



KLUKA

GAZETA WYDAWANA PRZEZ TOWARZYSTWO MIŁOŚNIKÓW RYDUŁTÓW OD 1994 ROKU

Nr 451 / 15 lipiec 2023



ISSN 146-9271 miesięcznik 2,50 zł (w tym 8% VAT)
Rydułtowy i gminy powiatu wodzisławskiego oraz rybnickiego



9 770142 692715



Festiwal Górnej Odry na Machnikowcu w Rydułtowach



Koncert TMR na Machnikowcu



Noc Świętojańska w Olzie





Spacer po Rydułtowach



Spotkanie z najlepszymi uczniami



Sprawozdanie z prac Burmistrza Referat Inwestycji

POPRAWA EFEKTYWNOŚCI ENERGETYCZNEJ W MIESZKALNYCH BUDYNKACH KOMUNALNYCH

BUDYNEK PRZY UL. GEN. JÓZEFA BEMA 6/6A

Wykonawcą robót jest Konsorcjum firm: lider Fobud Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością oraz uczestnik Tomasz Frydecki prowadzący działalność gospodarczą pod firmą: FOBUD Tomasz Frydecki z siedzibą przy ul. Rzemieślniczej 13, 44 – 321 Marklowice. Trwają roboty budowlane związane z ociepleniem budynku, przygotowaniem elewacji pod tynkowanie, wymianą okien, wykonywaniem wewnętrznych instalacji oraz z przygotowaniem pomieszczenia kotłowni. Termin realizacji: do 23 sierpnia 2023 r. Wartość umowy: 1 505 645,14 zł

BUDYNEK PRZY UL. GEN. JÓZEFA BEMA 28

Wykonawcą robót jest Przedsiębiorstwo Usługowo - Handlowego „ECOMPLEX” Grinspek Ewa z Łukowa Śląskiego. Trwają roboty związane z ociepleniem budynku, przygotowaniem elewacji pod tynkowanie, wykonywaniem wewnętrznych instalacji oraz z przygotowaniem pomieszczenia kotłowni. W budynku zostały wymienione okna. Termin realizacji: do 28 sierpnia 2023 r. Wartość umowy: 1 565 188,94 zł.

Na budynkach przy ul. gen. Józefa Bema 6/6a i ul. gen. Józefa Bema 28 prowadzony jest nadzór inwestorski przez firmę Studio Połomscy Edyta Połomska z siedzibą w Rydułtowach. Wartość umowy: 15 600,00 zł.

BUDYNEK PRZY UL. OFIAR TERRORU 70

Wykonawcą robót jest Przedsiębiorstwo Usługowo - Handlowego „ECOMPLEX” Grinspek Ewa z Łukowa Śląskiego. Trwają roboty związane z dociepleniem dachu i przygotowaniem pomieszczenia kotłowni. Termin realizacji: do 28 sierpnia 2023 r. Wartość umowy: 1 232 068,37 zł

BUDYNEK PRZY UL. ADAMA MICKIEWICZA 6

Wykonawcą robót budowlanych jest Przedsiębiorstwo Usługowo - Handlowego „ECOMPLEX” Grinspek Ewa z Łukowa Śląskiego. Trwają roboty związane z przystosowaniem pomieszczenia na poddaszu na kotłownię gazową, wymiana pokrycia dachowego oraz prace na poddaszu. Termin realizacji: do 25 września 2023 r. Wartość umowy: 992 874,21 zł. Na budynkach przy ul. Ofiar Terroru 70 i ul. Adama Mickiewicza 6 prowadzony jest nadzór inwestorski przez firmę Studio Połomscy Edyta Połomska z siedzibą w Rydułtowach. Wartość umowy: 15 700,00 zł.

BUDYNEK PRZY UL. BOHATERÓW WARSZAWY 38

Wykonawcą robót jest Spółdzielnia Rzemieślnicza Wielobranżowa z siedzibą w Rybniku. Wykonano roboty

związane z ociepleniem budynku oraz z wymianą pokrycia dachowego. Trwają roboty wykończeniowe, w tym elewacyjne cokołu. Termin realizacji robót: 6 miesięcy od zawarcia umowy, tj.: 18.07.2023 r. Wartość umowy na roboty budowlane: 848 742,14 zł. Nadzór inwestorski nad realizacją robót pełni „INFOMARK” Marek Ciućka z Rybnika.

BUDYNEK PRZY UL. RACIBORSKIEJ 242

Wykonawcą robót jest Firma Budowlana FACH-BUD Krzysztof Lasyk z siedzibą przy ul. Górskiej 38, 48-130 Kietrz. Wykonano roboty związane z ociepleniem budynku oraz instalacją centralnego ogrzewania. Trwają roboty budowlane związane z wentylacją pomieszczeń oraz pokryciem dachowym. Termin zakończenia robót planuje się w dniu: 5.07.2023 r. Wartość umowy: 883 201,13 zł.

BUDYNEK PRZY UL. RACIBORSKIEJ 244

Wykonawcą robót jest Firma Budowlana FACH-BUD Krzysztof Lasyk z siedzibą w Kietrz.

Wykonano ocieplenie budynku. Trwają roboty elewacyjne, wymiana pokrycia dachowego, roboty związane z instalacją centralnego ogrzewania. Termin zakończenia robót planowany jest na 5.07.2023 r. Wartość umowy na roboty budowlane: 816 963,12 zł.

BUDYNEK PRZY UL. RACIBORSKIEJ 427

Wykonawcą robót jest Firma Budowlana FACH-BUD Krzysztof Lasyk z siedzibą w Kietrz. Wykonano roboty budowlane związane z wykonaniem instalacji c.o. Trwają roboty związane z ociepleniem budynku. Termin zakończenia robót planowany jest na 5.07.2023 r. Wartość umowy: 640 726,61 zł. Nadzór inwestorski nad realizacją robót budowlanych dla budynków przy ul. Raciborskiej 242, 244 i 427 prowadzi Studio Połomscy z siedzibą w Rydułtowach.

BUDYNEK PRZY UL. OFIAR TERRORU 78

Wykonawcą robót jest MIKA Technika Grzewcza i Sanitarna Michał Mika z Radlina. Trwają roboty budowlane. Wykonano pomieszczenie wymiennikowni. Termin realizacji: do 3 sierpnia 2023 r. Wartość umowy: 184 855,40 zł

Na budynku przy ul. Ofiar Terroru 78 prowadzony jest nadzór inwestorski przez pana Grzegorza Węgrzyka prowadzącego działalność gospodarczą pod firmą PROFIT, Nadzór, projekty, zarządzanie w budownictwie, z Adamowic. Wartość umowy: 9 163,50 zł

BUDYNEK PRZY UL. OFIAR TERRORU 49

Wykonawcą robót budowlanych jest firmą REMONT-EX sp. z o.o., ul. Larysza 11, 44-200 Rybnik. Wykonywane są następujące roboty budowlane: roboty instalacji C.O., roboty elewacyjne. Termin realizacji: do 10 lipca 2023 r. Wartość umowy: 662 506,59 zł. Nadzór inwestorski nad realizacją robót pełni „INFOMARK” Marek Ciućka z Rybnika.

MODERNIZACJA DROGI OSIEDLE ORŁOWIEC OD BUDYNKU NR 76 DO BUDYNKU NR 94

Wykonawcą robót jest Zakład Betoniarski Kłosek-Porwoł

z Jejkowic. Trwają roboty budowlane. Wartość robót budowlanych: 1 014 638,08 zł. Termin wykonania robót: do 30 września 2023 r.

