Hitówki

GRUPA psb MRÓWKA
PODRZECZE

OFERTA WAŻNA
od 2.10 do 21.10.2023 r.
lub do wyczerpania zapasów.

999 zł szt.

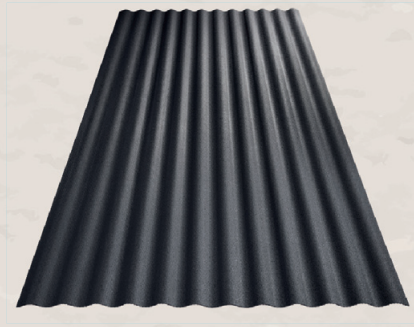
Kabina natryskowa Olga Black

w komplecie z brodzikiem, szer. 80, 90cm, profile aluminiowe, czarne, drzwi dwuskrzydłowe, przesuwne szkło: 4 mm, hartowane, transparentne

349 zł szt.

Drabina aluminiowa wielofunkcyjna 3x7

3-elementowa, 7 szczebli, do 150 kg



49,99 zł szt.

Płyta falista GUTTANIT+

wym. 90x200 cm, szybki montaż, 15 lat gwarancji, 100% recycling

26,98 zł szt.

Płyta gipsowa GKB

wym. 2000x1200x12,5 mm

Podrzecze 196, tel. 18 541 64 20, godz. otwarcia: pn.-pt.: 7^{00} - 20^{00}, sob.: 8^{00} - 18^{00}

Hitówki

GRUPA psb MRÓWKA
PODRZECZE

OFERTA WAŻNA
od 2.10 do 21.10.2023 r.
lub do wyczerpania zapasów.

209 zł / szt.

Skrzydło drzwiowe SIMI

kolor dąb wotan, pokojowe,
szer. 70, 80 cm, ramiak z płyty mdf,
wypełnienie stabilizujące
„plaster miodu”

339 zł / szt.

Skrzydło ramowe VINCI 10

okleina 3D, kolor dąb alpin,
szer. 70, 80 cm, ramiak z płyty mdf,
3 zawiasy czopowe wkręcane,
szyba hartowana 4 mm

199 zł / szt.

Skrzydło drzwiowe METRIX

kolor dąb bielony, pokojowe,
szer. 70, 80 cm, ramiak z płyty mdf,
wypełnienie stabilizujące
„plaster miodu”

44,99 zł / m²

Gres szkliwiony ASHVILLE

wymiary 29,7x59,8 cm,
ma wysoką odporność na wilgoć,
czynniki zewnętrzne oraz uszkodzenia
mechaniczne

Podrzecze 196, tel. 18 541 64 20, godz. otwarcia: pn.-pt.: 7^{00} - 20^{00}, sob.: 8^{00} - 18^{00}

Partnerzy wydania:
TRADYCJA FABRYKA OKIEN
Ford Wikar
WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL-LOUIS UNIVERSITY
Liderui

dts 24
ZDROWIE
28 września 2023 | nr 11 (624)
gazeta bezpłatna nakład: 20 000*
*obejmuje dystrybucję wersji elektronicznej

Sławomir Kmak o 13 latach zarządzania krynickim szpitalem

» str. 4–5

Terminy przyjęć u specjalistów na NFZ w Nowym Sączu

» str. 8–9

Pełna niespodzianek kampania wyborcza 2023

» str. 12–13

Szczęśliwa 13, czyli urodziny DTS

» str. 27

Pan Tabletka odradza łykania tabletek

» str. 6–7

Z ARCH. MARCINA KOSZYKA

TYGODNIÓWKA *MARKA STAWOWCZYKA*

Zobaczyć szansę

Rafał Matyja
Krakowskie Przedmieście

Często opisuje się kariery miast tak jakby były firmami. Rywalizującymi ze sobą na śmierć i życie. To fałszywy obraz. Miasta rozwijają się bardziej spontanicznie, nie podlegają kontroli jednego ośrodka – nawet własnych władz. Czasami silny impuls rozwojowy płynie ze świata biznesu, czasami jest wynikiem jakiejś społecznej inicjatywy. A czasem przychodzi z zewnątrz. Bo ktoś poprowadził linię kolejową, stworzył nowy podział administracyjny albo ulokował w mieście ważną instytucję publiczną.

Ale to nie jest tak, że nic nie zależy od lokalnej społeczności i jej aktywnej części, nazywanej kiedyś elitą. Czasami musi ona zobaczyć szansę w tym, co przynoszą nowe trendy: technologiczne, ekonomiczne, a czasem społeczne. Nowe mody, sposoby spędzania wolnego czasu, potrzeby oświatowe czy zdrowotne. Dziś wiele analiz mówi, że szanse rozwojowe ma tylko pięć największych polskich miast. Ale to nie jest prawda. Te pięć miast skupia na sobie uwagę komentatorów. Którzy – powiedzmy to szczerze – mieszkają tylko w tych pięciu miastach. A często innych nie znają.

