wszelkie wątpliwości.

Niezbędne informacje dotyczące przygotowania projektu można również na bieżąco uzyskać telefonicznie w wydziałach merytorycznych Urzędu w godzinach pracy.

Ostateczny termin składania wniosków upływa z dniem 7 sierpnia 2020 r. dla wniosków w wersji papierowej oraz 9 sierpnia 2020 r. dla wniosków składanych elektronicznie.

Tarcza inwestycyjna dla samorządów. Powiat wodzisławski otrzymał prawie 25 mln zł. Niespełna 25 mln zł trafiło do samorządów powiatu wodzisławskiego w ramach Funduszu Inwestycji Samorządowych. Środki mają zrekompensować ubytki wpływów do budżetów w wyniku epidemii koronawirusa. Najwięcej pieniędzy, bo aż 7,3 mln zł otrzymał powiat wodzisławski.

Kopalnie miały stać. Ale górnicy twierdzą, że normalnie fedrują. Choć zapowiadane było postojowe w kopalniach, zakłady nadal pracują. Za ten czas górnicy otrzymają wynagrodzenie jak za urlop. Mimo zapowiedzi ministra Jacka Sasina, który 8 czerwca informował o wstrzymaniu wydobywania w 12 zakładach górniczych na Śląsku, wskazane kopalnie stale pracują, co podnoszą w wiadomościach do naszej redakcji Czytelnicy. Jak obecnie wygląda sytuacja z rzekomym postojowym w zakładach?



Mimo zapowiedzi ministerstwa dotyczących postojowego, w Polskiej Grupie Górniczej używa się innego terminu. – W trosce o bezpieczeństwo zdrowotne górników, ich rodzin oraz mieszkańców regionu, zgodnie z zaleceniami Ministerstwa Aktywów Państwowych i w oparciu o rekomendacje wojewody śląskiego oraz państwowych służb sanitarnych województwa śląskiego, w Polskiej Grupie Górniczej S.A. uzgodniono zmianę harmonogramu produkcji w dziesięciu zakładach górniczych PGG S.A. Czasowym wstrzymaniem na okres trzech tygodni normalnego cyklu technologicznego przy wydobywaniu węgla kamiennego objęte zostaną kopalnie i ruchy wydobywcze: Bolesław Śmiały w Łaziskach Górnych, Piast w Bieruniu, Ziemowit w Łędzinach, Halemba i Pokój w Rudzie Śląskiej, Chwałowice w Rybniku, Marcel w Radlinie, Rydułtowy w Rydułtowach, Mysłowice-Wesoła w Mysłowicach oraz Wujek w Katowicach – czytamy w komunikacie PGG S.A.

Podniesienie przejazdu nic nie dało. W nocy (27.06) woda zalała całe skrzyżowanie. W Rydułtowach woda wystąpiła z koryta rzeki Nacyny na odcinku ok. 200 m, na wysokości skrzyżowania ul. gen. S. Maczka i ul. Jacka. Ul. Radoszowska została zamknięta. Służby zarządzania kryzysowego są na miejscu. Do wypompowywania wody służby ratownicze mogą przystąpić dopiero aż obniży się poziom wody w rzece



WRydułtowach 47 proc. głosów dla Andrzeja Dudy. Znamy już wyniki wyborów prezydenckich w Rydułtowach. Zgodnie z tendencją ogólnopolską zwyciężył tam Andrzej Duda, uzyskując 47 proc. głosów, a drugi Rafał Trzaskowski otrzymał 27 proc. głosów.

Koronawirus w parafii w Radoszowach - kościół zdezynfekowany. W ogłoszeniach parafialnych z minionej niedzieli 28 czerwca duchowni parafii p.w. Św. Jacka w Radoszowach poinformowali o pojawieniu się przypadku koronawirusa u jednej z osób posługujących w kościele. Niestety staliśmy się również ofiarą koronawirusa z powodu zakażenia jednego z posługujących w kościele, który w tej chwili jest na kwarantannie. Z tego też powodu dla bezpieczeństwa aby nikogo nie narażać, w tym tygodniu msze



św. będą sprawowane przez księży gości - informują w parafii pw. Św. Jacka w Radoszowach.

- Kościół jest otwarty i bezpieczny, bo został zdezynfekowany przez specjalistyczną firmę w piątek 26 czerwca. Kancelaria parafialna będzie nieczynna do odwołania. Przepraszamy za niedogodności związane z tą sytuacją - czytamy w ogłoszeniach parafialnych.

