

OPŁATY EKSPLOATACYJNE
W NASZEJ SPÓŁDZIELNI

STR. 2

AKTYWNY SENIOR 55+
I JEGO ŚRODOWISKO LOKALNE

STR. 5

NA KARUZELI ATRAKCJI,
KTÓRA NIE PRZESTAJE SIĘ KRĘCIĆ

STR. 8

WALNE SM „SILESIA” 2024

Stabilna kondycja finansowa



Członkowie spółdzielni, obecni na walnym zgromadzeniu, zagłosowali jednogłośnie za przyjęciem sprawozdania zarządu z działalności, za sprawozdaniem lustratora, za sprawozdaniem finansowym, za sprawozdaniem rady nadzorczej oraz za udzieleniem absolutorium zarządowi.

Walne zgromadzenie członków Spółdzielni Mieszkaniowej „Silesia” odbyło się 24 maja br. w auli Akademii Górnośląskiej w Katowicach-Piotrowicach. Podczas zebrania przedstawiono m.in. działalność zarządu i Rady Nadzorczej Spółdzielni w 2023 roku. Przedstawiciele niezależnych, zewnętrznych instytucji ocenili, że SM „Silesia” ma dobrą kondycję finansową, a jej Zarząd działał w zgodzie z interesem ogółu członków spółdzielni. Walne zgromadzenie zatwierdziło sprawozdanie zarządu z działalności spółdzielni oraz sprawozdanie finansowe spółdzielni za 2023 rok i udzieliło absolutorium.

W walnym zgromadzeniu wzięło udział 35 członków spółdzielni. Zebranie otworzył Mirosław Kutek, przewodniczący rady nadzorczej SM „Silesia”. Następnie wybrano prezydium walnego zgromadzenia (przewodniczący – M. Kutek, sekretarz – Joanna Bardzińska, asesor – Janusz Kozok) oraz komisję skrutacyjno-wyborczą (Joanna Mateusiak, Stanisław Kulawiak, Agnieszka Gardawska) i komisję wnioskową (Jolanta Dela, Krzysztof Korczak, Krystyna Ziętak).

Prezes Marek Bujoczek przedstawił sprawozdanie zarządu z działalności spółdzielni w 2023 roku. – Mamy 5615 członków. Administrujemy 5270 lokalami mieszkalnymi. W ubiegłym roku odnotowaliśmy 133 transakcje

kupna-sprzedaży (ewentualnie darowizny) mieszkań.

Prezes poinformował, że w 2023 roku spółdzielnia skierowała 66 spraw do rozstrzygnięcia w postępowaniu sądowym. 50 dotyczyło zaległości w czynszu za lokale mieszkalne i użytkowe. 14 spraw związanych było z nabyciem spadku.

– W 2023 roku spółdzielnia skierowała do egzekucji komorniczej 40 wniosków. W efekcie odzyskaliśmy dług w wysokości 350 tys. zł. Wpisano też dwie hipoteki przymusowe na nieruchomościach dłużnika. W ubiegłym roku w sądzie zakończyły się 94 sprawy egzekucyjne – zakończył prezes spółdzielni.

Joanna Lewkiewicz, zastępca prezesa zarządu i główna księgowa przedstawiła dane finansowe za 2023 rok. Wynik finansowy z tytułu eksploatacji i utrzymania wszystkich 74 nieruchomości jest dodatni i wyniósł 935 084 zł. – Jeśli chodzi o fundusz remontowy, to rok otworzyliśmy wynikiem 9 068 600 zł, a zamknęliśmy kwotą 5 743 899 zł. W tej sumie zawierają się też przydatki z nieruchomości (m.in. z najmu dodatkowych pomieszczeń) – 94 645 zł.

W ubiegłym roku fundusz remontowy został zasilony dodatkowo sumą 31 000 zł z tytułu prawidłowo rozliczonych pożyczek zaciągniętych w latach poprzednich. Podzielono ją na wszystkie nieruchomości.

Spółdzielnia z działalności gospodarczej (m.in. najem lokali użytko-

wych, mieszkalnych i garaży) uzyskała wynik finansowy 2 915 373,11 zł netto, w stosunku do lat poprzednich kwota tej nadwyżki bilansowej jest wysoka. Zarząd zaproponował, aby pieniądze te podzielić w następujący sposób: 2 014 000 zł – na bieżące utrzymanie gospodarki nieruchomościami; 767 787 zł – na fundusz zasobowy (inwestycje na mieniu). Walne zgromadzenie przegłosowało tę propozycję.

Joanna Lewkiewicz poinformowała także o zaciągniętych kredytach i pożyczkach, które częściowo zostały umorzone. Na koniec 2023 roku stan zadłużenia z tytułu pożyczek wyniósł 4 217 000 zł. – W ubiegłym roku zawarliśmy trzy umowy pożyczkowe: dwie z Wojewódzkim Funduszem Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Katowicach na kwotę 172 000 zł na usunięcie azbestu w budynkach z zypami oraz jedną pożyczkę z Banku Gospodarstwa Krajowego na kwotę 2 700 000 zł z przeznaczeniem na wymianę dźwigów z uwzględnieniem poziomu „minus 1” w ramach likwidacji barier architektonicznych finansowanych ze środków rządowego Funduszu Dostępności.

Główna księgowa stwierdziła, że zobowiązania wynikające z bieżących faktur i podatków regulowane są w terminie. Spółdzielnia posiada stabilną sytuację finansową, co potwierdziło badanie biegłego rewidenta.

▶▶▶ DOKOŃCZENIE NA STR. 2

UWAGA! KONKURS!

Nagrody dla twórczych ogrodników

W miastach, gdzie zieleń jest często luksusem, hodowanie roślin na balkonach i rabatach staje się coraz popularniejszym sposobem na poprawę jakości życia. Mieszkańcy dużych aglomeracji miejskich dostrzegają korzyści płynące z miejskiego ogrodnictwa. Nie chodzi tu jedynie o estetykę, ale również o zdrowie, samopoczucie i ekologię. Kontakt z naturą ma udowodniony wpływ na nasze zdrowie psychicz-

ne i fizyczne. Uprawa roślin na balkonach i rabatach może działać relaksująco i redukować stres. Praca w ogrodzie, nawet w ograniczonej przestrzeni miejskiej, sprzyja aktywności fizycznej, która jest korzystna dla naszego zdrowia, a otaczanie się zielenią może poprawić nastrój i zwiększyć poczucie szczęścia.

▶▶▶ DOKOŃCZENIE NA STR. 4

ZAPROSZENIE

Kino plenerowe w Piotrowicach

W tym roku również mamy przyjemność zaprosić mieszkańców Piotrowic i Ochojca na IV edycję „Kina Letniego na Manhattanie”, które odbędzie się na osiedlach Odrodzenia i Targowisko. Przygotowaliśmy cztery seanse filmowe (szczegóły na plakacie). Organizator zastrzega

sobie, że ze względu na złe warunki pogodowe, może odwołać lub przesunąć zaplanowany seans. Dokładne informacje dotyczące kina plenerowego można uzyskać w klubie „Silesianka” od poniedziałku do piątku w godz. 16.30 – 19.00.

ZAPRASZAMY!

KINO LETNIE NA MANHATTANIE

SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA „SILESIA” ZAPRASZA NA SEANSE FILMOWE:

os. Odrodzenia/
plac ul. Radockiego 152

2 sierpnia/pt.
"Mary Poppins powraca"

9 sierpnia/pt.
"Asteriks i Obeliks: Imperium smoka"

os. Targowisko/ boisko za blokami
ul. Targowa 1-Zbożowa 21

23 sierpnia/pt.
"I znowu zgrzeszyliśmy, dobry Boże!"

30 sierpnia/pt.
"Hugo i jego wynalazek"

START 20.00

W razie niepogody terminy mogą ulec zmianie

SM SILESIA

1-517 206 397

►►► DOKOŃCZENIE ZE STR. 1

Marek Peterko, wiceprezes spółdzielni, dyrektor ds. techniczno-eksploatacyjnych poinformował, że w 2023 roku wydatki na fundusz remontowy zaplanowane były w kwocie prawie 11 500 000 zł. Plan remontowy zrealizowano w 80 proc., głównie ze względu na długo rozpatrywany wniosek o środki ze wspomnianego już Funduszu Dostępności (umowa z bankiem BGK). Dlatego wymiana wind do poziomu „minus 1” zaczęła się dopiero w drugiej połowie 2023 roku i zadanie zostanie ukończone w pierwszej połowie tego roku.

Z wymianą dźwigów wiązało się również malowanie klatek schodowych, położenie płytek na parterach i pierwszych kondygnacjach, budowa pionów technicznych, zabudowa liczników, wymiana drzwi wejściowych i domofonów. Remontowano ponadto

Stabilna kondycja finansowa

balkony, schody wejściowe, pomieszczenia wspólne. Modernizowano dachy, daszki nad wejściami, miejsca parkingowe, drogi wewnętrzne i chodniki należące do spółdzielni. Wymieniało piony wodno-kanalizacyjne.

Marek Peterko poruszył też sprawę kosztów ogrzewania. Ciepło dostarczają spółdzielni cztery firmy: Tauron, Veolia Południe, Dalkia i PUK. – W zeszłym roku Tauron osiem razy zmienił wysokość taryfy. Mimo że od dwóch lat obowiązuje tarcza ochronna w rozliczaniu kosztów ogrzewania ze spółdzielnią (z tego tytułu mamy rachunki pomniejszone o blisko 2,3 mln zł), to koszty ogrzewania zasobów spółdzielni wzrosły o 30 proc. i kształtują się na poziomie 15 mln zł – mówił wiceprezes Peterko.

Sprawozdanie finansowe spółdzielni za 2023 roku zostało pozytywnie ocenione przez niezależnego biegłego rewidenta. Komisja rewizyjna rady nadzorczej, a następnie rada nadzorcza spółdzielni pozytywnie zaopiniowała sprawozdanie finansowe i zawnioskowała o przyjęcie go na walnym zgromadzeniu. Rada nadzorcza zarekomendowała też udzielenie absolutorium zarządowi spółdzielni za ubiegły rok.

O dobrej sytuacji SM „Silesia” zaświadczył również Jarosław Dragon, lustrator z Regionalnego Związku Rewizyjnego Spółdzielczości Mieszkaniowej w Katowicach. Przeprowadzona lustracja dotyczyła lat 2021-2023 pod kątem legalności, gospodarności i rzetelności. Lustrator przeanalizował działalność spółdzielni, przestrzeganie

statutu i innych przepisów prawnych, sprawdzał, czy działania spółdzielni są w zgodzie z interesem ogółu członków. Oceniał m.in., że struktura zatrudnienia w SM „Silesia” jest racjonalna i adekwatna do potrzeb. Lustracja wypadła pozytywnie i protokół nie zawiera wniosków polustracyjnych.

Członkowie spółdzielni, obecni na walnym zgromadzeniu, zagłosowali jednogłośnie za przyjęciem sprawozdania Rady Nadzorczej, zarządu z działalności, za sprawozdaniem finansowym oraz za udzieleniem absolutorium zarządowi oraz za sprawozdaniem lustratora.

Walne zgromadzenie upoważniło zarząd spółdzielni do zaciągania zobowiązań do kwoty 13 mln zł rocznie.

Podczas walnego zgromadzenia głos zabierali również członkowie

spółdzielni. Jedna z mieszkanki osiedla Bolesława Prusa pytała o budowę szybu windy w czteropiętrowym budynku. W odpowiedzi poinformowano, że stosowny wniosek o dofinansowanie został złożony do Banku Gospodarstwa Krajowego i obecnie jest na etapie weryfikacji.

Komisja wnioskowa poinformowała, że złożono jeden wniosek. Dotyczył remontu balkonów na ul. Radockiego 126. Wnioskodawca postulował, aby budynki remontować kompleksowo (w tej klatce wyremontowano już windę i klatkę schodową). Wiceprezes Peterko wyjaśnił, że ze względu na ograniczone środki, kompleksowe remonty nie są możliwe. Z funduszu remontowego w pierwszej kolejności realizowane są najpilniejsze inwestycje. Wniosek przedstawiono, ale za zgodą wnioskodawcy go nie głosowano. Na tym zebranie zakończono. ■

Opłaty eksploatacyjne w naszej Spółdzielni

Temat opłat eksploatacyjnych, rodzaju kosztów eksploatacji i utrzymania nieruchomości, ich zakres itp. często jest niejasny dla mieszkańców, dlatego chcemy przybliżyć Państwu to zagadnienie.

Zgodnie z ustawą z dnia 15 grudnia 2000 r. o spółdzielniach mieszkaniowych członkowie spółdzielni oraz właściciele lokali niebędący członkami są obowiązani uczestniczyć w pokrywaniu kosztów związanych z eksploatacją i utrzymaniem nieruchomości w częściach przypadających na ich lokale, eksploatacją i utrzymaniem nieruchomości wspólnych, eksploatacją i utrzymaniem nieruchomości stanowiących mienie spółdzielni przez uiszczanie opłat zgodnie z postanowieniami statutu.

Opłaty eksploatacyjne wnoszone na pokrycie kosztów eksploatacji i utrzymania nieruchomości w naszej spółdzielni można podzielić na zależne oraz niezależne od spółdzielni.