POPRAWA EFEKTYWNOŚCI ENERGETYCZNEJ BUDYNKU KOMUNALNEGO – OSIEDLE KAROLA 21 W RYDUŁTOWACH

Wykonawcą robót jest Przedsiębiorstwo Usługowo - Handlowego „ECOMPLEX” Grinspek Ewa z Łukowa Śląskiego. Trwają roboty budowlane: roboty wykończeniowe. Z uwagi na konieczność dostosowania przewodów dymowych na potrzeby wentylacji pomieszczeń, zgodnie z wytycznymi kominiarza, zachodzi konieczność naprawy ww przewodów (nieszczelność, spękania). Roboty te wykonawca wycenił na kwotę: 131 868,00 zł. Przeprowadzenie ww. robót wiąże się z wydłużeniem terminu zakończenia robót, pierwotnie określonego w umowie na dzień 22 czerwca 2023 r. Wartość zawartej umowy wraz z aneksami: 1 498 495,35 zł.

MODERNIZACJA UL. NOWEJ

Inwestycja została ujęta do realizacji w ramach Programu Rządowy Fundusz Polski Ład: Program Inwestycji Strategicznych. Trwają roboty budowlane związane z wykonaniem konstrukcji drogi. Prowadzone są roboty budowlane w zakresie: wykonania podbudowy drogi, osadzania krawężników, wykonania nawierzchni z bloczków betonowych. Termin wykonania robót do 13.11.2023 r. Wartość umowy: 3 963 204,45 zł. Nadzór inwestorski nad realizacją prowadzi pan Stefan Fiszer prowadzącym działalność gospodarczą pn. IMPERO Stefan Fiszer z siedzibą w Wodzisławiu Śląskim. Wartość umowy: 29 697,98 zł

MODERNIZACJA UL. BOLESŁAWA KRZYWOUSTEGO

Opracowano Program Funkcjonalno-Użytkowy przez firmę Zaprojektuj i Wybuduj z Warszawy.

POPRAWA ATRAKCYJNOŚCI ZAMIESZKANIA – ADAPTACJA SZTOLNI ĆWICZEBNEJ NA STRZELNICĘ SPORTOWĄ

Inwestycja została ujęta do realizacji w ramach programu „Rozwój Lokalny”. W ramach programu opracowano dokumentację projektową. Miasto będzie się starać o pozyskanie środków na realizację robót budowlanych z innych źródeł finansowania.

BUDOWA CENTRUM PRZESIADKOWEGO PRZY UL. OFIAR TERRORU 91 W RYDUŁTOWACH

Inwestycja została ujęta do realizacji w ramach programu „Rozwój Lokalny”. Inwestycja realizowana jest etapowo. I etap to rozbiórka budynku byłego dworca PKP. Wykonawcą robót rozbiórkowych jest firma HYDRATEC Sp. z o. o. z Białegostoku. Obecnie trwają prace polegające na uzgodnieniu formalności i harmonogramów ze

spółkami PKP Termin realizacji: do 31 października 2023 r. Wartość umowy: 971 700,00 zł. II etap to budowa przyłączy do planowanego nowego budynku centrum przesiadkowego, które zostaną wykonane równocześnie podczas budowy układu komunikacyjnego -drogi łączącej ul. Adama Mickiewicza z ul. Ofiar Terroru. Kolejnym - III etapem jest wykonanie zagospodarowania terenu centrum przesiadkowego obejmującego wykonanie: utwardzenia i oświetlenia terenu, elementów małej architektury, wiaty na rowery wraz z infrastrukturą (ładownia rowerów elektrycznych, stacja naprawy rowerów), miejsc postojowych, urządzeń zabawowych, nasadzeń. W dniu 19.06.2023 r. ogłoszono postępowanie na wybór wykonawcy ww robót. Termin składania ofert: do 05 lipca 2023 r.

W etapie IV planuje się budowę budynku centrum przesiadkowego.

ZAGOSPODAROWANIE TERENÓW POPRZEMYSŁOWYCH W REJONIE BYŁEGO SZYBU LEON III POD BUDOWĘ OSIEDLA MIESZKANIOWEGO

Inwestycja została ujęta do realizacji w ramach programu „Rozwój Lokalny”. W dniu 19 czerwca 2023 r. została zawarta umowa na budowę drogi o długości ok. 540 m łączącej ul. Ofiar Terroru i ul. Adama Mickiewicza. Wykonawcą robót jest INŻBUD TT Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością, z siedzibą w Rybniku, reprezentowaną przez prezesa zarządu: Tomasza Trepkę. Wartość robót budowlanych, zgodnie z zawartą umową wynosi 6 312 810,15 zł. Roboty mają zostać zakończone w I kwartale 2024 r. W wyniku ogłoszonego zapytania na pełnienie funkcji inspektora nadzoru złożone zostały cztery oferty cenowe od 26 437,62 zł do 152 520,00 zł. Trwa badanie ofert.

BUDOWA UL NOWEJ NA ODCINKU OD UL. ORLOWSKIEJ DO UL. STREFAGOSPODARCZACELEM UDROŻNIENIA TERENÓW INWESTYCYJNYCH

Inwestycja została ujęta do realizacji w ramach programu „Rozwój Lokalny”. Trwają prace projektowe w celu uzyskania pozwolenia na prowadzenie robót budowlanych. Wartość umowy na prace projektowe wraz z pełnieniem nadzoru autorskiego: 185 000,00 zł. Termin opracowania dokumentacji: 28.08.2023 r.

BUDOWA DROGI ŁĄCZĄCEJ UL. RACIBORSKĄ Z UL. GAJOWĄ WRAZ Z MODERNIZACJĄ UL. GAJOWEJ

Inwestycja została ujęta do realizacji w ramach Programu Rządowy Fundusz Polski Ład: Program Inwestycji Strategicznych. Zadanie realizowane w formule „zaprojektuj i wybuduj”. Trwają prace projektowe w celu uzyskania pozwolenia na prowadzenie robót budowlanych. W dniu 02.06.2023 r. odbyło się spotkanie w Zarządzie Dróg Wojewódzkich w Katowicach oraz w Urzędzie

Marszałkowskim celem dokonania uzgodnień w zakresie rozwiązań projektowych. Termin zakończenia realizacji inwestycji: do 07.11.2024 r. Wartość umowy z Wykonawcą: 9 712 500,00 zł.

BUDOWA ZABEZPIECZEŃ PRZECIWPOWODZIOWYCH NA TERENIE MIASTA RYDUŁTOWY

Inwestycja została ujęta do realizacji w ramach Programu Rządowy Fundusz Polski Ład: Program Inwestycji Strategicznych. Zadanie realizowane w formule „zaprojektuj i wybuduj”. Wykonawcą jest Konsorcjum: lider: MT- ECO Sp. o. o. z siedzibą w Imielinie i partner: „JUSTMAR” Turczyński Marcin. Obecnie trwają prace projektowe dla poszczególnych etapów realizacji zadania. W dniu 02.06.2023 r. przekazano teren budowy pod wykonanie zbiorników podziemnych przy ul. Fryderyka Chopina. Roboty te stanowią I etap całego zadania. Wykonawca przystąpił do realizacji robót. Planowany termin zakończenia tego etapu to 15.10.2023 r. Natomiast termin zakończenia całego zadania to rok 2025 r. Łączna wartość umowy z Wykonawcą: 18 149 835,97 zł.