Warto dodać, że o możliwości zakażenia koronawirusem informowano również w parafii na Orłowcu. Jak poinformował nas jednak proboszcz parafii p.w. MB Uzdrawienia Chorych przeprowadzono testy, które dały wynik negatywny, więc nie ma niebezpieczeństwa dla wiernych.

Kupili 29 komputerów dla uczniów w Rydułtowach. Od 1 kwietnia 2020 r. samorządy mogły wnioskować o pieniądze na zakup sprzętu dla uczniów i nauczycieli do zdalnej nauki. Do rozdysponowania była kwota 180 mln zł. To efekt współpracy ministrów edukacji i cyfryzacji oraz starań resortu cyfryzacji, dzięki którym Komisja Europejska zgodziła się, aby zaoszczędzone środki w ramach Programu Operacyjnego Polska Cyfrowa przekazać na zakup sprzętu dla szkół. Blisko 2800 gmin i powiatów zostało usystematyzowanych wg ilości uczniów w szkołach, dla których jest organem prowadzącym oraz zakwalifikowanych do dofinansowania w sześciu kategoriach.

29 uczniów/uczennic ze szkół w Rydułtowach otrzyma laptopy do pracy zdalnej na okres panującego stanu epidemii związanej z wirusem COVID-19. Prawdopodobnie laptopy zostaną przekazane po wakacjach.

Izba Pamięci Szpitala w Rydułtowach zmieniła swoją lokalizację i gospodarza. Od teraz Izba Pamięci Szpitala w Rydułtowach mieści się w budynku portierni szpitala przy ul. Plebiscytowej 47, a zawiaduje nią Towarzystwo Miłośników Rydułtów. Prezes TMR, Henryk Machnik nie ukrywał zadowolenia z przejęcia Izby, która docelowo ma się stać miejscem popularyzacji historii miasta, nie tylko tej związanej ze szpitalem. Zapowiedział też, że już niedługo w budynku zostanie przeprowadzony częściowy remont, który pozwoli na lepsze wyeksponowanie wystawy.



Drodzy Mieszkańcy, decyzją Śląskiego Urzędu Wojewódzkiego w Katowicach, od 15tego czerwca, nastąpiło wznowienie bezpośredniej obsługi klientów w Terenowym Punkcie Paszportowym w Wodzisławiu Śląskim, zlokalizowanym w siedzibie Starostwa Powiatowego przy ul. Pszowskiej 92a.



Na podstawie wiadomości z innych mediów zebrała J. Oleś

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

Witam serdecznie, w lipcowym numerze KLUKI różne wiersze Wioletty Budyn i Teresy Jagiello.

Pocztówka z Turcji

Promenado nad morzem Egejskim w Marmaris.
Dziękuję ci za widok palm zielonych, wysokich jak hote-
le,
przy których moje
oczy i uszy raczyły się animacjami.
Dziękuję Ci za deptak cały w kaflach kolorowych,
za port ze statkami i jachtami jak z bajki.
Promenado wzorzysta zapamiętam
Ciebie zaludnioną setkami turystów
wśród których byłam.
Mieliśmy więcej szczęścia
niż nasi bracia w Nicei.

Wioletta Budyn

Szept gwiazd

Gwiazdy już szepczą że jest noc
księżyc zaprasza tak nieśmiało
a ja wtulony w twoje sny
czuję że miałem cię za mało

Łza na policzku skradła sen
wznoś się jeszcze nad myślami
coś się spełniło czegoś brak
ta jedna chwila może ranić

Nie mów kochana nie mów nic
słońce przytuli się do skroni
uśmiech powita nowy dzień
i twoja miłość nas ochroni



30.04. 2020 Teresa Jagiello

To wiatr

To wiatr zakołysał nadzieją
wyszeptał pytania nieśmiało
pogłaskał jak niebo o wschodzie
tęsknotą i znów zabołało.

To wiatr rzeźbił nasze imiona
i kręgi zataczał na wodzie
otulił jak skrzydłem motyle



Pozdrawiam najcieplej Ewa Wierzbinska- Kłoska

i był czemu zniknął o wschodzie.

To wiatr się zaplatał we włosach
od pierwszej miłości ciepłutki
zachłysnął porywem na chwilę
I ukrył Cię – czemu Cię ukrył.