Zależne (spółdzielnia ma pośredni wpływ na wysokość stawki, regulacji stawki dokonuje się m.in. w oparciu o przewidywane koszty wynikające z faktur i innych dokumentów księgowych, ujęte w planie gospodarczo-finansowym na dany rok) i tak:

1. koszty eksploatacji podstawowej,
 2. koszty funduszu remontowego (tzw. odpis),
 3. koszty konserwacji nieruchomości,
 4. koszty obligatoryjnych przeglądów,
 5. koszty opomiarowania i rozliczania centralnego ogrzewania,
 6. koszty opomiarowania i rozliczania wody,
 7. koszty eksploatacji dźwigów osobowych,
 8. koszty działalności społecznej i kulturalno – oświatowej.
- Niezależne (wysokość stawki ustalana jest „odgórnie” np. przez Urząd Miasta (podatki gruntowe, opłatę śmieciową) czy Tauron Ciepło Spółka z o.o. (centralne ogrzewanie) lub Katowickie Wodociągi S.A. (dostarczenie wody i odbiór kanalizacji) na podstawie deklaracji czy faktur „jeden do jeden” i tak:
9. koszty podatku od nieruchomości,
 10. koszty dostawy centralnego ogrzewania i podgrzania wody,
 11. koszty dostawy zimnej wody i odprowadzania ścieków,
 12. koszty opłaty za pakiet podstawowej TV kablowej,
 13. koszty gospodarowania odpadami komunalnymi,

14. koszty ubezpieczeń lokali mieszkalnych,
15. koszty opłaty przekształceniowej.

AD. 1. Koszty eksploatacji podstawowej obejmują wydatki m.in. na:

- utrzymanie czystości i porządku na zewnątrz i wewnątrz budynku – świadczone przez firmę zewnętrzną w pomieszczeniach ogólnego użytku, jak również koszty z tytułu zużycia wody do mycia klatek schodowych, dezynfekcji, deratyzacji części wspólnych oraz utrzymania „zimowego” nieruchomości,
- energię elektryczną (zużywana w częściach wspólnych w tym m.in.: na potrzeby oświetlenia wejść do budynków, na klatkach schodowych, w przejściach piwnic czy oświetlenie zewnętrzne),
- administrowanie nieruchomościami osiedli, w tym: wynagrodzenia i ich pochodne (wynikające z przepisów prawa), koszty organów samorządowych (Rady Osiedli i Zebrań Osiedlowych), pozostałe koszty osobowe związane z zatrudnieniem, koszty pomieszczenia administracji (m.in. zużyte media, obligatoryjne podatki, konieczne remonty, zakup wyposażenia czy ubezpieczenia majątkowego),
- zarządzanie nieruchomościami, w tym: wynagrodzenia i ich pochodne (wynikające z przepisów prawa), pozostałe koszty osobowe związane z zatrudnieniem, koszty biurowe i opłaty bankowe – związane z działalnością Spółdzielni, koszty obligatoryjnych podatków i opłat, ubezpieczeń majątkowych i usług prawnych, koszty składek na rzecz organizacji spółdzielczych, do których Spółdzielnia przynależy oraz koszty organów samorządowych (Walnego Zgromadzenia i Rady Nadzorczej), koszty koniecznych remontów, konserwacji i wyposażenia budynku siedziby głównej spółdzielni mieszkaniowej,
- pozostałe, w tym m.in.: różnice wynikające z odczytów pomiędzy licznikami zbiorczymi, a indywidualnymi z tytułu dostarczenia wody i odbioru ścieków (różnice metrologiczne), drobne zakupy typu klucze, kłódki na potrzeby nieruchomości.

Koszty eksploatacji podstawowej obejmują również wydatki związane z eksploatacją i utrzymaniem nieruchomości stanowiących mienie Spółdzielni,

z podziałem na mienie ogólne oraz mienie osiedli: Żurawia, Prusa, Targowisko, Odrodzenia. Wydatki te dotyczą m.in.: opłat gruntowych, ubezpieczeń majątkowych, utrzymania czystości i porządku oraz utrzymania „zimowego”, remontów i konserwacji tego mienia, wyposażenia czy amortyzacji środków trwałych (np. zakup „urządzeń” na place zabaw),

AD. 2. Odpis na fundusz remontowy tworzony jest na podstawie art. 6 ust. 3 ustawy o spółdzielniach mieszkaniowych i przeznaczony jest na pokrycie wszelkich remontów poszczególnych nieruchomości budynkowych. Fundusz Remontowy zasilany może być przez tzw. „pożytki z nieruchomości” – jeżeli występują – np. najem dodatkowych pomieszczeń przez osoby zamieszkujące daną nieruchomość, a także z umorzenia zaciągniętych pożyczek czy kredytów na remont nieruchomości budynkowych.

AD. 3. Koszty konserwacji nieruchomości obejmują wydatki m.in. na:

- konserwację bieżącą, w tym m.in.: koszenie trawy, pielęgnację zieleni – na podstawie umowy z firmą obsługującą dane osiedle, zakup piasku do piaskownic, konserwację małej architektury, konserwację domofonów oraz wszelkie inne roboty konserwacyjne,
- eksploatację instalacji, w tym centralnego ogrzewania, centralnej ciepłej wody, elektrycznej, wodno-kanalizacyjnej.

AD. 4. Koszty obligatoryjnych przeglądów obejmują wydatki m.in. na:

- przeglądy instalacji: gazowej, elektrycznej (co pięć lat), piorunochronnej (co pięć lat), niskoprądowych, oddymiania oraz nawodnienia pionów przeciwpożarowych, wentylacji grawitacyjno – mechanicznej.
- koszty opomiarowania i rozliczania centralnego ogrzewania dotyczą „obsługi” podzielników i ciepłomierzy tj. m.in.: odczytów i rozliczeń, dostępu do platformy online w celu kontroli zużycia ciepła, kosztów rozliczenia ciepła służącego do podgrzania wody.
- koszty opomiarowania i rozliczania wody dotyczą „obsługi” wodomierzy tj. m.in.: odczytów i rozliczeń, opłat za wodomierz główny, dostępu do platformy online w celu kontroli zużycia wody.

AD. 5. Koszty eksploatacji dźwigów osobowych obejmują wydatki m.in. na:

- ogólną konserwację dźwigu, dozór techniczny, pomiary elektryczne, energię elektryczną i ubezpieczenia majątkowe dźwigów.

AD. 8. Koszty działalności społecznej i kulturalno – oświatowej obejmują wydatki m.in. na:

- organizację i prowadzenie zajęć oraz imprez, które mają na celu tworzenie więzi i integrowanie członków Spółdzielni (w tym m.in. działania w ramach klubu seniora, wigilia dla seniorów i samotnych, organizacja festynów dla dzieci oraz kino plenerowe),
- zużyte media w klubach osiedlowych, zakup niezbędnego wyposażenia, a także koszty ponoszone na konserwację, drobne naprawy, amortyzację środków trwałych,
- wynagrodzenia i ich pochodne (wynikające z przepisów prawa), pozostałe koszty osobowe związane z zatrudnieniem.

AD. 9. Koszty podatku od nieruchomości, w tym gruntowego pokrywają osoby, które posiadają spółdzielcze prawa do lokali, a wynikają ze stawek, które rok rocznie określa Urząd Miasta.

AD. 10 i 11. Koszty dostawy centralnego ogrzewania i podgrzania wody oraz dostawy zimnej wody i odprowadzania ścieków generowane są na podstawie odczytów liczników, obowiązujących cen ujętych w fakturach poszczególnych dostawców mediów czy to regulacji prawnych zgodnie z obowiązującymi w Spółdzielni regulaminami.

AD. 12. Koszty opłaty za pakiet podstawowej TV kablowej ustalony jest na podstawie umowy z dostawcą pakietu – cena jednostkowa za sygnał do lokalu mieszkalnego obowiązuje osoby, które „zamówiły” taką usługę,

AD. 13. Koszty gospodarowania odpadami komunalnymi są ustalane według zasad unormowanych przez Gminę Katowice oraz zgodnie z przepisami ustawy o utrzymaniu czystości i porządku w gminach. Koszty ponoszone są przez lokale mieszkalne. Miesięczną opłatę za gospodarowanie odpadami komunalnymi stanowi iloczyn ilości osób zamieszkujących dany lokal (na podstawie złożonej deklaracji) oraz stawki określonej w uchwale Rady Miasta Katowice.

AD. 14. Koszty ubezpieczeń majątkowych lokali mieszkalnych – ustalane są indywidualnie przez Ubezpieczonego z Towarzystwem Ubezpieczeń i jeżeli umowa na ubezpieczenie została zawarta – opłata widnieje na zawiadomieniu opłat – Spółdzielnia jest tutaj tylko pośrednikiem tej usługi.

AD. 15. Koszty opłaty przekształceniowej pokrywają osoby, które posiadają spółdzielcze prawa do lokali. Opłata przekształceniowa będzie płatna do

2038 roku włącznie, a dotyczy tzw. obligatoryjnego „wykupu gruntu na własność” – na podstawie ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. o przekształceniu prawa użytkownika wieczystego gruntów zabudowanych na cele mieszkaniowe w prawo własności tych gruntów.

Kalkulacji opłat za używanie lokali dokonuje się raz w roku w oparciu o plan gospodarczo – finansowy, zatwierdzany przez Radę Nadzorczą, w podziale na nieruchomości, ww. koszty, a także posiadanie członkostwa.

Regulacja opłat na podstawie planu polega na zestawieniu wyniku roku poprzedniego, który podlega rozliczeniu (zgodnie z art. 6.1. ustawy o spółdzielniach mieszkaniowych), planowanych rocznych kosztów oraz przewidywanych wpływów dla każdej nieruchomości. W przypadku kiedy koszty są większe od planowanych wpływów niezbędne jest podniesienie stawki, w celu zachowania płynności finansowej nieruchomości. Wpływ na poziom ponoszonych kosztów mogą mieć również „czynniki losowe”, nieprzewidziane w planie, jak wszelkie awarie i inne.

Każda nieruchomość jest kalkulowana indywidualnie, w zależności od powierzchni gruntu i lokali występujących na danej nieruchomości. Zatem planowane wpływy – opłaty eksploatacyjne – stawki na pokrycie ww. kosztów mogą się różnić pomiędzy 74 nieruchomościami budynkowymi zarządzanymi przez SM „Silesia”.

Oprócz działalności podstawowej (opisanej powyżej) Spółdzielnia prowadzi działalność gospodarczą, której wynik finansowy stanowi nadwyżkę bilansową (tj. zysk spółdzielni, po pomniejszeniu o podatek dochodowy i inne obciążenia wynikające z odrębnych przepisów ustawowych). Działalność gospodarcza spółdzielni stanowi dodatkowe źródło dochodów „wspierających” m.in. eksploatację i utrzymanie nieruchomości w postaci tzw. pożytków z nieruchomości czy mienia. Propozycja podziału nadwyżki bilansowej jest przedstawiana przez Zarząd do uchwalenia na Walnym Zgromadzeniu. Wysokość uzyskanych i zatwierdzonych pożytków wpływa na pomniejszenie opłat eksploatacyjnych, w części opłat zależnych.

Przypominamy, że plan gospodarczo – finansowy na 2024 r. jest dostępny do wglądu w Administracjach osiedlowych oraz siedzibie głównej Spółdzielni przy ul. Głuszców 9. ■

REALIZACJA PRAC REMONTOWYCH NA NASZYCH OSIEDLACH



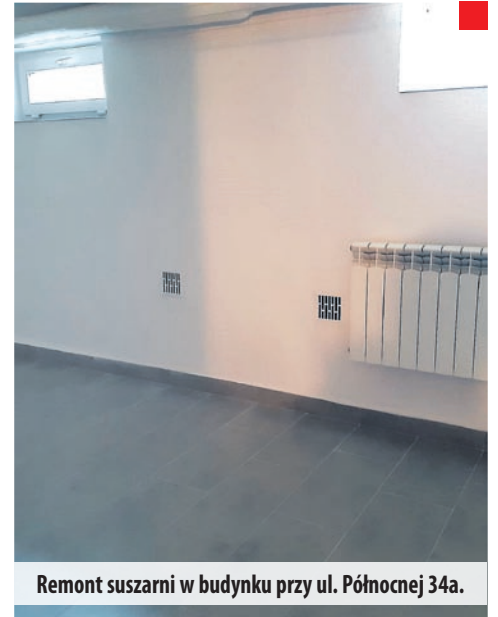
Termomodernizacja budynku przy ul. Radockiego 56.



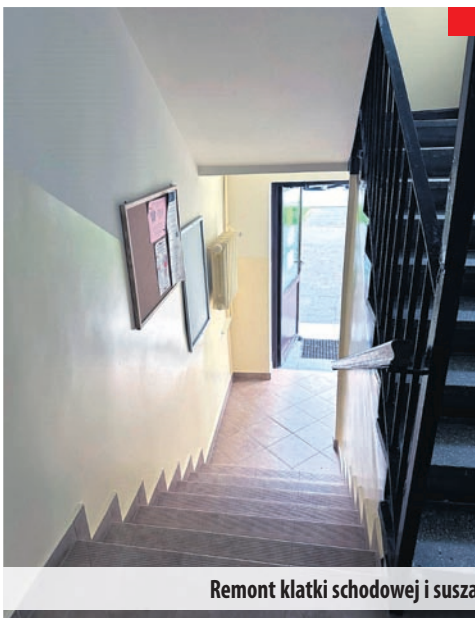
Remont klatki schodowej w budynku przy ul. Radockiego 246.



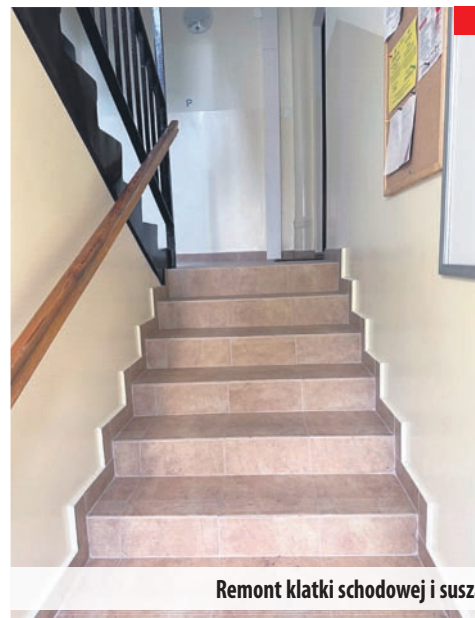
Remont balkonów w budynku przy ul. Radockiego 250.