OŚWIETLENIE UL. SPOKOJNA

Zakład Instalatorstwa Elektrycznego Adam Szymiczek z Pszowa dokonał zgłoszenia gotowości odbiorowej. W dniu 09 czerwca 2023 r. dokonano odbioru inwestycji. Wartość robót zgodnie z umową: 36 899,86 zł. Trwa rozliczenie inwestycji.

POPRAWA ATRAKCYJNOŚCI GŁÓWNEGO TRAKTU HANDLOWEGO MIASTA POPRZEZ BUDOWĘ PARKU KIESZONKOWEGO PRZY UL. OFIAR TERRORU; PRZEBUDOWA DOJŚCIA DO TOALET NA ROSIE; WODA – NASZE BOGACTWO – BUDOWA ZBIORNIKA RETENCYJNEGO PRZY UL. OBYWATELSKIEJ WRAZ Z UTWORZENIEM PARKU EDUKACYJNEGO

Zadania zostały ujęte do realizacji w ramach projektu pt. „Rydułtowy – opracowanie dokumentacji w ramach wsparcia rozwoju miast POPT 2014-2020” współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej, w ramach Funduszu Spójności, w ramach Programu Operacyjnego Pomoc Techniczna 2014 – 2020. Dla powyższych zadań zostały opracowane dokumentacje projektowe bądź program funkcjonalno-użytkowy.

POPRAWA INFRASTRUKTURY KOMUNIKACYJNEJ DLA POTRZEB SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 2 Z ODDZIAŁAMI PRZEDSZKOLNYMI W RYDUŁTOWACH

Inwestycja została ujęta do realizacji w ramach Programu Rządowy Fundusz Polski Ład: Program Inwestycji Strategicznych. W dniu 15.06.2023 r. została zawarta umowa z Zakładem Betoniarskim Kłosek – Porwoł Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością z siedzibą przy ul.

Leśnej 6, 44-290 Jejkowice na realizację zadania w formule „zaprojektuj i wybuduj” tj. opracowanie dokumentacji projektowej, uzyskanie stosownych zezwoleń na realizację robót budowlanych, pełnienie nadzoru autorskiego oraz wykonanie na podstawie opracowanej dokumentacji robót budowlanych. W zakresie zamówienia przewiduje się między innymi:

- budowę drogi wewnętrznej jednokierunkowej na długości około 140 m,
- budowę równoległych miejsc postojowych wzdłuż jednokierunkowej drogi wewnętrznej w ilości 18 stanowisk,
- przebudowę zjazdów publicznych z ul. Raciborskiej,
- zmianę zagospodarowania wewnętrznego parkingu szkoły,
- remont nawierzchni układu komunikacyjnego dróg i parkingu oraz chodników .

Wartość umowy: 1 885 966,50 zł brutto. Termin realizacji do 31 październik 2024 r.

SŁONECZNY RADLIN I RYDUŁTOWY

Wykonawca robót ECO-TEAM Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością Spółka komandytowa do 23 czerwca 2023 r. dostarczy komplet i wykaz przeprowadzonych inwentaryzacji na wszystkich instalacjach objętych projektem w Rydułtowach. Na podstawie inwentaryzacji na bieżąco opracowywane są dokumentacje projektowe, a następnie uzgadniane przez inspektorów nadzorów poszczególnych branż. Po akceptacji dokumentacji instalatorzy poszczególnych instalacji kontaktują się lub będą kontaktować indywidualnie z mieszkańcami umawiając się na termin montażu.

Wartość robót budowlanych: 2 404 408,35 zł. Termin wykonania i zgłoszenia gotowości odbiorowej: do 2 października 2023 r.

WYKONANIE PODNOŚNIKA SCENICZNEGO W BUDYNKU RYDUŁTOWSKIEGO CENTRUM KULTURY „FENIKS”

Inwestycja została ujęta do realizacji w ramach programu „Rozwój Lokalny”. W dniu 1.06.2023 r. zawarto umowę z Wykonawcą Inventum Sp. z o. o. z siedzibą przy ul. Henryka Siemiradzkiego 11A/2, 33-300 Nowy Sącz na zakup i dostawę wraz z przeszkoleniem w zakresie jej montażu i obsługi osób wskazanych przez Zamawiającego. Wartość umowy: 5 300,00 zł. Termin realizacji do 12.06.2023 r.

W dniu 9 czerwca 2023 r. Wykonawca dostarczył rampę podjazdową do budynku Rydułtowskiego Centrum Kultury „FENIKS” w Rydułtowach zgodnie z zawartą umową. Dokonano jej odbioru, a z jego przeprowadzenia sporządzono i podpisano protokół zdawczo-odbiorczy. Specyfikacja techniczna dostarczonej rampy podjazdowej teleskopowej:

- regulowana długość: 147 - 360 cm,
- trwała i lekka aluminiowa konstrukcja, odporna na korozję,
- teleskopowa budowa pozwalająca na regulowanie

- długości,
 - umożliwienie pokonania stromizn wózkom inwalidzkim,
 - powierzchnia jezdna perforowana,
 - blokada szyn przy rozsunięciu i złożeniu (zabezpiecza przed niekontrolowanym zsunieniem szyn),
 - ładowność pary szyn / udźwig: 272 kg, szerokość szyn: 17 cm,
 - rekomendowana różnica wysokości - 90 cm,
 - pokrowiec umożliwiający przechowywanie i przenoszenie platformy.
- Trwa rozliczenie inwestycji.

BUDOWA DROGI ŁĄCZĄCEJ UL. KAZIMIERZA PRZERWY-TETMAJERA Z UL. SKALNĄ WRAZ Z PRZEBUDOWĄ UL. SKALNEJ W RYDUŁTOWACH.

Inwestycja została ujęta do realizacji w ramach Programu Rządowy Fundusz Polski Ład: Program Inwestycji Strategicznych. Wykonawcą robót jest Przedsiębiorstwo Budownictwa Drogowego Sp. z o. o. z siedzibą przy ul. Gliwickiej 179, 44 - 207 Rybnik. W dniu 15.06.2023 r. Wykonawca powiadomił odpowiednie instytucje o rozpoczęciu robót. Wartość umowy z wykonawcą robót: 2 881 689,37 zł. Planowany termin zakończenia robót to 12.06.2024 r.

Nadzór inwestorki nad realizacją robót pełni Wykonawca Połomska Edyta Studio Połomscy z siedzibą przy ul. Strzelców Bytomskich 38, 44 - 280 Rydułtowy. Wartość umowy: 14 260,50 zł.

WYKONANIE KOMPLEKSOWEGO ZEWNĘTRZNEGO TORU PRZESZKÓD NA STADIONIE MIEJSKIM „NAPRZÓD” W RAMACH BUDŻETU OBYWATELSKIEGO

Zadanie realizowane jest w formule „zaprojektuj i wybuduj”. Opracowana została dokumentacja. W dniu 31.05.2023 r. przekazano Wykonawcy - New Age Sport Constructions Sp. z o. o. teren budowy. Wykonawca przystąpił do realizacji robót budowlano – montażowych. Wartość umowy zawartej Wykonawcą: 92 988,00 zł brutto. Termin realizacji przedmiotu umowy: do 31.08.2023 r.

ZAGOSPODAROWANIE BUDYNKU POPRZEMYSŁOWEGO NA TERENIE POGÓRNICZYM LEON III W RYDUŁTOWACH

Analizowane są możliwości i warunki techniczne realizacji przedsięwzięcia.