Najważniejsze jest to, by miasta takie jak Sącz nie przegapiły swej szansy. A to jest możliwe tylko wtedy, gdy ich lokalne społeczności ciągle na ten temat rozmawiają. Na ambitnie lub na gorzko, na złośliwie lub na życzliwie. Wszystko jedno. Byleby się nie poddać dryfowi, nie uwierzyć w „jakoś to będzie” i nie uwierzyć, że „wszystko co dobre, już było”.

Najważniejsze jest to, by miasta takie jak Sącz nie przegapiły swej szansy. A to jest możliwe tylko wtedy, gdy ich lokalne społeczności ciągle na ten temat rozmawiają

KARTKI Z KALENDARZA

28 września

(1950) Urodził się Stanisław Mróz, najsłynniejszy maratończyk Sądecczyzny, z zawodu ślusarz, ojciec siódemki dzieci. Mróz m.in. codziennie o godz. 5. rano biegał w ramach treningu z rodzinnej Łabowej do pracy w Nowym Sączu. Obecnie ma 73 lata i nie opuścił ani jednego Maratonu Warszawskiego..

29 września

(1998) W sądeckiej Regionalnej Telewizji Kablowej odbyła się pierwsza transmitowana bezpośrednio przedwyborcza debata. Wzięli w niej udział przedstawiciele wszystkich ugrupowań, wystawiających kandydatów w październikowych wyborach samorządowych

30 września

(2010) ukazał się pierwszy numer „Dobrego Tygodnika Sądeckiego”. DTS świętuje więc 13. urodziny.

CZYTAJ WIĘCEJ NA STR. 27.

1 października

(1999) W pierwszym numerze polskojęzycznej wersji „National Geographic” zrekonstruowano hipotetyczny wygląd grodu w Naszacowicach. 15-hektarowe grodzisko istniało na terenie dzisiejszej Sądecczyzny ok. 300 lat przed początkiem państwowości polskiej i było jednym z najważniejszych ośrodków słowiańskiego plemienia Wiślan. Przestało istnieć ok. drugiej połowy XI w.

2 października

(1789) W Tymbarku urodził się Franciszek Armiński – matematyk, astronom, profesor Uniwersytetu Warszawskiego.

(WJ)

Mamo, mam AIDS

Bartosz Szarek
Teraz, teraz, teraz

Ktoś kiedyś powiedział mi, że najwspanialszym dziełem sztuki jest dzieło w toku, którego wersyjność, czymkolwiek by nie była, wymusza na twórcy przyjęcie metodologii fałszywego proroctwa. Szarlatańskiego eksperymentu, z którego nie musi wynikać nic i gdzie na starcie nie sposób przewidzieć niczego. I niezależnie od wyniku otrzymany feedback prowadzi do sensów tam, gdzie ich nie ma bądź być nie musi. Wniosków inkrustowanych wiedzą i mitomanią. I jeśli wyjdzie się z założenia, że nie ma dobrej ani złej drogi, właściwej czy niewłaściwej, ale że ona po prostu jest, a kreatywność i wyobraźnia to szaleńczy easy-riding i strzelanie reflektorem w mrok, tym przyjemniej można wszystko. Można znaleźć siłę, by szukać i lepić. Wyplątywać się rano z prześcieradła, otwierać oczy i płodzić. Na później. Na kiedyś. Na nigdy.

Chyba jest mi pisane być takim jednocześnie-pierwszym-i-ostatnim. Pierwszym grudnia. Publicystycznym migrenowcem, któremu zbolała codzienność maluje plan bliższy. Dalszy. Wrażeniowy. Jakby na kacu. Migrena jako proces. Jako męczeńskie ukoronowanie poszukiwań, finalne stadium choroby – bitwy, którą stoczyła twoja dusza ze światem fikcji i jego perfidiami. W migrenie jest świętość. Wejście w inną formę bytu, doświadczaną w pulsujących aurach, smugach, plamach – permanentnej rozkminie. W bólu abstrakcyjnym, rozsadzającym skronie, łamiącym szczękę, kruszącym zęby, powracającym do zapalnego początku, by raz jeszcze zadać cios... I nagle cisza. Jest. Udało się złapać sens – upodlenie, poczucie bezsilności, ale i ulgę. Koniec zdania, tego zdania. Kropkę, tę kropkę. Można chorować dalej i od nowa. Nieuleczalne.