Remont suszarni w budynku przy ul. Północnej 34a.



Remont klatki schodowej i suszarni w budynku przy ul. Targowej 7a.



Remont klatki schodowej i suszarni w budynku przy ul. Zbożowej 13.



Wymiana windy wraz z wybudowaniem dodatkowego przystanku na poziomie ciągu pieszo-jezdnego w budynkach przy ul. Radockiego 126, 170, 192 i 270.



Wymiana windy wraz z wybudowaniem dodatkowego przystanku na poziomie ciągu pieszo-jezdnego w budynku przy ul. Radockiego 56.



Podpalenie wiaty śmietnikowej przy ul. Zbożowej 11.



AKTY WANDALIZMU

Zebrania mieszkańców osiedli

W kwietniu tego roku odbyły się zebrania mieszkańców osiedli. Stanowią one ważny element współpracy i komunikacji.

W spotkaniach uczestniczyli członkowie Rady Nadzorczej, Rady Osiedla, zarządcy nieruchomości, przedstawiciele policji oraz firm sprzątających, obsługujących dane osiedle. Na każdym z zebrań mieszkańcy mieli możliwość zapoznać się ze sprawozdaniem z działalności Rady Osiedla za okres od kwietnia 2023 r. do marca 2024 r. oraz przedstawiana była bieżąca działalność spółdzielni ze szczególnym uwzględnieniem spraw dotyczących danego osiedla.

Jako pierwsi, 22 kwietnia, spotkali się mieszkańcy osiedla „Żurawia”. Na spotkanie przybyło 19 członków spółdzielni. Obecny był również przedstawiciel policji, który określił rejon osiedla jako obszar cechujący się niskim poziomem przestępczości. Lokatorzy zwrócili uwagę na akty wandalizmu w przejściu podziemnym pod ulicą Kościuszki oraz na problem nieprawidłowego parkowania aut na osiedlu. Poinformowano również o zamontowaniu czterech nowych kamer monitoring. W dalszej części spotkania przedstawiono m.in. informacje o dokonaniu ekspertyzy stanu elewacji budynków na osiedlu oraz omówiono prace ujęte w planie remontu na rok 2024. Na koniec mieszkańcy otrzymali wyczerpujące odpowiedzi na zadane pytania i uwagi, a niektóre ze zgłaszanych uwag zostały przekazane do realizacji.

23 kwietnia odbyło się kolejne zebranie, a dotyczyło mieszkańców osiedli „Targowisko” i „Prusa”. W spotkaniu uczestniczyło 35 członków spółdzielni. Przedstawiciel policji krótko omówił sytuację na osiedlach, biorąc pod uwagę częstotliwość i rodzaj interwencji. Poinformował o przypadkach oszustw na „wnuczka” i „policjanta” występujących w rejonie. Mieszkańcy zgłosili swoje pytania i uwagi dotyczące bezpieczeństwa, a funkcjonariusz policji zobowiązał się przekazać je dzielnicowemu. Podczas spotkania lokatorzy wyrazili ogólne

zadowolenie z prac firmy utrzymującej czystość na osiedlu, jednak zgłosili kilka uwag, które przedstawicielka firmy zobowiązała się uwzględnić w zakresie prac. Zebraniem udzielono również informacji na temat planu finansowego, składników czynszu oraz uzasadniono tegoroczne podwyżki funduszu remontowego i eksploatacyjnego. W dalszej części spotkania zadano szereg pytań, na które odpowiedzieli przedstawiciele spółdzielni. Podkreślili oni jednocześnie, że wszystkie problemy należy zgłaszać na bieżąco do administracji, co pozwoli na ich szybsze rozwiązanie.

Ostatnim spotkaniem, w którym uczestniczyło najwięcej członków spółdzielni – 45, było zebranie mieszkańców osiedla „Odrodzenia” w dniu 24 kwietnia. Aktualne problemy na osiedlu, z którymi zmagają się policja, jak m.in. interwencje domowe, patrole nocne czy cyberprzestępczość omówił funkcjonariusz zaproszony na zebranie. Mieszkańcy mieli możliwość zadawania pytań, które dotyczyły przede wszystkim bezpieczeństwa na osiedlu, a zwłaszcza włamań do piwnic i źle zaparkowanych aut. W dalszej części spotkania przedstawicielka firmy sprzątającej poinformowała o zakończonych i toczących się pracach porządkowych, a zebrani ocenili pozytywnie działania firmy na osiedlu. Pod koniec, podczas dyskusji dotyczącej aktualnych działań spółdzielni, mieszkańcy otrzymali wyjaśnienia na nurtujące ich pytania i obawy.

Zebrania mieszkańców były konstruktywne i merytoryczne, co oznacza, że omawiane tematy były dokładnie analizowane, a uczestnicy dzielili się wartościowymi uwagami i propozycjami. Dyskusje przebiegały w atmosferze porozumienia i współpracy, dzięki czemu każdy miał możliwość wyrażenia swojego zdania, a wszelkie decyzje podejmowane były wspólnie, z uwzględnieniem interesów wszystkich stron. ■

UWAGA! KONKURSI!

Nagrody dla twórczych ogrodników

► ► ► DOKOŃCZENIE ZE STR. 1

Doceniając wysiłek oraz kreatywność właścicieli balkonów i rabat, a także chcąc zachęcić mieszkańców do dbania o otoczenie, tworzenia przyjaznych przestrzeni oraz rozwijania pasji ogrodniczych, **serdecznie zapraszamy wszystkich entuzjastów natury do udziału w naszym corocznym konkursie na „Najpiękniejszy Balkon” i „Najpiękniejszą Rabatę” organizowanego przez Spółdzielnię Mieszkaniową „Silesia” w 2024 roku.** Będziemy w nim oceniać m.in. harmonię kolorów, kompozycję roślin, aranżację przestrzeni oraz ogólne wrażenie wizualne.

Komisja, składająca się z reprezentantów Rady Nadzorczej, Rady Osiedla, zesłorocznego zwycięzcy konkursu oraz pracowników spół-

dzielni, działa w terenie od czerwca do sierpnia bieżącego roku. Członkowie spółdzielni (szczególnie z wyższych pięter), którzy chcą wziąć udział w konkursie mogą zgłaszać się i przysyłać zdjęcia na adres polnocna@smsilesia.pl do 19 lipca 2024 roku.

Autorzy najbardziej interesujących pomysłów otrzymają atrakcyjne nagrody – vouchery o łącznej wartości 2 400 zł do zrealizowania w sklepie ogrodniczym. Regulamin konkursu dostępny jest na stronie internetowej spółdzielni pod adresem www.smsilesia.katowice.pl w zakładce Działalność kulturalna/druki do pobrania.

Informacje o wynikach konkursu, wraz z galerią zdjęć, będą udostępnione na witrynie internetowej SM „Silesia” oraz we wrześniowym wydaniu gazety SILESIA. ■



DZIEŃ DZIECKA 2024

WYDARZENIE

4 czerwca na osiedlu Odrodzenia odbył się festyn z okazji Dnia Dziecka. Wydarzenie zostało zorganizowane w ramach inicjatywy lokalnej przy wsparciu Miasta Katowice. Współorganizatorami imprezy były Spółdzielnia Mieszkaniowa „Silesia” oraz Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 22 w Katowicach. Pogoda we wtorkowe popołudnie była wyjątkowo łaskawa, co było chyba najpiękniejszym prezentem po porannej ulewie.



Orkiestra Komendy Wojewódzkiej Policji w Katowicach w towarzystwie mażorettek „Akcent” z MDK w Ligocie.



Rodzinne fotki w obiektywie Marii Śliwy z ZSTiO nr 3 im. Abramowskiego.



Radość i zabawa – tak właśnie świętowaliśmy Dzień Dziecka.

Już od wczesnych godzin porannych zielony skwer wypełnił się ogromną strefą rozrywki. Festyn rozpoczął się od przemarszu Orkiestry Komendy Wojewódzkiej Policji w Katowicach, której celem było zachęcenie i mobilizacja mieszkańców do udziału w wspólnej imprezie integracyjnej. Towarzyszyły jej mażoretki „Akcent” z MDK w Ligocie. Imprezę prowadził Marcin Maszka z Ministerstwa Rozrywki, a najmłodszy uczestnicy wspólnie tańczyli i bawili się przy muzyce, gromadząc się wokół sceny i aktywnie uczestnicząc w zabawach i konkursach.

Na scenie zaprezentowały się grupy taneczne z Przedszkola nr 93 oraz Figulina z MP nr 42, która przygotowała układ taneczny i animacje. Uczennice ze Szkoły Podstawowej nr 38 z Kostuchny recytowały wiersze po śląsku, które wzbudziły duże zainteresowanie wśród widzów.

Efektowne choreografie zaprezentowały również dzieci ze Studia Ruchu Endorfina. Tradycyjnie już na scenie wystąpiły wokalistki Studia Piosenki z Młodzieżowego Domu Kultury Załęże pod kierunkiem Aleksandry Stano oraz po raz pierwszy debiutowały wokalistki z SP nr 56.

Wszystkie dzieci, które były na scenie, wykazały się niezwykłym talentem i odwagą. Za swoje znakomite występy każdy z uczestników otrzymał drobne upominki i słodkości.

Dla najmłodszych mieszkańców przygotowaliśmy szereg darmowych

atrakcji. Wśród nich znalazły się dmuchana zjeżdżalnia, zamek oraz trampolina. Oprócz tego stworzyliśmy specjalne stanowiska, takie jak warsztaty plastyczne „eko obrazki” i malowanie kamieni, warsztaty robienia zwierzątek z siana, animacje z wodą, rozdawanie balonów modelowanych oraz brokatowych tatuaży. Nie zabrakło także ogromnych baniek mydlanych i pleceni warkoczów.

Jak co roku, dużą popularnością cieszyło się stoisko malowania buziek prowadzone przez uczennice ze SP nr 56. Z barwnego i niezwykle wesołego namiotu wychodziły motylki, kotki, pieski, królowny, kwiatki oraz superbohaterowie znani z animowanych bajek.

Przy organizacji imprez plenerowych zawsze możemy liczyć na pomoc i zaangażowanie wolontariuszy. Na kolejnych stanowiskach, podczas warsztatów, młodzi uczestnicy mogli zdobyć ciekawe informacje na temat lotnictwa oraz dowiedzieć się, jak przygotować się na wakacyjny lot samolotem. Dodatkowo brali udział w turnieju łuczniczym, pirackich wyzwaniach, łowieniu ryb i innych atrakcjach. Całość uzupełniały kreatywne warsztaty „4 żywioły” prowadzone przez animatorki oraz gry i zabawy na rolkach z firmą Fun For Family.

Na stoisku Fundacji Ogrody Przyszłości uczestnicy, a zwłaszcza dzieci, mieli okazję spróbować pracy z gliną oraz malowania drzewek życia. To była prawdziwa praca kreatywna

i sensoryczna, wykorzystująca glinę, kredki, mazaki i drewniane elementy. Kino Helios podczas festynu zaprosiło dzieci do gry w koło fortuny na swoim stoisku, rozdając przy tym słodkości i drobne gadżety.

Duże zainteresowanie wśród dzieci wzbudził radiowóz, pokaz sprzętu i wyposażenia policyjnego. Za prezentacje byli odpowiedzialni dzielnicowcy Adam Hudziak i Karol Miśta z IV Komisariatu Policji w Katowicach-Piotrowicach.

Tradycyjnie już obecni byli strażacy z Ochotniczej Straży Pożarnej w Kostuchnie. Wóz strażacki i quad były nie lada atrakcją okupowaną przez dzieci.

Dziękujemy funkcjonariuszom i strażakom za wsparcie inicjatywy i zaangażowanie podczas festynu.

Dzięki uprzejmości dyr. Wojciecha Lubczyka z Zespołu Szkół Technicznych i Ogólnokształcących nr 3 im. Abramowskiego swoje stanowisko na festynie miała fotobudka, która cieszyła się ogromnym powodzeniem.

Wszystkie przygotowane atrakcje rozbawiły najmłodszych, a my już planujemy kolejny festyn z okazji Dnia Dziecka. Serdecznie dziękujemy małym uczestnikom i ich opiekunom za wspólnie spędzony czas i zaangażowanie w zabawę!

Na jesień planujemy kolejne lokalne inicjatywy: IV Festyn Pieczonego Kartofla, akcję edukacyjną dla miłośników psów i kotów pod nazwą „Podaj Łapę” oraz „ABC Zdrowia”. ■

Z wizytą w Centrum Edukacji Ekologicznej

11 kwietnia grupa mieszkańców Spółdzielni Mieszkaniowej „Silesia” odwiedziła Centrum Edukacji Ekologicznej w Murckach.

Uczestnicy mieli okazję dowiedzieć się, na czym polega i co oznacza survival domowy. Była to niezwykle pouczająca sesja, która pokazała, jak radzić sobie w trudnych sytuacjach oraz jak ułatwić sobie codzienne życie. Praktyczne porady obejmowały m.in. metody oszczędzania energii, tworzenie domowych zestawów awaryjnych oraz radzenie sobie z różnymi awariami domowymi. Dla wielu osób była to cenna lekcja, która z pewnością przyda się w przyszłości.

Podczas warsztatów ceramicznych, które cieszyły się ogromnym zainteresowaniem wśród uczestników, każdy mógł spróbować swoich sił w tworzeniu unikalnych, ręcznie robionych przedmiotów z gliny. Pod czujnym okiem doświadczonej instruktorki mieszkańcy mieli szansę poznać techniki formowania i zdobienia ceramiki, co okazało się zarówno relaksujące, jak i inspirujące.