Teresa Jagiello

Deszcz jak łzy

Deszcz płacze kapią
łzy w kałuże
otumanieni w
samotności
chwytny każdą
brudną kroplę
by życie przeżyć
łatwiej prościej

Zapominamy co się
śniło
że czas poplątał
dziwnie słowa
zachowujemy jakieś
skrawki
potem szukamy
dróg od nowa

Błądę po
zakamarkach nocy
układam nowe wersy
w ciszy
i nawet nie wiem
kim już jestem
i czy błaganie
ktoś usłyszy



Teresa Jagiello 6.05.2020

**Ogłoszenie o przyjmowaniu zgłoszeń kandydatów do tytułu
„Rydułtowika Roku 2019”**

Burmistrz Miasta Rydułtowy zachęca wszystkich do zgłaszania kandydatów do tytułu
„Rydułtowika Roku 2019”

Zgłoszenia kandydata do tytułu „Rydułtowika Roku” mogą dokonać:

- organizacja pozarządowa,
- Rada Miasta Rydułtowy,
- mieszkańcy Miasta Rydułtowy.

Termin przyjmowania zgłoszeń: od dnia 1 czerwca 2020 r. do dnia 15 lipca 2020 r.

Miejsce przyjmowania zgłoszeń:

Urząd Miasta Rydułtowy (kancelaria), ul. Ofiar Terroru 36, 44-280 Rydułtowy
Towarzystwo Miłośników Rydułtów, ul. Plebiscytowa 47, 44-280 Rydułtowy

Laureatem tytułu „Rydułtowik Roku” może zostać osoba, spełniająca następujące kryteria:

- zamieszkuje na terenie Miasta Rydułtowy,
- jest silnie związana ze środowiskiem lokalnym,
- aktywnie działa na rzecz Miasta i jego mieszkańców,
- w roku poprzedzającym przeprowadzenie konkursu szczególnie zasłużyła się dla Miasta Rydułtowy.

Tytuł „Rydułtowika Roku” może zostać przyznany również wolontariuszowi – osobie fizycznej, która ochotniczo i bez wynagrodzenia wykonuje świadczenia na zasadach określonych w ustawie o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie.

Zgłoszenie kandydata do tytułu „Rydułtowika Roku” powinno zawierać:

- imię i nazwisko kandydata,
- adres zamieszkania kandydata,
- dane kontaktowe kandydata,
- uzasadnienie zawierające szczegółowy opis działalności podejmowanej przez kandydata na rzecz Miasta Rydułtowy i jego mieszkańców w roku, za który przyznawany jest tytuł,
- zdjęcie kandydata wraz z notką biograficzną,
- zgodę kandydata na udział w konkursie,
- zgodę kandydata na zbieranie i przetwarzanie danych osobowych oraz wizerunku w materiałach związanych z przeprowadzeniem procedury konkursowej oraz wręczeniem wyróżnienia,
- dane zgłaszającego,
- podpis osób reprezentujących zgłaszającego.

Szczegółowe informacje – zarządzenie nr 113.BOK.P.2020 Burmistrza Miasta Rydułtowy z dnia 19 maja 2020 r. w sprawie wprowadzenia Regulaminu wyboru „Rydułtowika Roku”


z up. Burmistrza
mgr Mariola Polłoga
Zastępcza Burmistrza



Albin



Bobik



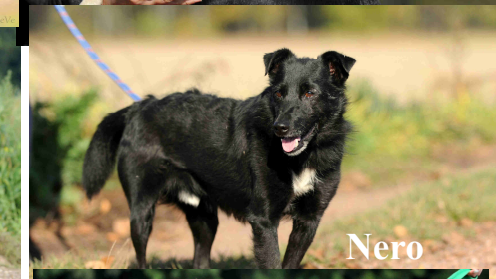
Ewald



Flora



Fryd



Nero



Pelia



Reksiu



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
- Kwiaciarnia „Margaretka” ul. Spokojna

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



Wakacje w Ośrodku Wspierania Rodziny

Sytuacja epidemiologiczna w kraju zmusiła nas do zamknięcia wszystkich placówek Ośrodka Wspierania Rodziny w Nowej Wsi. Uczestnicy zajęć w poszczególnych oddziałach nie zostali jednak całkowicie pozbawieni wsparcia oraz możliwości rozwijania swoich zdolności. Wyszliśmy z inicjatywą regularnego przygotowywania i rozpowszechniania pakietów zadań.

Co tydzień nasi podopieczni – dzieci, osoby niepełnosprawne oraz seniorzy – otrzymują nowe kreatywne zestawy. Staramy się, żeby zawierały one zróżnicowane ćwiczenia kształtujące poszczególne umiejętności, a przy tym dostosowane do wieku oraz zdolności uczestników.