REKLAMA

DTS znajdziesz na:

Zatrudnię montera izolacji termicznej nr kontaktowy 608 612 359

Partnerzy wydania:
TRADYCJA Wikar Liderui

Bądź na bieżąco - www.dts24.pl

Bajka o smoku i pięknej Sądeczance

Wojciech Molendowicz
Z gór widać lepiej

Szperając niedawno na strychu w poszukiwaniu kraftdziarmagi, odkurzyłem przy okazji skrzynię odziedziczoną po przodkach. Pełna ci ona wiekowych dokumentów, którymi pacholęciem będąc w ogóle żem się nie interesował, bo większość spisana językiem, którego normalny człowiek pojąć nie może. Ze zdumieniem niejakim odkryłem jednak, że jeden ze zwojów czerpanego papieru, to plakat wyborczy Jana Sobieskiego, zwanego później trzecim. Mój przodek zdjął go na pamiątkę z drzewa rosnącego na rozstaju dróg pod sądeckim zamkiem, kiedy się w kwietniu 1674 r. na elekcję pod Warszawę wyprawiał. Z przekazów rodzinnych wiem, że przodek nasz na Sobieskiego wówczas zagłosował, królem go wybierając, tak mu przypadł do gustu program wyborczy kandydata na monarchę. A cóż takiego marszałek i hetman wielki koronny obiecywał wyborcom?

„(...) Jak mnie królem Polski i Litwy obierzecie, a nie inszych kandydatów, przeto obiecuję Nowemu Sączowi budowę traktu z prawdziwego zdarzenia. Dla potomności nazwan on Sądeczanką będzie, aby wszystkie pokolenia na względzie miały, iże Sądeczanka to piękna droga prowadząca z tej przecudnej krainy ku światu. Godzi się bowiem, aby Sądecczyzna w cywilizowany sposób komunikowała się z innemi grodami. Jest wszak wiek XVII i sądeckie towary, licznie wytwarzane w tutejszych warsztatach, powinny sprawnie do kupieckich przedstawicielstw wędrować, by pomyślność i zamożność obywateli tutejszych pomnażać. Czasy niespokojne są i nie można wszak wykluczyć, że niebawem na Turka trzeba się będzie pod Wiedeń wyprawić i trakt Sądeczanki będzie wojskom koronnym sprzymierzeńcem w tej wojnie. A gdyby dobry Bóg pogan łaskawie pozwolił pokonać, a miła sercu mojemu Marysieńka wyjechała mi naprzeciw wracającemu spod Wiednia, to już ze Starego Sącza nowym traktem, obiecaną Sądeczanką pędzić będziemy co koń wyskoczy (...)".

Jak może wiadomo, program wyborczy Jana Sobieskiego elektorów przekonał, 3450 głosów otrzymał, z siedmiu kandydatów królem został obran. Turków, jak obiecał w programie wyborczym, pokonał, Marysieńkę w Starym Sączu w ramionach utulił, a obietnica budowy dwupasmówki do Brzeska weszła do lokalnej legendy i jest powtarzana przez kandydatów z pokolenia na pokolenie. I tak od wieków. A popularnością niebawem dorówna opowieści o smoku wawelskim. To bajka z tej samej półki.

Z pamiętnika młodego felietonisty

Jakub Marcin Bulzak
Pije Kuba do Jakuba

Będąc młodym felietonistą przyszedł raz do mię czytelnik wzburzony wielce:

– Pan patrzy na tę wieżę!

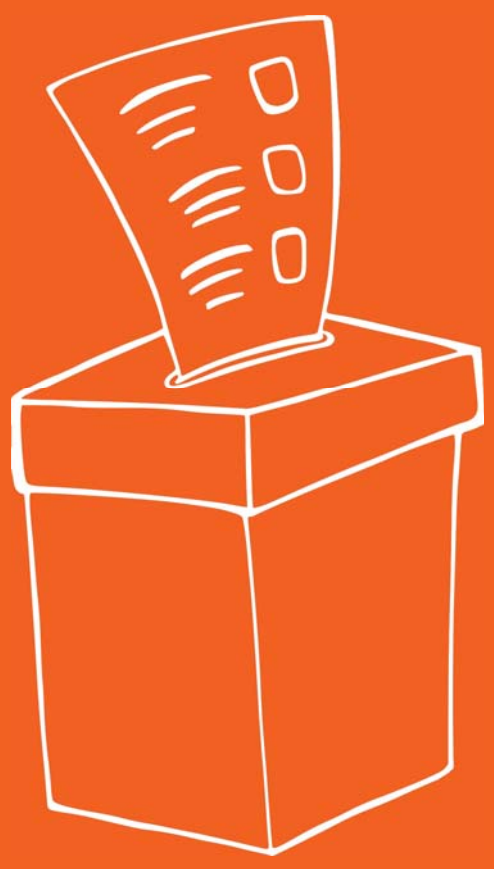
I zadarł moją głowę w kierunku nowosądeckiej wersji jednej z części słynnej trylogii Tolkiena, czyli dwóch wież miejscowej Bazyliki.