Po części edukacyjnej przyszedł czas na relaks i kontakt z naturą. Grupa udała się na spacer po ogrodzie botaniczno-sensorycznym, który jest prawdziwą oazą spokoju i piękna. Ogród ten oferuje bogactwo różnorodnych roślin, które można podziwiać, a także specjalne strefy sensoryczne, pozwalające na unikalne doświadczenie przyrody. Spacer pośród kwitnących roślin i śpiewu ptaków był doskonałą okazją do wyciszenia się i naładowania pozytywnej energią.



Każdy uczestnik mógł spróbować swoich sił w tworzeniu unikalnych, ręcznie robionych przedmiotów z gliny.

Dla chętnych uczestników organizatorzy zaplanowali także powrót do domu przez malowniczy las murckowski. Ta dodatkowa atrakcja była doskonałą okazją do aktywnego spędzenia czasu na świeżym powietrzu oraz podziwiania uroków przyrody. Trasa przez las prowadziła mieszkańców do ich domów w Piotrowicach, oferując jednocześnie możli-

wość kontaktu z naturą oraz integracji z innymi uczestnikami. Całe wydarzenie okazało się trafnym połączeniem edukacji, sztuki oraz rekreacji. Dzięki takim inicjatywom mieszkańcy Spółdzielni Mieszkaniowej „Silesia” mają możliwość nie tylko rozwijania swoich umiejętności, ale również dbania o zdrowie i samopoczucie, spędzając czas w naturalnym otoczeniu. ■

AKTYWNY SENIOR 55+ i jego środowisko lokalne

W ramach X edycji Budżetu Obywatelskiego realizujemy projekt AKTYWNY SENIOR 55+ i jego lokalne środowisko. Jest to oferta zajęć ruchowych, językowych, warsztatów, biesiad, wyjść kulturalnych oraz wycieczek, skierowanych do mieszkańców dzielnic Piotrowice i Ochojec. Dodatkowo organizujemy szereg spotkań integracyjnych, które mają na celu poprawę kondycji fizycznej i psychicznej seniorów. Projekt jest adresowany zarówno do osób powyżej 55. roku życia, jak i młodszych, z tym że ich udział nie może przekroczyć 30% ogółu kosztów projektu.

Od kwietnia seniorzy uczestniczą w różnorodnych zajęciach takich jak gimnastyka z elementami stretchingu, joga, zumba oraz kurs języka angielskiego dla początkujących, które odbywają się w klubie przy ul. Północnej 32. Dodatkowo oferujemy zajęcia pilatesu oraz zdrowego kręgosłupa w klubie przy ul. Żurawiej 80, kurs języka angielskiego, zumbę oraz Cyfrowy Senior w klubie „Silesianka” przy ul. Radockiego 282. Nie zabraknie także Nordic Walking na terenach leśnych. Szczegółowy grafik zajęć wakacyjnych znajduje się w tabeli na stronie 7.

W ramach tegorocznego zalecenia będziemy zwiedzać Katowice. Jest to miasto, w którym znajduje się wiele ciekawych miejsc czekających tylko na odkrycie. W marcu pod opieką pani Alicji Majer, seniorzy poznali już urokliwe osiedla Nikiszowiec oraz Giszowiec. W kwietniu natomiast, w towarzystwie przewodnika Krzysztofa Bywalca, odwiedziliśmy Muzeum Hutnictwa Cynku – Walcownię w Katowicach Szopienicach, mieszczące się w największej przemysłowej hali na Śląsku. Muzeum prezentuje fascynującą historię hutnictwa cynku na Górnym Śląsku. Podczas wycieczki uczestnicy mieli okazję podziwiać liczne murale, w tym przedstawiające Florę i Floriana, Kutza na kucu, Jerzego Kukuczkę, Piotra „Magika” Łuszczę, Wojciecha Korfantego, Jana Furtoka, Krystynę Bochenek, a także sterowiec zmierzający do Doliny Trzech Stawów i wodospad na ulicy 1 Maja. Seniorzy wyruszyli również na poszukiwanie katowickich beboków. W Parku Boguckim spotkaliśmy m.in. Ferdynanda,

idącego z kilofem i taszą na szychta, beboka tuż przed Zakładem Doskonalenia Zawodowego przy ulicy Francuskiej, beboczka Szwałka, Antka przy rozgłośni radiowej oraz budowniczego Fazana na osiedlu Bażantowo, a także koszykarza Sajdaczka przed wejściem do Szkoły Podstawowej nr 27. Nie zabrakło również spaceru Szlakiem Moderny, podczas którego odwiedziliśmy m.in. dawny budynek Śląskich Technicznych Zakładów Naukowych, gmach Polskiego Radia Katowice, dom doktora Kazimierza Wędkowskiego oraz charakterystyczny 14-piętrowy „drapacz chmur”, który podczas swojej budowy był najwyższym budynkiem w ówczesnej Polsce i od zawsze służył służbom finansowo-skarbowym. Na zakończenie mieliśmy okazję odpocząć przy kawie w gmachu Akademii Muzycznej.

24 kwietnia seniorzy uczestniczyli w kolejnym pokazie Kina Kobiet. Film pt. „Latanie dla początkujących” poprzedzony był licznymi atrakcjami oraz konkursami z interesującymi nagrodami. W ramach projektu planowane są kolejne wyjścia do kina, warsztaty oraz wycieczki, a także biesiady i rodzinny piknik integracyjny.

Seniorów i osoby młodsze, które chcą wziąć udział w projekcie, zachęcamy do śledzenia naszych ogłoszeń. Informacje o aktualnych wydarzeniach będą umieszczane:

- www.smsilesia.katowice.pl
- w zakładce Działalność kulturalna
- Facebook – Kluby osiedlowe SM „Silesia”
- w klubach osiedlowych SM „Silesia”
- w administracjach SM „Silesia”
- w gablotach Rady Dzielnicy nr 19 Piotrowice i Ochojec
- w gablotach SM „Silesia” umieszczonych na Targowisku: na Alejkach obok placu zabaw i obok przystanku Piotrowice Osiedle oraz na os. Odrodzenia: przy kościele i na placu zabaw przy ul. Radockiego 80.

Dokładne informacje można uzyskać w Klubie Aktywnego Seniora „Anziano” od poniedziałku do piątku, od godz. 8.00 do 14.00, tel. 517 206 384.

W tym roku również złożyliśmy projekt AKTYWNY SENIOR 55+ i jego środowisko lokalne w ramach XI edycji BO. Będzie to kontynuacja tegorocznego projektu. ■

Wycieczka do Ogrodu Botanicznego w Wojśławicach

18 maja 2024 roku grupa licząca ponad 50 entuzjastów przyrody wyruszyła na wycieczkę do Ogrodu Botanicznego koło Niemczy, który od 1988 roku jest filią Ogrodu Botanicznego Uniwersytetu Wrocławskiego. Wyjazd ten, zorganizowany przez Spółdzielnię Mieszkaniową „Silesia”, stał się doskonałą okazją do spędzenia czasu na świeżym powietrzu i podziwiania bogactwa flory.

Wycieczkowicze spotkali się wcześniej rano, pełni entuzjazmu i gotowi na przygodę. Autokar zabrał ich bezpośrednio do Wojśławic. W trakcie podróży uczestnicy mogli podziwiać z okien różne miejsca z ciekawymi zabytkami, o których bardzo interesująco opowiadał przewodnik, pan Krzysztof Bywalec. Były to m.in.: maszt przekaźnikowy w Gliwicach, Kanał Gliwicki, Pławniowice – rodowa siedziba hrabiów Ballestremów, Kamień Śląski związany ze św. Jackiem Odrowążem, Krapkowice, Gogolin, Góra Św. Anny, Strzelin, Góra Ślęza i wreszcie Wojśławice z arboretum, czyli miejscem, gdzie kolekcjonuje się drzewa i inne rośliny pochodzące z różnych krajów i kontynentów, a przy okazji prowadzi się badania nad zgromadzoną tu roślinnością.

Ogród Botaniczny w Wojśławicach słynie z niezwyklej różnorodności roślin. Na powierzchni ponad 62 hektarów można podziwiać około 8 tysięcy gatunków i odmian roślin, w tym liczne kolekcje drzew, krzewów, bylin



Pamiątkowe zdjęcie przed wejściem do Ogrodu Botanicznego.

i roślin cebulowych. Wyjątkowym punktem programu była wizyta w sekcji rododendronów, które właśnie w maju są w pełnym rozkwicie. Zachwycające kolory i różnorodność odmian sprawiły, że uczestnicy chętnie fotografowali każdy niezwykle okaz.

Arboretum posiada najstarszy i najbogatszy w Polsce zbiór różneczników. Są to rośliny z rodziny wrzosowatych, jednak w niczym nie przypominają naszych skromnych wrzosów. Osiągają rozmiar krzewu lub niewielkiego drzewa, mają grube, skórzaste liście i przepiękne kwiaty we wszystkich niemal kolorach, od białego, przez żółty, pomarańczowy, łososiowy, różowy, aż po fioletowy i purpurowy.

Wycieczka oferowała również czas na relaks i posiłek oraz indy-

widualne oglądanie ogrodu. Pogoda dopisała, co sprzyjało spacerom i zwiedzaniu. Park jest bardzo atrakcyjny nie tylko dla dorosłych, ale także dla dzieci – pełen wijących się alejek, ścieżek, mostków i tajemniczych zakątków. U stóp zbocza, na którym jest położony, znajdują się dwa stawy, po których pływają kaczki. Malownicze alejki, urokliwe zakątki i zaciszne miejsca do odpoczynku pozwalały uczestnikom cieszyć się chwilami spokoju w otoczeniu przyrody. Wiele osób korzystało z okazji, aby po prostu usiąść na ławce i delektować się pięknym otaczającym krajobrazem. Po całym dniu pełnym wrażeń i nowych doświadczeń, wycieczkowicze wrócili do autokaru, dzieląc się refleksjami na temat odwiedzonego miejsca. ■



Uczestnicy wycieczki do Walcowni w Szopienicach.



Nordic Walking na terenach leśnych.

WYDARZENIE

XIX Piknik Osób Niepełnosprawnych



Naszą spółdzielnię reprezentowała 47 osobowa grupa.

Tradycyjnie na przełomie maja i czerwca, a w tym roku dokładnie w sobotę, 8 czerwca, odbył się XIX Piknik Osób Niepełnosprawnych pod hasłem „Nie jesteś sam” w Podlesicach, dedykowany osobom z niepełnosprawnościami zamieszkującym spółdzielcze zasoby mieszkaniowe województwa śląskiego. Głównym organizatorem wydarzenia był Regionalny Związek Rewizyjny Spółdzielczości Mieszkaniowej. Piknik zgromadził około 350 osób niepełnosprawnych oraz ich opiekunów z 7 spółdzielni mieszkaniowych.

Naszą spółdzielnię reprezentowała grupa 47 osób, ubrana w niebiesko-białe czapki z daszkiem z logo spółdzielni. Pogoda tego dnia była idealna. O godzinie 10.00 gospodarze imprezy zaprosili wszystkich do wspólnej zabawy. Animatorzy zapewniły mnóstwo atrakcji, a muzyczna oprawa zachęcała do udziału we wspólnych

tańcach i zabawach. Uczestnicy mogli zmierzyć się w konkursach tanecznych, w zabawach z chustą animacyjną oraz w różnych grach, co na chwilę pozwoliło im zapomnieć o codzienności i własnych ograniczeniach. Jak co roku dużym zainteresowaniem cieszyły się hipoterapia i dogoterapia, które wspierają rehabilitację i leczenie osób niepełnosprawnych poprzez zabawę i ćwiczenia z wyszkolonymi zwierzętami. Kontakt z nimi relaksująco wpływał na uczestników. Zainteresowani mieli również możliwość zmierzenia ciśnienia oraz skorzystania z porad medycznych. Każdy uczestnik otrzymał dwa posiłki, herbatę oraz upominek na pamiątkę. Wszyscy wrócili bezpiecznie do swoich domów, pełni wrażeń, wypoczęci i zrelaksowani.

Z niecierpliwością czekamy na kolejny rok, aby się znowu spotkać, szczególnie że będzie to jubileuszowy 20. piknik. ■



Chwila odpoczynku przy herbatce.



AKTYWNY SENIOR 55+ i jego środowisko lokalne

Zadanie publiczne jest finansowane ze środków otrzymanych z budżetu miasta Katowice w ramach X edycji Budżetu Obywatelskiego
Czas realizacji marzec - grudzień 2024 r.

Zapraszamy Seniorów 55+
z Piotrowic i Ochojca na filmy:

„Zabierz mnie na księżyc”
19.07.24 r. (piątek), godz. 17.00

„Do usług szanownej Pani”
2.08.24 r. (piątek), godz. 17.00

Kino Helios, Galeria Libero

ZASADY KORZYSTANIA Z BILETÓW:

1. Bilety są bezpłatne. Liczba biletów ograniczona.
2. Pierwszeństwo w wyjściach mają osoby, które jeszcze w tym roku nie korzystały z bezpłatnych biletów.

Dokładne informacje i zapisy
od 9 do 12.07.24 r. lub do wyczerpania biletów
w Klubie „Silesianka” Spółdzielnia Mieszkaniowa „Silesia” Katowice
ul. Radockiego 282, od godz. 16:00 do 19:00
tel. 517 206 397



AKTYWNY SENIOR 55+ i jego środowisko lokalne

Zadanie publiczne jest finansowane ze środków otrzymanych z budżetu miasta Katowice w ramach X edycji Budżetu Obywatelskiego
Czas realizacji marzec - grudzień 2024 r.

Zapraszamy Panie
z Piotrowic i Ochojca na pokaz

Kina Kobiet

„It Ends With Us”

21.08.24 r. (środa), godz. 17.00

Kino Helios, Galeria Libero

Gwarantujemy dobrą zabawę!

ZASADY KORZYSTANIA Z BILETÓW:

1. Bilety są bezpłatne. Liczba biletów ograniczona.
2. Pierwszeństwo w kolejnych wyjściach mają osoby, które jeszcze nie korzystały z bezpłatnych biletów.