PRZYSTOSOWANIE POGÓRNICZEGO TERENU LEON III POD ROZWÓJ PRZEDSIĘBIORCZOŚCI W RYDUŁTOWACH

Analizowane są możliwości i warunki techniczne realizacji przedsięwzięcia.

Ciekawostki z życia miasta i sąsiadów !

Rydułtowy

- Na Sesji Rady Miasta w dn 26/06 Radni jednogłośnie udzielili wotum zaufania i absolutorium Burmistrzowi Miasta Marcinowi Połomskiemu za rok 2022.
- 24 czerwca przy tężni oraz na stawie Machnikowiec odbył się „Piknik równonocy-Szarlotki” w ramach realizowanych zadań z projektu; „Festiwal Górnej Odry”. Szeroka relacja zdjęciowa i filmowa na facebooku
- 6 lipca odbył się kolejny „Spacer po Rydułtowach” pod kierunkiem naszej kol. Alicji Kołodziej – następny jest planowany w dn 8 sierpnia.
- 14 lipca na „Machnikowcu” odbył się koncert zorganizowany przez TMR w ramach projektu dotyczącego zwalczania zagrożeń uzależnieniami.
- W koncercie wzięły udział „Czelodka”, „Bebiki”, „Pszowiki”, „Rzuchowianki”, „Klika Machnika” z muzykami - relacja w następnym wydaniu
- 15 lipca RCK Feniks organizuje przy tężni imprezę pod nazwą: „Karaiby na niby”-relacja w następnym numerze
- Odbyło się pierwsze spotkanie powołanego nowego zespołu programowego TMR w składzie; Henryk Machnik, Kornelia Newy, Alicja Kołodziej, Joanna Rusok, Anna Płońska, Janina Chlebek Turek, Jerzy Majer. Wypracowano nowe założenia programowe na okres jesienno-zimowy.
- Zespół taneczny „Sukces” zaprasza na warsztaty taneczne do Domu Orkiestry w terminach; 17/07-19/07, 31/07-2/08, 21/08-23/08.
- 25 sierpnia UM zaprasza na nocny bieg o „Puchar Burmistrza Miasta Rydułtowy”
- TMR organizuje kolejną wycieczkę autobusową o charakterze krajoznawczym. Tym razem to Goczałkowice-(zapora, ośrodki sanatoryjne, Ogrody Kapiasa-obiad) zapisy w TMR koszt 80zł/os

Pszów

- Na pszowskim lodowisku od 26 czerwca trwają atrakcyjne zajęcia w ramach akcji „Wakacje na lodowisku- szczegóły 696 009 303
- Z kolei Pszowski Dom Kultury zaprasza na letnie zajęcia z „zumbi”

Gaszowice

- Od 1 lipca Sołtysi otrzymują stały dodatek za pełnioną funkcję w wysokości 300zł

Spotkanie pn. „Rozwinąć skrzydła – jak najlepiej wspierać rozwój dziecka” - edycja III podsumowująca

14 czerwca 2023 r. odbyło się trzecie spotkanie w ramach cyklu „Rozwinąć skrzydła – jak najlepiej wspierać rozwój dziecka” – edycja III podsumowująca, w którym licznie uczestniczyło grono pedagogiczne oraz mieszkańcy Gminy Lyski. Tematyka spotkania miała na celu przede wszystkim zrozumienie aktualnych problemów oraz potrzeb dzieci.

Tyflopedagog Joanna Niewrzół w swoim wystąpieniu pn. „Zabieramy dzieci przed ekranu” omówiła wpływ nowoczesnych technologii na rozwój małych dzieci. Niedojrzały mózg dziecka jest bardziej podatny na przemęczenie. Ciągłe oglądanie ekranów sprawia, że układ nerwowy dziecka jest przestymulowany, czego skutkiem mogą być problemy z zasypianiem u dzieci, zmienny nastrój, czy problemy poznawcze. Pani Niewrzół wyjaśniła jakie zagrożenia stoją przed rodzicami w związku z wysokimi technologiami, jakie płyną z nich korzyści oraz jaki to wszystko wpływa na rozwój dzieci, a niestety u małych dzieci wysokie technologie mogą powodować zaburzenia funkcji wzrokowych, zaburzenia sensoryczne, a nawet behawioralne, czy emocjonalne, które wynikają z tego, że dzieci mają nadmiar „ekranu” w swoim życiu.

O przebodźcowaniu i przestymulowaniu sensorycznym u dzieci mówiła Terapeuta SI Małgorzata Chmiela. Nadmiar bodźców wzrokowych, słuchowych, czy dotykowych płynących z otoczenia może niekorzystnie wpływać na układ nerwowy i powodować trudności w rozwoju dziecka. Zjawisko przebodźcowania dotyka coraz większej liczby dzieci – zarówno niemowląt, jak i starszych maluchów, a nawet osób dorosłych. Pani Chmiela wyjaśniła zebrany co to jest przebodźcowanie, omówiła jakie są objawy przebodźcowania u małych dzieci, jakie mogą być ich przyczyny oraz jak radzić sobie z nadmiarem bodźców u dzieci.

Logopeda Henryka Szuła omówiła temat wpływu wysokich technologii na rozwój mowy dziecka. W dzisiejszych czasach media zajmują sporą część życia człowieka, w tym również dzieci, które nie są odpowiednio dojrzałe do korzystania z nowoczesnych technologii. U dziecka, które od początku swojego rozwoju otrzymuje głównie stymulacje prawopółkulową (dynamiczny obraz, muzyka) może dojść do zablokowania ośrodków językowych, znajdujących się w lewej półkuli mózgu. Wówczas przyjmowanie językowych komunikatów nie będzie przebiegało na właściwym poziomie, stąd może zacząć mówić z opóźnieniem lub wcale nie podejmować prób komunikacji językowej.

Wpływ wad postawy na wady zgryzu w kontekście założeń

wczesnego leczenia ortodontycznego omówiła lekarz dentysta Anna Mencil – Rybarz. Współczesna ortodoncja zajmuje się holistycznym podejściem do leczenia pacjenta jako całości. Proste zęby i zgryz zależą od bardzo wielu czynników takich jak np. sposób oddychania, pozycja języka w spoczynku, połykanie, żucie, wady postawy, ogólny rozwój dziecka.

Jaki wpływ mają mikroorganizmy jelitowe na zdrowie psychiczne dzieci wyjaśniła zebrany Chirurg stomatolog Bogumiła Babczyńska – Kubek w prelekcji pn. „Czym jest mikrobiota jelitowa – czyli co łączy mózg i jelita”. Wyjaśniła czym jest mikrobiota jelitowa, jakie funkcje pełni w organizmie i co dzieje się z organizmem małego dziecka, gdy jest ona zaburzona. Oś mózgowo - jelitowa jest siecią neuronów, które łączą centralny układ nerwowy z przewodem pokarmowym. Jednym z kluczowych elementów tej współpracy jest mikroflora jelitowa, na której stan wpływa szereg czynników. Według najnowszych badań naukowych zaburzenia mikroflory jelitowej mogą być przyczyną problemów natury behawioralnej u dzieci.