Dzieci uczęszczające do świetlic środowiskowych rozpoczęły swoją przygodę z zajęciami zdalnymi od dwutygodniowych podchodów. W trakcie gry terenowej czekały na nie różne zadania m.in. łamigłówki, kodowanie, realizacja prac plastycznych. Od 3 lipca młodzież otrzymuje również kreatywne pakiety. Dzieci miały już możliwość wykonania wakacyjnych lampionów. Kolejny przeznaczony dla nich pakiet zawiera elementy potrzebne do stworzenia łapacza snów.

Podopieczni Świetlicy Wielopokoleniowej otrzymują zindywidualizowane pakiety, dostosowane do stopnia niepełnosprawności. Zawierają one łamigłówki, rebusy, kolorowanki rozwijające umysł. Co więcej, przygotowujemy dla nich elementy niezbędne do wykonania prac artystycznych o różnej tematyce. Pojawiły się również zadania związane z ogrodnictwem, z zajęciami kulinarnymi.

Pakiety dla uczestników Dziennego Domu „Senior+” zawierają bezpieczne ćwiczenia przeznaczone do wykonania w domu, które mają na celu podtrzymanie ich aktywności fizycznej. Poza tym, dbamy także o ich pamięć i kreatywność. Seniorzy również mają możliwość wykonania różnych prac rękodzielniczych. W zestawach pojawiły się m.in. elementy potrzebne do wykonania anioła techniką decoupage’u, czy ozdoby do dekoracji doniczki. Biorąc pod uwagę fakt, że stacjonarne zajęcia kulinarne cieszyły się dużą popularnością, do pakietów dołączamy także przepisy na domowe wypieki.

Zajęcia pakietowe spotykają się z dużym zainteresowaniem podopiecznych oddziałów Ośrodka Wspierania Rodziny. Uczestnicy zajęć czekają na kolejne zestawy zadań i sumiennie je wykonują. Mimo, że kontakt z podopiecznymi jest ograniczony, cieszymy się, że przez przekazywanie pakietów, możemy pozostać z nimi w kontakcie.

OWR
Urząd Gminy Lyski







Moje rozważania.

Jesteśmy po pierwszej turze wyborów i w momencie pisania moich rozważań, przed drugą turą. Kto wygra trudno powiedzieć ale w naszym mieście niewątpliwie Duda, bo tak wskazuje pierwsza tura. Niewątpliwie zaczynamy być postrzegani jako bardzo zachowawcze społeczeństwo. W stosunku do innych miast mniejsza frekwencja, najmniejszą grupą, która uczestniczyła w wyborach to ludzie w wieku produkcyjnym (od 30 lat do 50 lat). Najliczniejszą grupą byli emeryci tzw 65+ „zauroczeni” otrzymaną trzynastką! Czy ta grupa do której i ja należę przestała myśleć o przyszłości dla wnuków i jest tylko pazerna na wzrost emerytur, dodatków i nie interesują nas inwestycje, nakłady na oświatę, służbę zdrowia, ekologię, innowacje, kulturę? Niestety widać, że w zdecydowanej większości nie interesują a wspierają osobę zafascynowaną Ameryką, stąd oferta utrzymania amerykańskiej armii w Polsce za darmo, zakupu najdroższych na świecie amerykańskich samolotów a jednocześnie kpienie z UE mimo tego, że właśnie dzięki tym środkom nasz kraj się rozwija. Ja głosuję na Rafała, czyli na tą część naszego społeczeństwa, która widzi rozwój naszego kraju przez ścisłą współpracę w ramach UE. W przeciwieństwie do megalomanii naszych centralnych Władz nasze Władze samorządowe myślą racjonalnie i na miarę posiadanych środków i swojego potencjału inwestują w rozmaite dziedziny, co widać naocznie w naszych gminach i miastach. W naszych Rydułtowach jest to też bardzo widoczne. Proszę przypomnieć sobie jakie nastąpiły zmiany: na rzecz rekreacji i sportu remont hali Naprzodu, kolejne boiska, Fikołkownia, Rosa, teraz Machnikowiec, wyspy z urządzeniami wysiłkowymi, budowa i remonty dróg: co szczególnie widoczne: ul Radoszowska z przyległymi drogami, ul ładna w obrębie Machnikowca, budowa kanalizacji, inwestycje w szkołach, RCK Feniks, kompleks kulturalny (była SP4), uruchomienie PSZOK itd. Oczywiście chciałoby się więcej, ale konieczna jest pomoc finansowa Władz wojewódzkich i centralnych by samorząd dysponował większym wkładem finansowym na planowane zadania, bo teraz kasa miasta jest nader skromna, gdyż wszelki wysiłek finansowy szedł na służbę zdrowia, z uwagi na panującą epidemię. Niektóre