Dokładne informacje i zapisy
od 9 do 12.07.24 r. lub do wyczerpania biletów
w Klubie „Silesianka” Spółdzielnia Mieszkaniowa „Silesia” Katowice
ul. Radockiego 282, od pon. do pt. od godz. 16:00 do 19:00
tel. 517 206 397



AKTYWNY SENIOR 55+ i jego środowisko lokalne

Zadanie publiczne jest finansowane ze środków otrzymanych z budżetu miasta Katowice w ramach X edycji Budżetu Obywatelskiego
Czas realizacji marzec - grudzień 2024 r.

Zapraszamy seniorów 55+
z Piotrowic i Ochojca na wycieczkę

KATOWICE

25 sierpnia (niedziela)

W PROGRAMIE:

- Centrum Wolności i Solidarności
- Park Kościuszki
- Rynek, Śródmieście, a w tym Kościół pw. Św. Apostołów Piotra i Pawła
- Szlak Moderny - wybrane obiekty

ZAPEWNIAMY:

przejazd autokarem, bilety wstępu,
ubezpieczenie uczestników, opiekę przewodnika

ZBIÓRKA:

godz. 10.00 parking przy Biedronce ul. Radockiego 150

Zastrzegamy, że w przypadku deszczowej pogody program może ulec zmianie.

**LICZBA MIEJSC OGRANICZONA. PIERWSZEŃSTWO MAJĄ OSOBY,
KTÓRE JESZCZE NIE KORZYSTAŁY Z WYJAZDÓW.**

Dokładne informacje i zapisy
od 9.07 do 12.07.2024 r. lub do wyczerpania miejsc
w klubie „Silesianka” Spółdzielnia Mieszkaniowa „Silesia”
Katowice ul. Radockiego 282, od pon. do pt. od godz. 16:00 do 19:00
tel. 517 206 397



Kulturalne inspiracje

W kwietniu w ramach cyklu „Spotkania ze Sceną” mieszkańcy mieli okazję odwiedzić NOSPR i uczestniczyć w koncercie pt. „Childress – Fantazja Polska”.

W programie znalazły się utwory Bohuslava Martinů, Fryderyka Chopina oraz Carla Nielsena. Natomiast w maju odbyło się wyjście do Filharmonii Śląskiej

na koncert muzyki filmowej z okazji Dnia Matki. Podczas tego wydarzenia można było usłyszeć niezwykle aranżacje Śląskiej Orkiestry Kameralnej pod batutą dyrygenta Szymona Morusa. W programie znalazły się m.in. utwory Johanna Sebastiana Bacha, Ludwiga van Beethovena, Roberta Schumanna, Antonína Dvořáka, George'a Gershwina, Henry'ego Manciniego oraz Asto-

ra Piazzolli, a także tematy z filmów takich jak „Harry Potter”, „Noce i dnie” oraz „Hallelujah” z bajki „Shrek”. Całość wydarzenia okraszona była niesamowitą oprawą holograficzną.

Kolejnym punktem programu będzie wyjście 28 czerwca do Teatru Rozrywki na musical komediowy „Tootsie”. W sumie, we wszystkich spektaklach w bieżącym kwartale wzięło udział około 150 mieszkańców. Zapraszamy do udziału w następnych wyjściach od września. ■

ZAPROSZENIE NA ZAJĘCIA

GRAFIK BEZPŁATNYCH ZAJĘĆ WAKACYJNYCH

w ramach projektu AKTYWNY SENIOR 55+ i jego środowisko lokalne

RODZAJ ZAJĘĆ	TERMIN	DZIEŃ	MIEJSCE
gimnastyka z el. stretchingu	24 – 27.06.24 r.; 15 – 31.07.24 r. godz. 10.00 – 11.00	wtorek +25.06, 16.07, 23.07 poniedziałek 29.07	klub ul. Północna 32
joga	24 – 27.06.24 r.; 15 – 31.07.24 r. godz. 10.00 – 11.00	czwartek 27.06, 18.07, 25.07 środa 31.07	klub ul. Północna 32
Nordic Walking	24 – 27.06.24 r.; 15 – 31.07.24 r. godz. 8.00 – 9.30	wtorek 25.06, 16.07, 23.07 czwartek 27.06, 18.07, 25.07 poniedziałek 29.07 środa 31.07	zbiórka – wejście do lasu przy ul. Koników Polnych
zumba	25.06.24 r.; 23 – 30.07.24 r. 20-27.08.24 r. godz. 16.30 – 17.30	wtorek 25.06, 23.07, 30.07, 20.08, 27.08	Klub „Silesianka” ul. Radockiego 282
zdrowy kręgosłup	24.06 – 11.07; 19.08 – 29.08 godz. 19.00 – 20.00	poniedziałek 24.06, 1.07, 8.07 19.08, 26.08	na boisku ZSP Nr 2, ul. Sobańskiego 86
pilates	24.06 – 11.07; 19.08 – 29.08 godz. 19.00 – 20.00	czwartek 27.06, 4.07, 11.07 22.08, 29.08	na boisku ZSP Nr 2, ul. Sobańskiego 86
Cyfrowy Senior, j. angielski		przerwa wakacyjna	

SPOTKANIE Z DIETETYCZKĄ ALICJĄ SKUBIS

Warsztaty zdrowego stylu życia



Uczestniczki spotkania z zaangażowaniem słuchały prelekcji o zdrowym stylu życia i właściwych nawykach żywieniowych.

29 maja w klubie przy ul. Północnej 32 odbyło się spotkanie z dietetyczką Alicją Skubis, które cieszyło się dużym zainteresowaniem wśród mieszkank.

Prelekcja dotyczyła zasad zdrowego stylu życia i właściwych nawyków żywieniowych. Zmiana nawyków żywieniowych to proces długotrwały i wymagający dlatego kluczowe jest podejmowanie ich z pasją, zaangażowaniem oraz na podstawie rzetelnej wiedzy na temat żywności i zdrowego odżywiania się. Uczestniczki dowie-

działy się, jak istotne dla naszej diety są warzywa i owoce, które powinny być obecne w każdym posiłku, oraz jakie negatywne skutki dla organizmu niesie nadmierne spożycie soli i cukru. Pani dietetyk przeprowadziła ćwiczenia polegające na ważeniu zawartości cukru w produktach, a na zakończenie odbyła się analiza składu ciała. Mamy nadzieję, że zdobyta wiedza pomoże eliminować błędy w sposobie żywienia, co korzystnie wpłynie na zdrowie. Spotkanie odbyło się w przyjemnej i serdecznej atmosferze. ■

HISTORIA

Nadanie imienia dr Łucji Stanickowej Miejskiemu Przedszkolu nr 93



dr Łucja Stanickowa

24 maja 2024 roku odbyła się uroczystość nadania Miejskiemu Przedszkolu nr 93 imienia dr Łucji Stanickowej.

Wydarzenie to zgromadziło wiele osób, w tym m.in.: przedstawicieli Urzędu Miasta Katowice, Rady Miasta Katowice, Rady Dzielnicy nr 19 Piotrowice i Ochojec, Kuratorium Oświaty w Katowicach, Rady Rodziców Zespołu Szkolno-Przedszkolnego nr 22, Spółdzielni Mieszkaniowej „SILESIA”, Domu Kultury „Południe”, a także dyrektorkę Domu Śląskiego w Katowicach – Barbarę Kowacek-Jędrasik, dyrektora Zespołu Szkół Ogólnokształcących nr 2 – Sławomira Jarzynę, przedstawicieli Uniwersytetu Śląskiego – dr Krystiana Węgrzynka, wiceprezesa Związku Górnośląskiego oraz prof. Jolantę Tambor dyrektorkę Szkoły Języka i Kultury Polskiej, kierowniczkę Podyplomowych Studiów z Wiedzy o Regionie UŚI, zespół Podlesianki, czyli osoby, które miały przyjemność znać i współpracować z dr Łucją Stanickową.

Dr Łucja Stanickowa była nauczycielką, regionalistką, prekursorką edukacji regionalnej i wiceprezeską

Związku Górnośląskiego. Działania dr Łucji Stanickowej są godne naśladowania i stanowią przykład dla młodych ludzi. Zaangażowanie w pracę na rzecz edukacji regionalnej, realizacja postawionych celów, dzielenie się wiedzą i doświadczeniem, umiejętność integracji środowisk i inspirowanie to cechy, które są godne naśladowania, a którymi dr Łucja Stanickowa mogła się poszczycić.

Sama uroczystość była kulminacją całorocznych przygotowań, które miały na celu wprowadzenie dzieci w tematykę związaną z Górnym Śląskiem. Podjęto szereg działań edukacyjnych, m.in.:

- organizacja gry terenowej „Moja ulica, moja dzielnica”;

- organizacja rajdu ekologicznego „Leśno Rajza”;

- organizacja licznych konkursów np. plastyczne „Tutaj byłem” i recytatorskie w gwarze śląskiej „Przedszkolaki lubią wiersze”;

- Tydzień Śląski „My som stond” podczas którego wychowankowie przedszkola zostali zapoznani ze strojami ludowymi, obrzędami, zwyczajami śląskimi, tańcami i przyspiewkami ludowymi, zabawami, potrawami śląskimi, stał się okazją do zaproszenia wielu gości, w tym górników i gołębiarzy,

- poranek literacki „Po śląsku” przeprowadzony przez dyrektora Domu Śląskiego im. dr Łucji Stanickowej – Barbarę Kowacek-Jędrasik wprowadził dzieci w świat bajek śląskich, a Marek Szotysek zapadł w serca dzieci zapoznając je z popularnymi śląskimi zabawkami i zabawami wieku dziecięcego.

W holu przedszkola powstał kąpiel śląski, gdzie znalazł się tradycyjny śląski byfj, który jest systematycznie



Rzeźba Beboczki Lusi z gynsim pypkiem. Fundatorzy Ewelina i Paweł Krzeszowscy.

wzbogać przez rodziców przedszkolaków w typowo śląskie przedmioty.

Dzięki współpracy z MDK „Południe” w przedszkolu zostały przeprowadzone zajęcia „Śląska biesiada barbórkowa”, „Poznajemy strój śląski”, Śląskie obrzędy” za co dziękujemy pani A. Matejuk i B. Kowacek-Jędrasik.

Zaangażowanie rodziców naszych wychowanków jest nieocenione, pomogli nam wzbogacić zaplecze dydaktyczne w pomoce naukowe i edukacyjne, które posłużyły w przybliżeniu dzieciom tematu regionalizmu.

Uroczystość zakończyła się odsłonięciem rzeźby Beboczki Lusi z gynsim pypkiem (stokrotką), za którą serdecznie dziękujemy państwu

ŚLŌNSKI ALFABET			
A a afa malpa	B b bebök straszylko	C c cug pociąg	Ć ć ćwikla burak
D d dzioszka dziewczynka	E e elefant słoń	F f fuzekla skarpetka	G g galoty spodnie
H h hasiók kosz	I i izba pokój	J j jakla kurтка	K k kamela wielbłąd
L l lojfer dywan	Ł ł labönt labędź	M m mota ćma	N n nupel smoczek
Ń ń kamiyń kamień	O o oberiba kalarepa	Ô ô ôbrózek obrazek	Ō ō ôma i ôpa babcia i dziadek
Ŏ ŏ gōdać mówić	P p paryzól parasol	R r zygór zegar	S s synek chłopiec
Ś ś ślabikōrz elementarz	T t tōmata pomidor	U u uciecha radość	W w widółka widelec
Y y chlyb chleb	Z z zdrzadło lustro	Ż ż żdriebko odrobina	Żż żymła bulka

Ewelinie i Pawłowi Krzeszowskim oraz panu Krzysztofowi Brzuchowskiemu. Dzięki temu udało nam się wzbogacić szlak Beboków w Katowicach, dodając unikalny element do miejskiego krajobrazu. Lusia natomiast będzie przypominać dzieciom i wszystkim odwiedzającym przedszkole o śląskich korzeniach.

Nadanie imienia dr Łucji Stanickowej Miejskiemu Przedszkolu nr 93 było niezwykłym wydarzeniem,

które podkreśliło wagę tradycji i edukacji, związanych z Górnym Śląskiem. Wspólne wysiłki dzieci, rodziców i całej społeczności przedszkolnej uczyniły to wydarzenie niezapomnianym.

Dziękujemy wszystkim, którzy aktywnie wspierali nas w naszych działaniach, a tym samym przyczynili się do krzewienia idei Małych Ojczyzn wśród małych obywateli.

■ ANNA BOROŃ

Na karuzeli atrakcji, która nie przestaje się kręcić

Czy zabawa może nie kończyć się wraz z dzieciństwem? Czy motywowanie innych przy jednoczesnym rozwijaniu swoich pasji może stać się sposobem na życie? Czy można pozostać na zawsze tą dziewczynką, która na ubogich placach zabaw późnego PRLu musiała wymyślać zabawy dla siebie i swoich rówieśników, a jednocześnie być pełną świadomie rozwijanych zainteresowań, prowadzącą firmę kobietą? Na wszystkie z tych pytań nasza rozmówczyni – Agnieszka Matejuk z osiedla Odrodzenia, absolwentka studiów z animacji społeczno-kulturalnej w Cieszynie – bez wątpienia udzieliłaby twierdzącej odpowiedzi.

– Gdy byłam w podstawówce, a chodziłam tutaj do 27, sami organizowaliśmy sobie czas wolny, nie znaleźliśmy jeszcze gier online, internetu, ani telefonów komórkowych. Nie każdy nawet miał telewizor, a z pewnością nikt nie miał komputera. Tu, gdzie teraz jest Bażantowo, były nieużytki, na których kreowaliśmy nasze własne krainy. I chyba przeniosłam to do życia dorosłego. Lubię pobudzać ludzi do działania – mówi nasza bohaterka.