Tematyka spotkań uświadomiła wszystkim, z jakimi problemami zdrowotnymi u naszych najmłodszych mamy do czynienia w dzisiejszych czasach. Spotkania pokazały, że kluczem do sukcesu dziecka jest współpraca między terapeutą, dzieckiem i rodzicami. Jednak to właśnie rodzice odpowiedzialni są za postępy dziecka będącego w trakcie terapii, ponieważ to oni kontynuują podjęte działania. Konsekwencja, wsparcie i systematyczność to gwarant sukcesu naszych najmłodszych pociech.

Podsumowując cykl spotkań Sekretarz Gminy Katarzyna Czogała złożyła serdeczne podziękowania:

- specjalistom, którzy z pasją podjęli się współpracy w przygotowaniu tego projektu,
- uczestnikom za liczne zainteresowanie oraz udział w spotkaniach,
- współpracownikom za profesjonalną organizację i zaangażowanie w przygotowaniu tego przedsięwzięcia,
- Wójtowi Gminy Lyski za pełne wsparcie i „zielone światło” dla inicjatyw z zakresu działań prozdrowotnych.





Ciekawostki z życia miasta i sąsiadów !

Czernica

- Warto się zapoznać z ciekawą ofertą jaką na okres lata przygotowali pracownicy Ośrodka Zameczek

Kornowac

- Rusza budowa gazociągu na terenie Rzuchowa.

Pogrzebień

- Warto się wybrać na punkt widokowy i wieżę widokową w Pogrzebieniu-piękny widok na widły Odry i Olzy
- Gminny Ośrodek Kultury oferuje mieszkańcom atrakcyjne wycieczki w okresie wakacji: Beskid Mały, Tarnowskie Góry zaś dla młodzież, nocki w Domach kultury w poszczególnych sołectwach



Zakończenie roku szkolnego Wakacjeeeeeeee !!!!



Składamy najserdeczniejsze życzenia urodzinowe lipcowym solenizantom!!! A są to:



**Rudolf Dzierżenga, Jerzy Adamczyk,
Sylwia Wężyk, Elwira Jędrośka,
Jolanta Pikos, Adelajda Meisel,
Rita Ferenc, Jerzy Kawulok, Alfred
Fojcik, Danuta Krajczok, Grzegorz
Urbańczyk, Stefan Jordan**

Wele byfyju

Owoce morza – źródło białka i doskonały... afrodyzjak

Owoce morza i skorupiaki

Owoce morza to skarbnica białka i kwasów tłuszczowych. Czy warto je przyrządzać i w jaki sposób?

Owoce morza w Polsce cieszą się coraz większą popularnością. Można dostać je w większości supermarketów i dyskontach i mają już bardzo przystępne ceny. A o tym, dlaczego warto po nie sięgać i jak je przyrządzać, by skorzystać z ich dobroczynnych wartości odżywczych, piszemy po niżej.

Czym są owoce morza?

Owoce morza to nazwa, która przyjęła się, by określić skorupiaki, głowonogi i małże. Frutti di mare są składnikiem diety śródziemnomorskiej uznawanej za najzdrowszą dietę świata. Zawierają mnóstwo białka i witaminy, dlatego warto włączyć je swojego jadłospisu.

Rodzaje owoców

Owoce morza dzielą się na:

- skorupiaki: najpopularniejsze krewetki, ale też homary i kraby
- głowonogi: ośmiornice i kalmary
- małże, ostrygi

W sklepach kupimy je w wersjach mrożonych, surowych, w zalewach, sosach.

Wartości odżywcze

Frutti di mare zawierają:

- białko
- kwasy omega-3
- jod
- witaminę A
- witaminy z grupy B
- witaminę D
- wapń
- żelazo
- cynk

Właściwości zdrowotne

Owoce morza są cenione głównie za to, że są źródłem białka. Zawierają zdrowe tłuszcze (których zresztą jest niewiele), dobroczynnie wpływają na pracę serca. Oprócz tego wspierają pracę układu nerwowego i mózgu, zapobiegają niedokrwistości, poprawiają odporność.

Małże na zdrowie

Owoce morza poprawiają pracę układu immunologicznego, wzmacniając odporność przed działaniem wirusów, bakterii i drobnoustrojów. Cynk i witamina D znacząco

poprawiają zdolności obronne organizmu. Dzięki temu, że owoce morza zawierają jod, zwalczają też wolne rodniki, zapobiegając chorobom nowotworowym.

Na pracę serca

Frutti di mare poprawiają pracę serca i układu sercowo-naczyniowego. Zapobiegają chorobom cywilizacyjnym takim jak miażdżyca czy nadciśnienie, wzmacniają naczynia krwionośne, regulują ciśnienie krwi.

Z badań wynika, że mieszkańcy basenu Morza Śródziemnego rzadziej cierpią na choroby serca, zawały, udary niż mieszkańcy zachodniej i środkowej części Europy. Wynika to m.in. z diety bogatej w kwasy omega-3, które wzmacniają pracę serca.

Na... potencję

Małże i ostrygi uważane są za afrodyzjaki. I nie jest to żaden mit – zawartość cynku sprawia, że znacząco zwiększają popęd seksualny. Mogą stanowić remedium na problemy z potencją.

Na pracę mózgu

Frutti di mare wzmacniają pracę komórek nerwowych. Stymulują mózg do pracy, poprawiają pamięć, koncentrację, zdolność uczenia się i logicznego myślenia. Dzięki zawartości magnezu wpływają również na prawidłowy sen oraz na... zdrowie psychiczne.

Pomagają redukować negatywne skutki stresu i nie kumulować go w organizmie. Osoby, które cierpią na bezsenność, zdecydowanie powinny wzbogacić dietę o produkty bogate w magnez.

Jak przyrządzić frutti di mare?

Owoce morza mogą pochodzić z zanieczyszczonych wód, dlatego nie jest zalecane spożywanie ich w formie surowej. Aby pozbyć się ewentualnych zanieczyszczeń, poleca się podać je obróbce termicznej. Bezpieczne i zdrowe będą zatem owoce morza gotowane czy smażone.

Prostym sposobem na przyrządzenie frutti di mare jest podsmażenie krewetek w śmietanowym sosie z czosnkiem i podanie ich z makaronem. Takie danie wyśmienicie smakuje z dodatkiem białego wina.

Z kolei małże lub mule warto gotować, dopóki same się nie otworzą. Warto wiedzieć, że Francuzi gotują je nie w wodzie, a w białym winie. Ugotowane mule można podawać z bagietką czy... frytkami. Małże natomiast będą świetnie komponowały się z natką pietruszki, cebulą, czosnkiem i duszonymi warzywami. Krótka obróbka termiczna (około 5-6 minut) pozwala zachować wartości odżywcze i nie stracić cennych witamin.

<https://odzywianie.wprost.pl/produkty/10471827/owoce-morza-rodzaje-wlasciwosci-zdrowotne.html>

Wszystko o zdrowiu

24 czerwca przypada Dzień Chorych na Osteoporozę. Zajmij się więc profilaktyką tej choroby.

W zapobieganiu osteoporozie najistotniejszymi zagadnieniami są:

Zażywanie witaminy D

Odpowiednie spożycie wapnia

Eliminacja czynników ryzyka osteoporozy

Zapobieganie upadkom

Ćwiczenia i aktywny tryb życia

1. Zażywanie witaminy D

Witamina D jest absolutnie niezbędna do wchłaniania z jelit wapnia spożytego z pokarmami. Mówi się, że witamina D jest „kluczem do spiżarni z wapniem”. Przy jej braku spożywanie nawet znacznych ilości wapnia jest nieskuteczne. Organizm człowieka produkuje witaminę D w skórze pod wpływem promieniowania słonecznego. Szacuje się, że niezbędne jest ok. 15 minut pełnego nasłonecznienia twarzy i przedramion codziennie, by poziom witaminy D był wystarczający. Niestety, klimat Polski nie należy do najlepszych również w tym względzie. W okresie zimowo – jesiennym przeważają dni bez słońca. Nic też dziwnego, że przeprowadzane badania wykazały u 80% bardzo niski poziom witaminy D u mieszkańców Polski w tym okresie.