zapowiadane inwestycje nie są kontynuowane między innymi ważne dla naszego miasta inwestycje drogowe tzw. droga południowa i północna, niepokoi niepewna polityczna gra toczona względem górnictwa (powtarzane zapowiedzi o likwidacji naszej kopalni w 2021 roku) a także „gierki” wokół naszego szpitala. W tym temacie mogę powiedzieć, że głoszone wypowiedzi iż nie ma rydułtowskiego szpitala są przesadzone, realizowana jest przemyślana strategia Dyrekcji Szpitala i Zarządu Powiatu o dostosowaniu obiektów do szerokiej pomocy medycznej dla seniorów i dobrej opieki szpitalnej dla dzieci. Wykorzystane też będą dotąd nie użytkowane obiekty. Przykładem jest dawny budynek administracyjny, gdzie znalazło siedzibę nasze Towarzystwo Miłośników Rydułtów i gdzie w kolejnych pomieszczeniach urządziliśmy „Szpitalną Izbę Tradycji”. Rozpoczął się remont kompleksu budynków (oddział dziecięcy, laboratorium) a wkrótce zacznie się remont wymienionego dawnego budynku administracyjnego a potem dawnego budynku Wewnętrzny I. Na to wszystko trzeba ogromnych środków i bez wsparcia środków UE ta wizja się może bardzo oddalić. Już jutro tj w czwartek będziemy gościć Władze Powiatu i Dyrekcję Szpitala, którzy zapoznają się ze skalą naszego zagospodarowania w nowej siedzibie i przygotowaniem do ekspozycji publicznej eksponatów „Szpitalnej Izby Tradycji”. O tym wydarzeniu będzie odrębna relacja w tym wydaniu Kluki i na stronie internetowej TMR. Ostatnie burze ujawniły, że w mieście w przypadku zagrożeń, kłopotów nie brakuje a więc zalania, zerwane dachy, uszkodzenia, kłopoty z dojazdami, mimo to nie potrafię zrozumieć, że po raz kolejny mimo kilkakrotnych interwencji nie są terminowo wywożone odpady BIO. Wiele osób zauważa, że w Rydułtowach potrzebny byłby na miarę PSZOKu urządzony miejski kompostownik (ten pomysł wartością chyba przekracza obywatelski wniosek) a też warto byłoby urządzić za budynkami szpitalnymi ogólnie dostępny park z urządzeniami do rehabilitacji. W tym wszystkim miło nam poinformować, że wśród dni z burzami trafiliśmy na świetną pogodę, dzięki czemu udało się nam 25 czerwca zorganizować na rydułtowskim rynku w ogródku piwnym Pijalni Okocim, zorganizować publiczną imprezę pod nazwą „Śpiewaj z nami Miłośnikami przy kuflu piwa”. W koncercie i wspólnym śpiewaniu uczestniczyły zaproszone zespoły: Rzuchowianki, Dzimierzanki i nasza Klika Machnika. Koncert zaszczycili swoją obecnością Burmistrz Marcin Połomski, Zca Mariola Boliśga, Radni, Redaktorzy naszej gazety, oraz żywo reagujący nasi Mieszkańcy. To był koncert, który ma zachęcić organizatorów imprez kulturalnych do bardziej odważnych działań na rzecz naszych Mieszkańców. Koncert udało się przeprowadzić dzięki pomocy finansowej kierownictwa Pijalni, oraz Ciepłowni Rydułtowy. Kończąc proszę naszych Członków TMR o opłacenie składek na II półrocze by móc realizować kolejne zadania programowe. Póki co 9 lipca organizujemy śpiewy, zabawy, gry dla osób niepełnosprawnych w Pszowie, podobnie jak to było na początku marca w Rydułtowach.

H. 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.

Zmieniamy 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)**

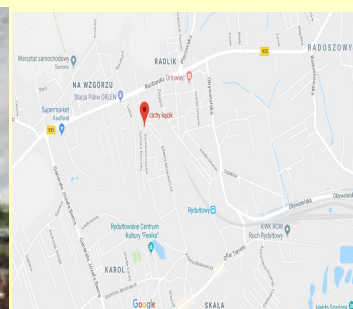
Alergologiczna dla dzieci, Medycyny pracy



**„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.