DOSSIER FIRMOWE

Umówić się na wywiad z panią Agnieszką w okresie przełomu maja i czerwca, to do łatwych zadań nie należy. Prowadzona przez nią ALE Firma działa w trzech strefach. Pierwszą chronologicznie były animacje, które pojmowane są szeroko:

– Organizujemy różne imprezy – głównie dla dzieci, dla rodzin, a ostatnio też sporo dla naszych wspaniałych seniorów. Nie tylko tych z Katowic, bo dojeżdżam na warsztaty do miast ościennych. To wszystko kręci się już czternasty rok – opowiada o rozwoju tej dziedziny. – Kiedy zaczynałam studia na animacji, przyjaciele pytali, czy rysuję tam Bolka i Lolka.

Kiedy została mamą, zainteresowały ją zajęcia dla maluszków. Nie było ich wtedy dużo, więc zorganizowała własne. Od siedmiu lat prowadzi Akademię Malucha, początkowo tylko w domu kultury w Piotrowicach, teraz w kilku lokalizacjach. W czasie pandemii korzystała także z pomieszczeń udostępnionych przez Spółdzielnię Mieszkaniową „Silesia”, tak by z milusińskimi i ich opiekunami móc się spotykać w bardzo kameralnych grupkach.

– Od dwóch lat profesjonalnie zajmę się promocją naszej kultury ludowej i śląskiej. Skończyłam podyplomowe studia edukacji regionalnej – przybliży nam trzeci z obszarów działalności.

JURA I GROTY

To tylko syntetyczne ujęcie obszarów działalności firmy, bo gdy przyrzec się bliżej, jak na karuzeli wesołym miasteczku odsłaniają się nam kolejne atrakcje, które są pasją pani Agnieszki, i w których mogą uczestniczyć jej klienci.

Katowiczanka jest przewodnikiem jurajskim:

– W swojej pracy często sięgam po to, co mnie interesuje i wtedy mam wrażenie, że jest to bardziej autentyczne, a pasją zarażam innych. Moją miłość do skał, do Jury, do jaskiń mogę przekazywać prowadząc wycieczki i to nie jako przewodnik, który tylko opowiada, ale też aranżując atrakcje: wspinaczkę, gry terenowe, bardziej interaktywne oprowadzanie po Szlaku Orlich Gniazd – wymienia pasjonatka.

Żeby być przewodnikiem, ukończyła kurs organizowany przez PTTK zakończony egzaminem państwowym.



Agnieszka Matejuk w przebraniu Heksy.

Nasza bohaterka jest grotolazem:

– Obecnie już nie można wprowadzać wycieczek do jaskiń na terenach parków krajobrazowych, ale kiedy robiłam uprawienia, jeszcze nie było tego zakazu. Mogłam zaprowadzić dzieci do jaskini, która nie była trudna, gdyż była cała poziomo i pokazać im, jak to jest pod ziemią – wspomina pani Agnieszka.

Pochwalić się może też speleologicznymi doświadczeniami. Uczestniczyła w kilku wyprawach eksploracyjnych w Polsce i zagranicą. Miała okazję być jedną z pierwszych osób, które stąpały po miejscach ukrytych od zawsze przed ludzkim wzrokiem.

– To prawie jak chodzenie po innej planecie – podsumowuje.

STROJE I INSTRUMENTY

– Ciągle szukałam czegoś jeszcze innego. Przyjaciele namówili mnie na pierwszą potańcówkę z muzyką ludową na żywo... i to było to. Powróciły też moje dawne śpiewaczki zapędy. Tańczymy w sposób niestylizowany, tak jak nam w duszy gra, nie mamy choreografii jak z Zespołu Pieśni i Tańca. Mamy warsztaty, gdzie uczymy się, jak dawniej tańczono poleczkę i oberki. Poznaliśmy też stare pieśni i przyśpiewki – przybliży nam kolejne ze swoich zainteresowań.

Ta spontaniczna czynność pchnęła ją w kolejny kierunek. Roztrząsając zaczęła, co ze sobą noszą cała ta muzyka, tańce i śpiew. Bardzo wiele z nich to utwory obrzędowe, które powstały w określonym celu, były wykonywa-

ne przez ludzi w dawnych czasach w konkretnych sytuacjach, pozostając jednocześnie ich niejednokrotnie jedyną rozrywką (a jak już wiemy, to słowo klucz, które zawsze musi uruchomić naszą bohaterkę). Brnąc w te fenomeny kulturowe, zapoznawała się z okolicznościami historycznymi, które je zrodziły. Koleżanka podsunęła jej myśl o studiach podyplomowych i skończyła wiedzę o regionie na UŚ.

Prowadząc lekcje z tej dziedziny ubiera się w stosowny strój:

– Dorobiłam się strojów galowego i na bezydzień – chwali nam się. Nie ukrywa przy okazji, że jest krojkocikiem, bo w połowie Zagłębianką, więc nie mogła takich szat wynieść z domu rodzinnego.

Jakby tego było mało, gra na bębnie obręczowym:

– To prosty instrument perkusyjny na którym można grać nie znając nut – opowiada – Był tradycyjnie wykorzystywany także na naszych terenach. Ponieważ w moim przypadku skrzypce, akordeon i trąbka odpadały, bęben okazał się tym instrumentem, którego mogę używać, bawiąc się z dziećmi, a one bardzo żywo reagują na muzykowanie i śpiew na żywo.

Swoją bęben znalazła na targu instrumentów dawnych podczas Festiwalu Mazurki Świata w Warszawie u mistrza, który sprzedawał bębni ręcznie robione.

PRZEMIŁE SPOTKANIA

Ostatnimi czasami mieszkańcy osiedla spotkać mogli panią Agnieszkę jako damę dworu na Pikniku Królewskim, konferansjerkę w stroju ślą-



Akademia Malucha.



III Festyn Pieczonego Kartofla 2023.



Zabawa w malowniczym pejzażu Jury Krakowско-Częstochowskiej.

skim na pikniku „Kierunek Południe” organizowanym przez SM „Silesia” i ZSP22, a z okazji Dnia Dziecka – 4 czerwca – na festynie szalały jej cztery żywioły, a naszą bohaterkę mogli państwo rozpoznać w Matce Ziemi, która prowadziła aktywności manualne dla dzieciaków.

By impreza się udała, pomagają animatorki, face-painterki, tancerki, aktorzy, konferansjerzy i z nimi wszystkimi współpracuje.

Pozostaje w stałym kontakcie z kierowniczką Działu Kulturalno-Oświa-

towego Spółdzielni – panią Dorotą Ostrowicz. Wspólnie już obmyślają plan na wrześniowy IV Festyn Pieczonego Kartofla, bo gdy jest impreza na dzielnicy, Agnieszka Matejuk może mieszkańców zaskakiwać kolejnymi swoimi pomysłami, a przez to wrócić do korzeni swojej życiowej pasji, która tu na osiedlu – między tymi blokami, i tam trochę dalej, gdy jeszcze tamtych bloków wcale nie było – zakwitała przed laty jak wiosenne kwiatki na skwerach między budynkami. ■

W ramach realizacji zadania publicznego, Zarząd Towarzystwa Śpiewaczego MODUS VIVENDI Chór Mieszany w Katowicach – Piotrowicach złożył do Urzędu Miasta Katowice projekt w ramach inicjatyw kulturalnych: kultura, sztuka, ochrona dóbr kultury i dziedzictwa narodowego oraz podtrzymywanie i upowszechnianie tradycji narodowej i regionalnej, pielęgnowanie polskości oraz rozwój świadomości narodowej, obywatelskiej i kulturowej w ramach zaspakajania potrzeb kulturalnych mieszkańców miasta oraz realizacji zadań własnych gminy i powiatu w celu realizacji w konkursie ofert pn. „Rozśpiewane Piotrowice”.

W ramach projektu mieszkańcy Katowic uczestniczyli w warsztatach muzycznych podnosząc swoje umiejętności wokalne oraz przygotowując repertuar na koncert finałowy. Warsztaty muzyczne odbywały się w klubach osiedlowych Spółdzielni Mieszkaniowej „Silesia” w dniach 15 maja w klubie „Żurawia”, 22 maja w klubie „Północna” i 5 czerwca w klubie „Silesianka” przy ul. Radockiego 282. Organizatorem całego projektu jest Zarząd Główny Śląskiego Związku Chórów i Orkiestr w Katowicach przy współpracy z Towarzystwem Śpiewaczym „Modus Vivendi” Chór Mieszany. Zadanie zostało współfinansowane z budżetu Miasta Katowice. 15 czerwca 2024 roku na osiedlu Odrodzenia odbył się koncert plenerowy ROZŚPIEWANE PIOTROWICE. Wspólnie z mieszkańcami Piotrowic wykonano utwory ze zbiorów etnomuzykologa i folklorysty Adolfa Dygacza, m.in. *Wele drogi oset, Piekła baba*

Wspólne koncertowanie w Piotrowicach



Rozśpiewane Piotrowice – projekt dla uczestników co im „w duszy gra”.

chlyb, Pado górnik do górnika, Nie chcę cię, nie chcę cię, Mamulko moja, Zasnęła dziewczeczka pod lelują, Koziery bych tańcowała. Uczestnicy koncertu może byli zdziwieni, a nawet skonsternowani wyglądem chórzystów. Bo przecież koncert, spektakl, przedstawienie kojarzy się z czymś niecodziennym, odświętnym a czasem może nawet niedostępnym. Zamykanie muzyki w sali koncertowej, kościele w otoczeniu smoków i wieczorowych kreacji powoduje powstanie pewnej bariery między słuchaczem a wykonawcą. Projekt „Rozśpiewane Piotrowice” tę właśnie barierę miał całkowicie zlikwidować, zatrzeć granicę między wykonawcą a odbiorcą, bo muzyka jest dla wszystkich bez wyjątku i chcemy aby każdy mógł jej doświadczać i ją wykonywać. Dlatego jeśli uczestnikom „w duszy gra” to mogli spróbować swoich sił w utworze *Wstaje górnik do roboty*, szczególnie na koniec każdej zwrotki na słowach *Hop, siup, hopaj dana. Hopaj siupaj dana*. Śpiewnik, z którego utwo-

ry były wykonywane dla uczestników koncertu powstał specjalnie na potrzeby projektu „Rozśpiewane Piotrowice”. Został napisany przez Karolinę Ryczek-Zgołę, która wybrała 10 pieśni spośród zbiorów źródłowych wspomnianego już Adolfa Dygacza, a także dokonała ich opracowań dwugłosowych.

Ślonsko Godka to nie jest jeden ustandaryzowany język, którym wszyscy posługują się tak samo, niemal urzędowo. Jeżeli macie znajomych z Tarnowskich Gór, Radzionkowa, Piekar Śląskich, Bytomia, Rybnika, Pszczyzny, Żor, Cieszyna, a czasami nawet... z sąsiedniej klatki, to wiecie, że ile osób, tyle wersji śląskiego różniących się słownictwem, wymową, zwrotami, a nawet gramatyką. W jedną z tych dalszych lingwistycznych podróży po Śląsku, zaprosiliśmy uczestników do utworu *Cieszyniok*, to nie tylko różnice słowne, ale i muzyczne, bo dotychczas słuchaliśmy głównie najpopularniejszych w śląskiej muzyce polek i walczyków, teraz za

to mogliśmy posłuchać chodzonego, czyli protoplasty poloneza.

Wiele śląskich, dziecięcych, muzycznych zabaw takich jak *Kowol, Owczareczek*, czy *Gołqbek* jest niestety często zapomnianych. Na szczęście coraz powszechniejsze stają się projekty takie jak na przykład Mały Kolberg w ramach których odszukuje się, przywraca oraz digitalizuje piękne, dawne zabawy ludowe. Jest natomiast jedna taka śląska zabawa, którą znają pokolenia, a o jej ty ty, o jej ty każdy z nas potrafi zaprezentować. Mowa oczywiście o *Groziku*, który był utworem wykonanym na koniec w pierwszej części koncertu.

W drugiej części koncertu przygotowane zostały w ramach warsztatów z mieszkańcami Katowic, wykonane przez Chór Mieszany TŚ MV utwory z cyklu „Dziesięć Pieśni Śpiewanych na Śląsku” autorstwa Norberta Krocza – *Bytomski mosteczek łogiboł się, Przy studziencie siedziała, Jakem maszerowała muzyczka grała, Gorzała lipka gorzała Kochanka pod nią siedziała, Stoi u wody*

myśliwczuk młody, Zachodzi słońeczko za las Kalinowy, Deszcz idzie wiatr wieje, Wczoraj była niedzielczka dzisiaj smutny dzień, Bez woda Koniczki bez woda, czy też, Listeczku dębowy wpadłeś mi do wody.

Prosimy jeszcze raz o uznanie szczególnie dla tych, którzy odważyli się pierwszy raz wystąpić publicznie ze śpiewem na ustach, wielkie brawa... Jak Państwo zapewne zauważyli podstawą naszego zespołu warsztatowego był chór mieszany Towarzystwa Śpiewaczego Modus Vivendi.

Udział mieszkańców Piotrowic w koncercie jest nadzieją przekonania uczestników, że śpiew to coś pięknego, ale także codziennego, dostępnego dla każdego. Zachęcamy, aby nie wstydził się ktokolwiek śpiewać także w domu, z rodziną czy znajomymi. Życzymy zarówno uczestnikom jak i sobie, aby Śląsk znów był jednym z najbardziej rozśpiewanych regionów Polski, tak jak z dawnych lat, a przykładem dla innych niech będą nasze „Rozśpiewane Piotrowice”.

Serdecznie zapraszamy mieszkańców nie tylko Piotrowic ale i ościennych dzielnic na wspólne śpiewanie i koncertowanie. Zajęcia odbywają się w każdą środę o godz. 17.45 w salce Domu Parafialnego Nazaret ul. Radockiego 251/1 p.