Zalecana dawka wit. D wynosi 800-2000j.m. Dawkę profilaktyczną osoby powyżej 60 r.ż. powinny przyjmować przez cały rok, a wszyscy pozostali w okresie jesienno-zimowym

2. Odpowiednie spożycie wapnia

Dostarczenie organizmowi odpowiedniej ilości wapnia z pokarmem jest kluczowym zagadnieniem zapobiegania osteoporozie. Wapń spożywamy z pokarmami, w tym aż w 75% z mlekiem. Tylko ok. 30% wapnia spożywanego w pokarmach wchłania się w jelitach. U osób starszych, jak i w wielu schorzeniach dochodzi do osłabienia wchłaniania wapnia z jelit. Jeżeli brakuje wapnia w pokarmach, organizm utrzymuje właściwy poziom tego pierwiastka we krwi przez resorpcję kości (działanie parathormonu). Wzmocniona resorpcja kości prowadzi właśnie do osteoporozy.

Dzienne zapotrzebowanie na wapń w okresie menopauzy i u osób starszych wynosi ok. 1500 mg. Najwięcej wapnia znajduje się w mleku i jego przetworach, a zwłaszcza w serach żółtych.

U chorych nie tolerujących mleka (nietolerancja laktozy) zalecane są jogurty. Sposobem na uniknięcie dość znacznej ilości tłuszczu i cholesterolu zawartego w żółtym serze jest picie odtłuszczonego mleka. Jeżeli nasza dieta nie pokrywa zapotrzebowania na wapń – niezbędne jest uzupełnienie go odpowiednimi preparatami. Obecnie istnieje ogromna

różnorodność preparatów wapniowych i praktycznie wszystkie dostępne są bez recepty.

3. Eliminacja czynników ryzyka osteoporozy

Zapobieganie chorobom polega przede wszystkim na usunięciu przyczyn, które je powodują. Czynniki ryzyka, na które niestety nie mamy wpływu to:

- wiek – pow. 60 lat
- płeć – kobieta
- menopauza
- geny

Czynniki modyfikowalne to:

- właściwa dieta
- palenie tytoniu
- nadmierne spożycie alkoholu
- schorzenia (zaburzenia hormonalne)
- leki

Niestety wielu z nich, jak cechy genetyczne po naszej matce, nie jesteśmy w stanie wyeliminować, jednak zawsze możemy właściwym postępowaniem ograniczyć ich skutki.

4. Zapobieganie upadkom

Upadek jest przyczyną 90 – 100% złamań kości promieniowej i szyjki kości udowej. Każdemu grożą upadki, a z wiekiem stają się one coraz częstsze i coraz bardziej niebezpieczne. Po 60. roku życia upada raz w roku ok. 40% zdrowych osób, a po 80. roku życia 50%. Co 20. upadek kończy się złamaniem. Upadki są jedną z głównych przyczyn inwalidztwa i piątą co do częstości przyczyną zgonów u osób powyżej 75 r.ż.

Upadki wynikają z przyczyn zdrowotnych i środowiskowych. Sprawdź czy nie grozi Ci upadek w domu; najczęstszą przyczyną są: słabe oświetlenie, przeszkody na podłodze, śliskie podłogi, brak dywanika, brak uchwyty w łazience. Uważaj poza domem na: śliskie powierzchnie, nierówne chodniki, śnieg i lód.

Przyczyny zdrowotne upadku: wada wzroku, osłabienie mięśni, zawroty głowy, zaburzenia chodu, zmiany zwyrodnieniowe stawów, zażywanie wielu leków, w tym: uspokajających, nasennych, przeciwdepresyjnych.

Praktyczne rady

Dla zachowania sprawności fizycznej potrzebujesz minimum 30 minut spaceru dziennie, najlepiej Nordic Walking, podczas którego zaangażowanych jest 80% mięśni. Miej zawsze wolne ręce, by w razie upadku „miętko” wylądować. Na zakupy weź torbę na ramię lub plecak. Ubierz odpowiednie obuwie, zwłaszcza zimą. Jeśli czujesz się „niepewnie” weź laskę.

5. Ćwiczenia i aktywny tryb życia

Głównym celem ćwiczeń w osteoporozie jest zapobieganie upadkom oraz zahamowanie spadku/stymulację wzrostu BMD. Optymalnym rozwiązaniem są ćwiczenia prowadzone przez doświadczonego fizjoterapeutę w ośrodku zapobiegania upadkom, niestety w naszym kraju

są one niedostępne. Ćwiczenia zapobiegające upadkom mają na celu poprawę równowagi i stabilności chodu. Obecnie najlepiej udokumentowaną naukową skuteczność w zapobieganiu upadkom ma system Tai Chi. W wielu doniesieniach wykazano, że pozwala on zmniejszyć ryzyko upadku u osób starszych nawet do 55%. Coraz większą popularność zyskuje program ćwiczeń domowych OTAGO. Program ten największy nacisk kładzie na poprawę reakcji równoważnych, ale zawiera również elementy ćwiczeń oporowych i gibkości. W badaniach wykazano 35% spadek częstości upadków (pacjenci po 65 r.ż.), przy regularnym wykonywaniu tych ćwiczeń. Największe korzyści odnoszą pacjenci, którzy już doznali upadku i seniorzy po 80 r.ż.

W naszych warunkach krajowych można zaproponować instruktaż ćwiczeń przez fizjoterapeutę, które pacjent może sam wykonywać w domu. Ćwiczenia powinny być starannie dobrane do możliwości funkcjonalnych pacjenta, trudne albo średniej trudności, zawsze z zachowaniem zasad bezpieczeństwa. Przyjmuje się, że najlepiej wykonywać je przez 15-20 min. codziennie – łącznie ok 2 h tygodniowo. Przykładowy zestaw 5 prostych ćwiczeń równoważnych (w zależności od stanu pacjenta każde ćwiczenie może być wykonane z asekuracją lub bez)

Stanie w pozycji noga za nogą, ramiona uniesione w bok do wysokości barku – 10 do 30 s (z czasem można wykonywać z zamkniętymi oczami),

Stanie jednonóż noga lewa i prawa, ramiona uniesione w bok do wysokości barku – po 10 do 30 s (z czasem można wykonywać z zamkniętymi oczami),

Chód w przód i tyłem – 10 kroków do przodu, powrót – 5x, Chód po ośmiemce – 5x,

Chód „tępo” (palce jednej stopy dotykają piąty drugiej stopą) – 10 kroków do przodu, powrót – 5x,

Warto wspomnieć, że na poprawę stabilności może wpływać również taniec, niosący również wiele walorów społecznych (są na to dowody naukowe).

Wiadomym jest, że na masę kości wpływają ćwiczenia oporowe. Wzrost masy kości łatwo uzyskać u osób młodszych, ale wykazano, że jest to również możliwe u osób starszych. Warunkiem skuteczności ćwiczeń jest ich systematyczne i długotrwałe wykonywanie.

NORDIC WALKING

Wobec braku zaplecza rehabilitacyjnego, każdemu pacjentowi i pacjentce zalecamy Nordic Walking przez 1 godzinę 2 razy w tygodniu. Wprawdzie nie ma dowodów, że zwiększa on masę kostną, a zmniejsza ryzyko upadku, ale wiadomo, że podnosi ogólną sprawność, ponieważ angażuje 80% naszych mięśni.

<https://osteoporoza.pl/dla-pacjentow/zapobieganie-osteoporozie/#:~:text=Zapobieganie%20osteoporozie%201%201.%20Za%20C5%BCywanie%20witaminy%20D%202,upadkom%205%205.%20%20C4%86wiczenia%20i%20aktywny%20tryb%20%20C5%BCycia>

Franciszek Radlik - warto o Nim pamiętać!

W roku stulecia III Powstania Śląskiego warto przypomnieć tekst niezapomnianej Tosi Wieczerek o wspaniałej postaci naszej historii.

Radlik Franciszek (1862-1920) - ur. w Lublińcu, długoletni dyrektor kopalni „Charlotte” w Rydułtowach, był inicjatorem wielu miejscowych inwestycji, np. dzisiejszego osiedla Orłowiec, przyczyna jego śmierć do dziś owiana jest tajemnicą.

Joanna Rusok

Franciszek Radlik - warto o Nim pamiętać!

Od dłuższego czasu ubolewam i zabieram głos w temacie nieuszanowania przez władze naszego miasta i powiatu niektórych ludzi, którzy w historii i rozwoju Rydułtów odegrali znaczącą rolę. Mam tu na myśli dr Georga Nepilly i Franciszka Radlika.

Obaj położyli niewątpliwe zasługi w rozwoju naszego miasta a ich nazwiska w Rydułtowach nigdzie nie zostały uwiecznione. Będąc radną powiatu I kadencji obiecano mi, że na gmachu szpitala zostanie umieszczona tablica pamiątkowa. Na obietnicach się skończyło. Kiedyś mówiono Radlik na osiedlu na Raciborskiej. Dzisiaj Orłowiec. Przykre – bo Radlikowi kopalnia i miasto zawdzięczają dużo. Chcę dziś poświęcić artykuł dyr. Radlikowi. O doktorze G.Nepillym szerzej w książce dr Alojzego Mury na 100 lecie naszego szpitala. Franciszek Radlik urodził się 9 marca 1862r. Był Ślązakiem. Jego ojciec był sekretarzem sądowym w Lubieńcu. Gimnazjum ukończył w Pszczynie w słynnej „szkole hrabiowskiej”. Miał kontakt z synami wysokich urzędników górniczych powstającego w powiecie pszczyńskim rewiru górniczego. Po zdaniu matury rozpoczął w górnictwie pracę od kilofa. Najpierw pracował na kopalni Ferdynand koło Katowic. Następnie w kopalni „Królów Luiza” w Zabrze. Studia uniwersyteckie rozpoczął we Wrocławiu. Kontynuował na Królewskiej Akademii Górniczej w Berlinie. Ukończył ją w 1889r. Pracował w różnych kopalniach Śląska i Niemiec. Uzyskał stopień Inspektora Górniczego i w tej randze przez 4 lata pracował u Księcia Henckel von Donnersmark w Königshutte w Bytomiu gdzie ujawnił swój talent. W 1901r. powołano go na stanowisko Dyrektora Naczelnego Kopalni Węgla Kamiennego „Charlotte” w Czernicy - Rydułtowach. W czasie gdy był dyrektorem stan załogi wzrósł z 1 600 do 5 633 pracowników. Wprowadzając różne unowocześnienia spowodował wzrost wydobycia węgla z 2,4 milionów cetnarów do 6,1 miliona cetnarów. Modernizując kopalnię nie zapomniał też o sprawach socjalnych swojej załogi. Wybudował dla pracowników kolonię domów mieszkalnych nazwaną „Radlikiem” dziś Orłowiec. Też nie rozumiem dlaczego nie zostawiono starej

nazwy. Na Kolonii Radlik było 40 domów mieszkalnych-wielorodzinnych.. W budynku mieszkało 4 do 8 rodzin. Przy każdym domu był ogródek i budynek gospodarczy. Ludzie uprawiali grządki i hodowali inwentarz: drób, króliki, kozy czasem i prosiaki. Podobno często wieczorem dwukołową bryczką jeździł Radlik uliczkami Koloni, wdając się w rozmowy z mieszkańcami.

Obok, na najwyższym wzniesieniu Rydułtów wybudował wieżę ciśnieniową zwaną Wasserturm. Zaopatrywała mieszkań_ ców w wodę. Osobiście ja i wiele ludzi też żałuje, że zniknął z krajobrazu Rydułtów. Był takim znaczącym punktem w krajobrazie miasta. Był czymś w rodzaju odnośnika informacyjnego. Mówiło się „ za Wasserturmem, koło, przy itd.” Miał piękną sylwetkę.al mi jak jeszcze gdzieś taki spoty_kam. Już nie pamiętam kiedy go zburzono i czym to było uzasadnione. Dla pracowników spoza Rydułtów wybudował w 1902r. dwa duże domy przy ul. Mickiewicza – noclegownie- schlafhausy. Później je połączono. Długo była tam Biblioteka Miejska. Naprzeciw starej poczty (dziś parking Kopalni) wybudował duży dom towarowy zaopatrywał górników w tańszą żywność. Na jego wsparcie mogły liczyć szkoły, przedszkola i organizacje społeczne. Nikomu nie odmawiał pomocy. Z jego willi nikt z pustymi rękami nie wychodził. Jeszcze po wojnie , wśród starszego pokolenia , żyła dobra pamięć o dyrektorze Radliku. Od 1916 r. pełnił funkcję Przewodniczącego Kolegium Orzekającego przy Sądzie Powiatowym w Rybniku. W 1920r. na terenie Górnego Śląska miała miejsce wielka afera : kradzież i przemyt dużej ilości diamentów. Sprawa ta objęła również nasze tereny. Pamiętam, że o tej sprawie żyła jeszcze pamięć wśród starszego pokolenia. Słyszałam w plotce, że nawet jednego z mieszkańców Rydułtów, który się wzbogacił łączono z tą sprawą. Ale to były czasy powojenne i dużo różnych rzeczy sobie opowiadano. Ingerencja dyr. Radlika przyczyniła się do aresztowania niektórych członków gangu. To się też w jakiś sposób na nim zemściło. W czasie Powstania Śląskiego, kiedy wieczorem wracał z jakiegoś zebrania, został podobno zaatakowany przez uzbrojonych powstańców. Ostrzeliwano powóz. Słyszałam dwie wersje: woźnica Mrozek zdołał wjechać na plac przed willą a druga wersja mówi że brama była zamknięta. Dopadli go w powozie, bili, maltretowali. żona, która wybiegła na pomoc , też nic nie wskórała. Zabito go uderzeniem szabli w głowę. Podobno lekarz próbował go ratować, ale się nie udało. Szkoda, że zginął w tak tragiczny sposób. Był człowiekiem, któremu na sercu leżało dobro Rydułtów i ich mieszkańców. Przykro też, że pamięć o takim człowieku w Rydułtowach umiera.

Horacy.

Panu S. Brzęczkowi dziękuję za pomoc.