**Cześć Pieśni i Muzyce!
Śpiewaczki i śpiewacy
TŚ Modus Vivendi**

Szanowni Państwo,

w związku ze zbliżającym się sezonem wakacyjnym przypominamy, aby odpowiednio zabezpieczyć przed planowanym wyjazdem swoje mieszkania, piwnice, garaże lub inne pomieszczenia gospodarcze. Można poprosić kogoś z rodziny lub zaufanego sąsiada, aby przychodził do naszego mieszkania nie tylko po to żeby podlać kwiaty, ale by sprawić wrażenie, że w mieszkaniu ktoś przebywa. Należy również zadbać o to, żeby np. sąsiad zebrał ulotki spod drzwi lub zwrócił uwagę, gdyby ktoś podejrzany chodził np. po klatce schodowej. W przeszłości w wielu przypadkach pomimo tego, że sprawcy włamań swoim działaniem musieli wywołać sporo hałasu – w nikim nie wzbudziło to żadnych podejrzeń. Złodzieje kradną wszystko co stanowi jakąkolwiek wartość. Najczęściej łupem „amatorów cudzej własności” padają rowery, sprzęt sportowy (np. narty, rolki), opony i felgi lub elektronarzędzia trzymane w piwnicach lub pomieszczeniach gospodarczych.

Pamiętajmy o tym, żeby nie być obojętnym na podejrzane sytuacje, w pierwszej kolejności zawsze powinniśmy zadzwonić pod numer alarmowy wzywając interwencję policji. Zdarzało się w przeszłości, że świadek zdarzenia w pierwszej kolejności chciał nagrać wizerunek sprawców lub np. podejrzany pojazd telefonem komórkowym, a potem dopiero zgłaszał interwencję, co skutkowało oddaleniem się sprawców z miejsca zdarzenia przed przybyciem służb.

Mając na uwadze powyższe policja apeluje:

- drzwi wejściowe do piwnic zawsze należy zamykać na klucz – nawet w ciągu dnia,
- drzwi wejściowe do klatki schodowej bloku również powinny być zamknięte,
- warto także zwracać uwagę na dochodzące z piwnic nietypowe odgłosy, gdyż często mogą to być działania sprawców włamań,
- pamiętajmy, by nie otwierać domofonu przypadkowym osobom, bez upewnie-

nia się kim są i w jakim celu chcą wejść do budynku,

- nigdy nie podajemy kodów do domofonu dostawcom, kurierom oraz innym osobom, które nie są mieszkańcami bloku,
- gdy zauważymy w korytarzu bloku lub piwnicy obcą, podejrzanie zachowującą się osobę, należy powiadomić policję, dzwoniąc na nr 997 lub 112,
- pamiętajmy, że nasza postawa może dzisiaj uchronić przed stratą naszego sąsiada, a jutro to on może okazać się pomocny kiedy złodzieje spróbują zagarnąć należące do nas rzeczy.

Kolejną rzeczą o której warto wspomnieć, to zagrożenia związane z osobami, które podszywają się pod pracowników różnych firm i instytucji tak, aby wzbudzić nasze zaufanie i żebyśmy wpuścili ich do swoich mieszkań. Sprawcy pod pozorem wykonywania różnych czynności np. przeprowadzenia ankiety, sprawdzenia instalacji gazowej czy elektrycznej, wykorzystują naszą nieuwagę i dokonują kradzieży cennych rzeczy lub gotówki. Pamiętajmy aby za każdym razem kiedy mamy wątpliwości w takich sytuacjach zgłosić interwencję policji pod numerami telefonów alarmowych.

W okresie wakacyjnym często szukamy okazji w internecie, aby znaleźć atrakcyjne noclegi, zakupić sprzęt rekreacyjny lub odzież w promocyjnych cenach, oszuści niestety w dzisiejszych czasach potrafią to doskonale wykorzystać. Sieć internetowa daje im bardzo szerokie możliwości do działania np. poprzez znane portale zakupowe lub fałszywe maile, smsy lub wiadomości w aplikacji WhatsApp, podszywając się pod sprzedawcę, bank, kuriera lub dostawcę energii, co często doprowadza poszkodowanych do utraty wszystkich środków pieniężnych posiadanych na bankowym koncie osobistym. Nigdy nie otwierajmy maili, wiadomości z nieznanymi źródłami, nie klikajmy w żadne podejrzane linki, ponieważ najczęściej kończy się to wgraniem złośliwego oprogramowania na nasz telefon lub komputer, co



następnie skutkuje kradzieżą naszych danych do kont, maili itp.

Czas urlopów to również czas wyjazdów, wzmoczonego ruchu zwłaszcza w okolicy znanych miejscowości turystycznych. Pamiętajmy aby zawsze zachować ostrożność na drogach, dostosować prędkość do panujących aktualnie warunków. Przestrzegajmy przepisów ruchu drogowego, szczególnie tych związanych z bezpieczeństwem przewożenia pasażerów, chodzi o foteliki dla dzieci oraz pasy bezpieczeństwa, które w przypadku zdarzeń drogowych chronią nasze życie i zdrowie.

Na koniec prosimy również o rozwagę w czasie wypoczynku nad wodą, niestety pomimo prowadzonych kampanii informacyjnych w mediach lub przez dzielnicowych tutejszej jednostki w placówkach oświatowych na terenie Piotrowic i Ochojca, co roku docierają do nas informacje o tragicznych zdarzeniach. Przede wszystkim pamiętajmy o najmłodszych aby bawili się w wodzie tylko pod opieką osób dorosłych, najlepiej na strzeżonych kąpieliskach. Kolejnym zagrożeniem jest wchodzenie do wody po spożyciu alkoholu, wtedy często włącza się brawura, lekkomyślność i zła ocena sytuacji i swoich umiejętności pływackich.

Komendant Komisariatu IV Policji w Katowicach wraz z funkcjonariuszami z okazji zbliżających się wakacji życzy bezpiecznego wypoczynku, niezapomnianych wrażeń, interesujących podróży oraz szczęśliwego powrotu do domu.

Komendant Komisariatu IV Policji
w Katowicach
mł. insp. Ireneusz Szafranek

PORADY PRAWNE

Co grozi za sprzedaż mieszkania z długami

Przy zawieraniu umowy sprzedaży lub darowizny mieszkania, zazwyczaj notariusz żąda od sprzedającego lub darczyńcy zaświadczenia ze Spółdzielni mieszkaniowej o tzw. niezaleganiu z opłatami na rzecz Spółdzielni. Powyższe ma na celu ochronę pewności obrotu prawnego i upewnienie się, że sprzedający lub darczyńca nie pozbywa się majątku w celu uniknięcia egzekucji komorniczej.

Zdarza się jednak, że notariusz poprzestaje na zapewnieniu zbywcy, że ten nie posiada zadłużenia względem Spółdzielni. Co grozi za złożenie fałszywego oświadczenia o braku zadłużenia i sprzedaż lub darowanie mieszkania pomimo posiadania długów w stosunku do Spółdzielni?

Otóż osoba, która złożyła takie fałszywe oświadczenie nie pozostaje bezkarna. Problemy może również mieć nabywca mieszkania.

Przede wszystkim, wraz ze zbyciem mieszkania długi nie znikają i nie przechodzą na nowego właściciela. Jednak jeżeli mieszkanie było w zasadzie jedynym wartościowym majątkiem, którego wyzbycie się spowodowało niewypłacalność dłużnika, to wierzycielowi, czyli Spółdzielni przysługuje roszczenie – tzw. Skarga Pauliańska.

Kierowana jest ona przeciwko nowemu właścicielowi mieszkania i powoduje, że kwestionowana czynność prawna, czyli sprzedaż lub darowizna, zostaje uznana za nieważną w stosunku do wierzyciela. Powoduje to możliwość skierowania egzekucji do tego składnika majątku, co może być niemiłym zaskoczeniem dla kupującego lub obdarowanego.

Jeżeli osoba która nabyła mieszkanie uzyskując w ten sposób korzyść majątkową, pozostawała w bliskim stosunku ze zbywcą, istnieje domniemanie, że wiedziała o długach.

Zatem będąc kupującym lub obdarowanym, zawsze warto żądać aby druga strona przedstawiła u notariusza stosowne zaświadczenie o niezaleganiu z opłatami na rzecz Spółdzielni. ■

- PRZEPROWADZKI
- USŁUGI TRANSPORTOWE
- WYWÓZ ZBĘDNYCH PRZEDMIOTÓW
- PRZYGOTOWANIE LOKALU DO SPRZEDAŻY, ZDANIA, REMONTU
- PORZĄDKOWANIE PIWNIC, STRYCHÓW, GARAŻY, ALTAN, KOMÓREK LOKATORSKICH, itp.

BEZPIECZNA WSPÓŁPRACA

DOŚWIADCZENI PRACOWNICY

PROFESJONALNA OBSŁUGA

SPRYTNE ROZWIĄZANIA

NOWOCZESNA FLOTA

PRECYZYJNE ZAPLECZE



ul. Orkana 25A
40-553 Katowice

tel. 536 086 086

kontakt@transportkatowice.pl



www.przeprowadzkikatowice.eu



Bezpieczne Mieszkanie

zapewni Ci ochronę w sytuacji:



Zalanie, pożar

w wyniku którego zniszczy się Twoje mieszkanie oraz znajdujące się w nim wyposażenie, np. meble, sprzęt, podłogi, odzież



Twoje dziecko

zarysuje samochód sąsiada lub stłucze okno w jego mieszkaniu



Stłuczenie, pęknięcie

które spowoduje zniszczenie szklanych elementów wyposażenia mieszkania, np. płyty indukcyjnej, kabiny prysznicowej, lustro



Włamanie

w wyniku którego stracisz wyposażenie mieszkania lub przedmioty typu biżuteria, sprzęt RTV, AGD, meble, odzież



Awaria urządzeń i instalacji

w wyniku których dojdzie do zalania Twojego mieszkania lub mieszkania sąsiada



Przebiecie

gdy nagły wzrost napięcia w sieci elektrycznej spowoduje uszkodzenie Twojego sprzętu, np. telewizora, laptopa, lodówki



Twój pies

podczas spaceru ugryzie przechodnia lub skoczy na niego i zniszczy mu ubranie



Rabunek

roweru, telefonu lub torebki poza miejscem ubezpieczenia



Kradzież

roweru z Twojej piwnicy



Niewyłączone żelazko

spowoduje pożar

Jak się ubezpieczyć?

Wypełnij wniosek, zanieś go do administracji Twojej spółdzielni lub przekaz przedstawicielowi UNIQA, opłacaj składki wraz z opłatami za mieszkanie i ciesz się ochroną.

NIERUCHOMOŚCI
sprzedaż - wynajem - zarządzanie

ul. Bażantów 24
tel. 32 431 02 10
www.wizzdom.pl

PRACOWNIA PROTETYCZNA

BEZPŁATNA KONSULTACJA rok założenia 2000 r.

Naprawa protez zębowych oraz wszelkie prace protetyczne

tel. 504 552 252
ul. Radockiego 90, VIIp.

TRZECIE ZĘBY
USŁUGI PROTETYCZNE

Ewa Francik
30 LAT DOŚWIADCZENIA
Darmowe porady

ZAPRASZAM - Radockiego 60
poniedziałek, środa, czwartek 16:00 - 19:00
sobota 9:00 - 12:00
tel. 503-051-882

REMONCIK

Gładzie gipsowe, szpachlowanie, malowanie, poprawki

KRZYSZTOF
tel. 500 368 543

UWAGA LOKATORZY!

NAPRAWA I KONSERWACJA OKIEN
WYMIANA OKUĆ I USZCZELEK

508-769-362

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Silesia” w Katowicach oferuje do wynajęcia:

POWIERZCHNIE NA DZIAŁALNOŚĆ GOSPODARCZĄ:

- ul. Spółdzielczości 30 (~100 m²) ■ pomieszczenia i wc usytuowane na poziomie piwnic budynku mieszkalnego, wyposażone w instalację elektryczną (indywidualna umowa), wodno-kanalizacyjną, centralnego ogrzewania.
- ul. Gen. Jankego 116-120 (~ 50,00 m²) ■ obiekt wolnostojący - po byłej hydroforni, wyposażony w instalację elektryczną.
- ul. Radockiego 250 (~ 11,00 m²) ■ w skład powierzchni wchodzi 1 pomieszczenie oraz wc, lokal wyposażony jest w instalację wodno-kanalizacyjną, centralnego ogrzewania i elektryczną (indywidualna umowa), usytuowany jest na VIII piętrze budynku mieszkalnego.
- ul. Radockiego 178 (~ 20,00 m²) ■ w skład powierzchni wchodzi 1 pomieszczenie podzielone ścianką + drzwi przesuwne oraz wc, lokal wyposażony jest w instalację wodno-kanalizacyjną, centralnego ogrzewania i elektryczną (indywidualna umowa), usytuowany jest na IX piętrze budynku mieszkalnego.
- ul. Radockiego 180 (~ 13,00 m²) ■ w skład powierzchni wchodzi 1 pomieszczenie oraz wc, lokal wyposażony jest w instalację wodno-kanalizacyjną, centralnego ogrzewania i elektryczną (indywidualna umowa), usytuowany jest na V piętrze budynku mieszkalnego.
- ul. Radockiego 258-260 (10,00 m²) ■ w skład powierzchni wchodzi 1 pomieszczenie oraz wc, lokal wyposażony jest w instalację wodno-kanalizacyjną, centralnego ogrzewania i elektryczną (indywidualna umowa), usytuowany jest pomiędzy budynkami mieszkalnymi, posiada odrębne wejście.