<http://www.tmrzydultowy.pl/kluka/kluka317.pdf>

Karaiby na niby



W sobotę 15 lipca, DJ Jano - Dyskoteka Dorosłego Człowieka, zapewnił rydułtowikom nie lada zabawę. 15 lipca rydułtowska tężnia zamieniła się w karaibską przystań.

Piękna pogoda, dobra muzyka, smaczne jedzenie i wymienione towarzystwo - to wszystko sprawiło, że KARAIBY NA NIBY zdecydowanie zaliczamy do udanych!





Moje rozważania

Moje rozważania na lipiec 2023

Pełnia lata i zaskakują informacje o mniejszej ilości organizowanych koloniach i obozach dla dzieci i młodzieży. Tym bardziej cieszy fakt, że rydułtowski harcerze zorganizowali atrakcyjny obóz wędrowny ze zwiedzaniem sąsiednich krajów i organizują kolejny obóz harcerski w Jeleśni. W mieście oczywiście organizowane są przez OPP półkolonie, a organizacje, w tym nasze TMR starają się organizować różne atrakcyjne przedsięwzięcia, w których może wziąć udział każdy mieszkaniec naszego miasta bez względu na wiek i przynależność organizacyjną. I tak - już 14 lipca na „Machnikowcu”, „Na Rybie” od godz 16.00 odbędzie się koncert pt „Z piosenką starą i nową” z udziałem śpiewaków i muzyków zespołów; „Czelodka”, „Pszowiki”, „Rzuchowianki”, „Bebiki” i „Kliki Machnika” z muzykami. Zapewniamy napoje i inne atrakcje, w tym nagrody w konkursach o uzależnieniach. Koncert jest częścią projektu z UM i współfinansowany ze środków miasta. Podobnie jest w przypadku organizowanej wycieczki w dn 28 lipca do Ogrodów Kapiasa i nie tylko. Koszt 80 zł/os – zapisy w siedzibie TMR. Kolejny koncert na Machnikowcu odbędzie się 18 sierpnia a 27 sierpnia w ramach Dnia Stowarzyszeń nasze zespoły; „Ciaproki”, „i „Klika Machnika”, wystąpią na rynku, natomiast na wrzesień planujemy kolejną wycieczkę – tym razem do Brennej do „Chlebowej Chaty”. Są również inne atrakcje o których informują instytucje UM - przykładowo organizowane wycieczki po mieście. Właśnie kolejna odbyła się 6 lipca ale o tym przeczytacie w innym artykule. Cały czas się zastanawiamy jak dotrzeć z informacją do części naszych Mieszkańców by mogli skorzystać z oferowanych działań. Ta grupa nie kupuje i nie czyta gazet (w tym naszej Kluki), nie korzysta z internetu, telefon używa tylko do rozmów, nie czyta ogłoszeń z gablotek miejskich i jedynymi informacjami są rozmowy z sąsiadką na targowisku, lub usłyszana od sąsiada z blokowiska czy sąsiedniego domu plotka. Efekt jest taki, że potem słyszymy, że w Rydułtowach „nic się nie dzieje” co jest oczywiście nieprawdą. Ponieważ jako „Klika Machnika”

często uczestniczymy i występujemy na koncertach w innych gminach - to znamy ich opinię o tym co się dzieje w Rydułtowach a właśnie mieszkańcy okolicznych gmin (w tym członkowie zespołów) nie ukrywają podziwu wobec różnych działań zwłaszcza kulturalnych w naszym mieście. Tak było też ostatnio na występach w Rzuchowie, w Lubomi Na Grabówce, czy ostatnio w Olzie. My się bawimy, cieszymy a w sąsiednich krajach śmiertelne „żniwa”. Przeraża wojna w Ukrainie, której końca nie widać, przerażają wydarzenia we Francji, które mają charakter zorganizowanego chuligaństwa i barbarzyństwa, bo trudno inaczej nazwać podpalanie sklepów, obiektów użyteczności publicznej przez młodzież muzułmańską posiadającą obywatelstwo francuskie. Takie zachowanie zmusi kraje europejskie do zweryfikowania swoich polityk emigracyjnych wobec muzułmanów. Nie podoba mi się też mieszanie polityki do sportu i eliminowanie z tego powodu sportowców z występów na wszelkiego rodzaju mistrzostwach, bo wtedy wartość zwycięstwa jest problematyczna. Wróćmy jednak do naszego miasta i do naszych zachowań. Wydaje się, że większość uważa, że wszelkie sprzątaniny należą do ZGK i w efekcie przy wielu płotach od strony drogi chwasty na metr wysokie, śmieci, a jak na drodze leży reklamówka czy gazeta to rzadko się zdarza by ktoś to podniósł i wrzucił do kosza. To psuje wizerunek naszego miasta. Mamy coraz więcej pięknych, zagospodarowanych zakątków - niestety nie należy do nich Zaułek im Margicioka i Hałaczka. Mimo interwencji w ZGK szokują chaszczki i 4 m rdesty. Zaułek zasługuje na to by części skarp przeznaczonych do koszenia zamienić na piękne kwiatowe klomby. Póki co - to miejsce jest zawstydzającą ubikacją! Mam nadzieję, że Władze miasta zwrócą na to uwagę i każą przywrócić temu miejscu należyty wygląd.

Henryk Machnik

PS. Interwencja pomogła! - W dn 4/5 lipca skarpy uporządkowała sprawnie ekipa ZGK. Dzięki. Mam nadzieję, że nie jest to akcja jednorazowa.



Dzień Matki w Rzuchowie



oszczędność w każdym stopniu

Obniżając temperaturę w mieszkaniu oszczędzamy na wielu poziomach jednocześnie. Korzystnie wpływamy na wartość rachunków i dbamy o własne zdrowie. Poza tym, zmniejszając temperaturę, ograniczamy zużycie paliw, w tym węgla, a także redukujemy emisję CO₂. Dowiedz się więcej o tym, jak oszczędzać ciepło na stronie:

www.20stopni.pl

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

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



**Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Rydułtowy, 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



*„Stara Palmiarnia Mimoza” to miejsce, w którym
zadłamy o to, aby Państwa wyjątkowa uroczystość na
zawsze zapisała się w pamięci obecnych na niej osób.*

*Całkowicie odrestaurowany dziś obiekt, sięgający swoją
historią lat 60tych, od zawsze był kulturalnym centrum
dzielnicy Rybnik-Niedobczyce.*

*Dawna „Kawiarnia Mimoza” mieściła w sobie przepiękną
oranżerię - palmiarnię, do której historii nawiązaliśmy po
renowacji. Organizujemy przyjęcia okolicznościowe,
wigilijki, komunie, wesela, spotkania biznesowe.*

Zapraszamy serdecznie!

Adres:
ul. Józefa Rymera 44,
44-270 Rybnik-Niedobczyce

kontakt: +48 663 937 487

www.starapalmiarnia.pl



Wydawca: Towarzystwo Miłośników Rydułtów, Rydułtowy, 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. Brzęczek, J. Majer, J. Oleś, A. Kołodziej, Ł. Majer, E. Wierzińska-Kłoska, e-mail: kluka.tmr@interia.pl; nasza strona: www.tmr.rydułtowy.pl; Redaktor wydania: Joanna Rusok, komputerowy skład gazety: M. Połomski
Zdjęcia na zlecenie TMR wykonują: FOTO BARON Rydułtowy, FOTO SYCHA Rydułtowy,
fotoreporterzy: Bernadeta Oślizły, Damian Bizoń, Roman Gunia, Druk gazety: MZ Druk Radlin