- ul. Żurawia 80 (~ 26,00 m²) ■ lokal mieszczący się na 1 piętrze pawilonu handlowo-usługowego, wyposażony jest w instalację elektryczną (indywidualna umowa), centralnego ogrzewania. Możliwość korzystania z wc.
- ul. Żurawia 32 (~ 100,00 m²) ■ w skład powierzchni wchodzi pomieszczenie główne, pomieszczenie biurowe, pomieszczenie socjalne i wc, lokal wyposażony jest w instalację wodno-kanalizacyjną, centralnego ogrzewania i elektryczną (indywidualna umowa). Dostęp z poziomu zero (do pomieszczenia głównego o pow. 73,00 m² i wys. 3,00 m wjazd przez bramę).

Działalność prowadzona w lokalach nie może zakłócać spokoju mieszkańcom.

POWIERZCHNIE BUDYNKÓW NA CELE REKLAMOWE

- ul. Żurawia 44 ■ ul. Tyska 2 ■ ul. Poprzeczna 2a
- ul. Gen. Z. Waltera-Jankego 119, 121, 123 ■ ul. Radockiego 70a

MIEJSCA PARKINGOWE I POSTOJOWE

- ul. Żurawia 34, 36, 37 - miejsca parkingowe
- ul. Szewska 4B, 4C - miejsca parkingowe
- ul. Szewska 4 - miejsca na przechowywanie motocykli w zadaszonej i zamkniętej części wiaty gospodarczej
- ul. Głuszców 9 - garaże blaszane znajdujące się na terenie ogrodzonym i monitorowanym, miejsca postojowe pod zadaszoną wiatą

Informacji udziela Dział Eksploatacji
(pokój nr 28 w siedzibie Spółdzielni przy ul. Głuszców 9 w Katowicach),
pod nr telefonu 32 202-80-34 wew. 336, 346.

OGŁOSZENIA

■■■

NAPRAWA TELEWIZORÓW U KLIENTA. FESTERKIEWICZ. TEL. 603-585-329

■■■

CHEMIA - MATEMATYKA. TEL. 609-313-634

Adwokat i Radca Prawny

www.kancelaria-piotrowice.pl

ul. Zbożowa 38 (TOMBOR) tel. 503 016 291

Pomoc prawna z zakresu:

- spadków,
- spraw rodzinnych,
- windykacji,
- wykroczeń,
- prawa pracy,
- nieruchomości,
- spraw administracyjnych,
- reprezentacja przed sądami i organami.

SILESIA

Bezpłatne pismo mieszkańców Spółdzielni Mieszkaniowej „SILESIA” w Katowicach

Adres redakcji: ul. Głuszców 9, 40-668 Katowice, tel. 32-202-80-34, silesia@smsilesia.pl

Redaguje zespół. Materiały kierowane do redakcji prosimy wysłać na adres spółdzielni z dopiskiem „Gazeta” lub składać w siedzibie spółdzielni.

Redakcja materiałów niezamówionych nie zwraca i zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów; za treść ogłoszeń i reklam nie odpowiada.

Nakład 5.500 egz.

Realizacja: Agencja Reklamowa KARAT
Druk: Polska Press Sp. z o.o. Oddział Poligrafia, Drukarnia Sosnowiec, ul. Baczyńskiego 25A

KRZYŻÓWKA WAKACYJNA

Trudniejsze wyrazy: ALEC - AZER - BAMBI - BOGART - GOGOL - JEREMI - MOORE - OLSEN - ORSON - REGENT

Autor „Ozenku”, „Rewizora” Badacz Arktyki	Morska - w Jastarni	13	Imię Przybory Antonim zysku	Długi, nudny referat	Gwarowo o ziemniaku Fomalik, Legień lub Pawlak	6	Piwna marka Jelonek z bajki Walta Disneya	Sprężysta siatka akrobaty Drobina energii	3	Gaz biotny, CH ₄	Smaczna część kurczaka Dział w hucie	Atak złości, furia	Długi wyrób hutniczy
Kraina na Ukrainie			8	Eksces, wyskok			Prosił o rękę w czyimś imieniu	Baldwin lub Guinness		Akrylowy Skupia kraje Europy	Fachowa opieka	Paź królowej, owad	Welles, amer. reżyser i aktor
D. amer. aktor filmowy Fantowa		4	Nad nią słynne zamki Francji	Kieliszek do wina		11	Podpowiada zwierzęciu	Metal jak planeta		Zaraz po żniwach	Sąsiad Gruzina, Ormianki	Alkohol w trunku	Gra rolę Hamleta
2	Grześ, polski satyryk	W rodzinie Fiata	Odprawa suma	Literackie wyzwiśko	Rabat przy kupnie		15	Odpowiada za filmowe miecze, sztylety Pelen mniszek	Solowa akcja piłkarza	Duży ptak z Andów	Poświadczanie jakości wyrobu		
Namiot ze skór bizonich	Radosny tan	Włoski klub piłkarski	Animusz do pracy Kubek na wodę	5			Jeszcze nie senior Leciał z lkarem Jest nim Interia			Polskie włókno Egon z gangu		Roślina, gatunek gryki	Przyścienna lampka
Pod palcami informatyka, pianisty	Świderek lub Orszulik	14	Zdobi głowę króla	Rządził w zastępstwie monarchy	Defekt skanera, pralki	Tomasz, bokser „Góral”	Zartem o sercu	Sprzedaj napój z pianką za bilon Górka siana		Nad nią miasto Wojtyły	Srebrna moneta w troszce	Grzeje szyję Zator ze śniegu	
Chroń twarz florecisty	Reakcja na apel			Cząstka kredytu do spłaty	Samochód farmera		17	Część tnąca noża		7	Bagienny materiał opałowy	Litewski placek	Spięte w biurze, sądzie
				Lady ... z estrady	Wybryk natury	10	Maszyna z łyżką		Sztabka z metalu		Boisko przy szkole		
Demi, aktorka amer.	Uśmiechu lub Orła Białego			Miasto w USA (Floryda)	Rzadkie imię żeńskie		9	Czerw lub pędrak	16	Dębowy na podłodze	Podobna do Mirindy		
Knajpa, gospoda	Główna tętnica	12	Desen szkocki										

Dla Czytelników, którzy do 31 LIPCA 2024 ROKU nadesłały do naszej Spółdzielni (pocztą tradycyjną na adres SM „SILESIA”, ul. Głuszców 9, 40-668 Katowice

lub mailową silesia@smsilesia.pl z podaniem danych teled adresowych) poprawne rozwiązanie (z zaznaczeniem: KRZYŻÓWKA WAKACYJNA) przewidziano 3 upominki.

Upominki - za poprawne rozwiązanie KRZYŻÓWKI ŚWIĄTECZNEJ z poprzedniego wydania otrzymują: Maria Brzozowska, Czesław Michałak, Klara Skrobiranda-Słysz.

Gojnik – herbata górską

HISTORIA I TRADYCJA:

Gojnik jest ziołem, które od wieków jest wykorzystywane w medycynie ludowej. W Grecji występuje naturalnie i był powszechnie używany przez pasterzy i mieszkańców górskich wiosek. Suszony gojnik parzono, tworząc aromatyczną herbatę, która miała działanie relaksujące i przeciwbakteryjne.

SKŁAD CHEMICZNY:

- Polifenole: są to związki o silnym działaniu przeciwutleniającym. Pomagają w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym.
- Terpeny: w oleju eterycznym gojnika znajdują się terpeny, takie jak karwakrol, mirystycyna, mentol. Te związki mają różnorodne korzystne działanie, w tym przeciwbakteryjne i przeciwwirusowe.
- Flawonoidy glikozydowe: flawonoidy to grupa związków roślinnych, które wykazują działanie przeciwzapalne, antyoksydacyjne i przeciwnowotworowe. W gojniku występują w formie glikozydów, co zwiększa ich stabilność i biodostępność.
- Proteiny: choć w mniejszych ilościach, w gojniku mogą wspierać procesy naprawcze w organizmie.

- **Minerały:** gojnik jest bogaty w minerały, takie jak cynk, potas, fosfor, magnez, żelazo i miedź. Te pierwiastki są niezbędne dla prawidłowego funkcjonowania organizmu.

DZIAŁANIE PRZECIWBAKTERYJNE I PRZECIWPALNE:

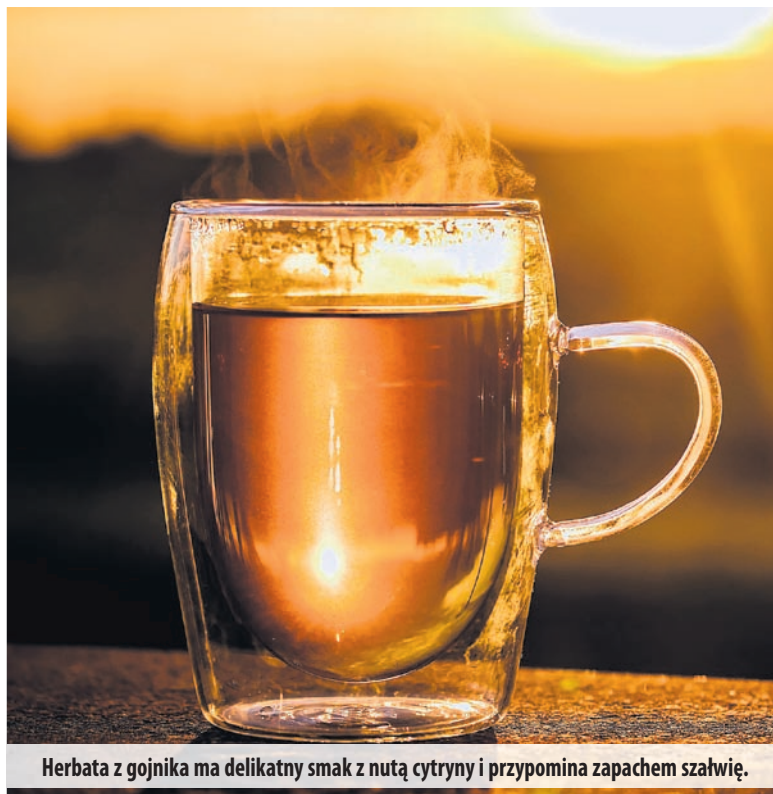
Gojnik jest bogaty w flawonoidy, które wykazują działanie przeciwbakteryjne i przeciwzapalne. Dzięki temu może pomóc w łagodzeniu objawów różnych dolegliwości, takich jak zapalenie błony śluzowej żołądka czy infekcje dróg moczowych.

WSPOMAGANIE UKŁADU ODDECHOWEGO

Herbata z gojnika działa wykrztuśniczo, co może być pomocne w przeziębieniach, kaszlu i katarze. Dodatkowo, jej właściwości antybakteryjne mogą pomóc w zwalczaniu infekcji.

POPRAWA NASTROJU I REDUKCJA STRESU

Gojnik wpływa na poziom serotoniny w mózgu, co może pomóc w poprawie nastroju i łagodzeniu ataków paniki. Regularne spożywanie herbaty z gojnika może przyczynić



Herbata z gojnika ma delikatny smak z nutą cytryny i przypomina zapachem szałwię.

nić się do ogólnego zrelaksowania organizmu.

WSPOMAGANIE KOŚCI I STAWÓW

Dzięki zawartości flawonoidów i innych składników, gojnik może pomóc w zapobieganiu osteoporozie oraz łagodzeniu objawów reumatyzmu. Można go również stosować

zewnętrznie jako okład na dotkniętą chorobą staw.

WSPIERANIE PAMIĘCI I KONCENTRACJI

Gojnik jest często stosowany jako naturalny środek wspomagający pamięć. Działa korzystnie na funkcje poznawcze, co może być szczególnie ważne w przypadku osób starszych.



mgr farmacji
BARTŁOMIEJ BOJDYLLA

INNE ZASTOSOWANIA:

Herbatę z gojnika można stosować zewnętrznie na rany, ponieważ działa antybakteryjnie i przyspiesza proces gojenia. Dodatkowo, gojnik może pomóc w obniżeniu ciśnienia krwi.

JAK PRZYGOTOWAĆ HERBATĘ Z GOJNIKA?

1. Na 1 litr herbaty potrzebujesz 5-10 gramów świeżej lub suszonej rośliny gojnika (kwiaty lub łądoga).
2. Gotuj wodę i zalej nią gojnik. Odstaw pod przykryciem na 5-10 minut, a następnie przecedź.

Herbata z gojnika ma delikatny smak z nutą cytryny i przypomina zapachem szałwię. Możesz ją urozmaicić różnymi dodatkami, aby wzmocnić jej działanie i wzbogacić smak. Teraz, gdy wiesz o właściwościach gojnika, możesz wykorzystać go w codziennej diecie i cieszyć się korzyściami dla zdrowia. ■

Najszybszy



światłowód

za **0 zł** abonamentu przez pierwsze 6 mies.

Zapraszamy do salonów Orange w Katowicach

- ul. 3-go Maja 30, Galeria Katowicka

- ul. Chorzowska 107, Silesia City Center

- ul. Kościuszki 229, CH Libero

- ul. Pułaskiego 60, CH Trzy Stawy

lub kontaktu na numer 506 481 318

Najszybszy internet światłowodowy FTTH w 2023 r. według



tu jest

Od 1. mies. przez całą umowę opłata 4,99 zł/mies. za modem. Od 7. do 24. mies. abonament wynosi 75,01 zł/mies. Abonament zawiera rabaty za e-fakturę i zgody marketingowe, oba po 4,99 zł/mies. Oferta dotyczy światłowodu do 600 Mb/s.

Oferta limitowana i ograniczona terytorialnie. Obszar promocji sprawdź u sprzedawcy. Ceny w umowach na 24 mies., aktywacja 60 zł (jednorazowo). Od 25. mies. umowa przedłuży się na czas nieokreślony, a cena wzrośnie o 10 zł/mies. Oferta nie łączy się z dodatkowymi rabatami na abonament i promocjami. Najszybszy internet w kategorii internetu światłowodowego FTTH w rankingu SpeedTest.pl w 2023 r.