– Widzi Pan te anteny? Co to ma być? To jest kościół, czy przekaźnik?

I ją zasypywać mnie argumentami. Że: kto to widział, na zabytku? Że: jakoś na kopule Bazyliki św. Piotra i na wieży Katedry Wawelskiej tego nie ma. „Gdzie jest konserwator zabytków?". Czytelnik chyba był wierzący-praktykujący, bo zasunął cytatem: „Mój dom ma być domem modlitwy, a wy czynicie z niego jaskinię zbójców". Generalnie nie dał mi dojść do słowa, tylko argumentował, argumentował i wzburzenie jego rosło.

Gdy już skończył, ja nie za bardzo wiedziałem, jak odbić jego racje. Niby potrafię odróżnić kościół od przekaźnika, ale na kopule Bazyliki św. Piotra nie byłem, konserwatorem zabytków nie jestem, kontrcytat z Biblii też nie przychodził mi do głowy (coś mi tam kołatało o srebrnikach, ale jak raz nie potrafiłem sobie przypomnieć dokładnego brzmienia).

Żeby nie wyjść na kompletną niemotę, chciałem chociaż jakoś poetycko spointować to nasze spotkanie, ale jedyne, co mi przyszło do głowy, to dziecięca rymowanka: „Jerzy nie wierzy, że na wieży leży gniazdo nietoperzy"... Ale wydała mi się jakoś nie a propos... Mimo że na nietoperze na wieży to teraz można pozyskać jakieś dotacje z odnośnego funduszu.



Regionalna Telewizja Kablowa
oraz
„Dobry Tygodnik Sądecki"
zapraszają do oglądania bezpośredniej transmisji telewizyjnej debat kandydatów do parlamentu. Debata kandydatów do Senatu odbędzie się 3 października o godz. 18., a debata kandydatów do Sejmu 10 października o godz. 18.
Program będzie można oglądać jednocześnie w Regionalnej Telewizji Kablowej oraz na portalu internetowym dts24.pl

REKLAMA

Nowoczesne modele Hyundai.

Modele Hyundai z upustem aż do **16 000 zł***

Poznaj dostępne modele z okazyjnym finansowaniem.
*Szczegóły w salonie Hyundai i na wikar.hyundai.pl

HYUNDAI

Wikar Nowy Sącz, ul. Węgierska 168 tel. 18 414 0 413, e-mail: hyundai@wikar.pl

Trzynaście lat na stanowisku dyrektora

Rozmawia Natalia Sekuła

Co pomyślał, przekraczając próg szpitala w 2011 r., jako nowy szef? Dlaczego wówczas nie wszedł głównym wejściem? Co spotyka się z jego protestem? Jak zmieniło się na przestrzeni lat podejście pacjentów i lekarzy? I jak „wyleczyć" służbę zdrowia? O tych i wielu innych tematach rozmawiamy z dyrektorem szpitala im. dr. J. Dietla w Krynicy-Zdroju SŁAWOMIREM KMAKIEM, który przez niemal 13 lat kierował placówką.

– Jak wynika z raportu Najwyższej Izby Kontroli, szpitale powiatowe działają poniżej progu opłacalności. Połowa oddziałów notuje straty, personel jest przepracowany. Sytuacja w krynickim szpitalu również jest na etapie „stanu przedzawałowego", w którym obecnie tkwi służba zdrowia?

– Istotnie czas dla szpitali powiatowych nie jest łatwy. Ale też nie jest tak, że wszystkie szpitale powiatowe mają kłopoty finansowe. Mam wrażenie, że dla Ministerstwa Zdrowia ważniejsze od słowa zysk jest pojęcie płynności finansowej i dokąd szpitale mają płynności finansową, czyli są zdolne do obsługi zobowiązań, to z punktu widzenia MZ jest stabilnie. Oczywiście, patrząc z punktu widzenia menedżera, wolałbym, żeby obydwa te pojęcia były tak samo ważne. Minimalny poziom zysku wskazywałby, że procedury są wyceniane prawidłowo i przy odpowiednim zarządzaniu moglibyśmy spokojniej myśleć o przyszłości. Jeżeli chodzi o personel, to zgadzam się – pracuje bardzo dużo. Jeżeli zwłaszcza lekarze chcieliby nagle zacząć pracować tyle, aby wypełnić zapisy kodeksu pracy, to mamy kompletną zapaść nie tylko na poziomie oddziałów, ale i całych szpitali. Sytuacji w szpitalu nie nazwałbym stanem przedzawałowym, ale kruchą stabilizacją.

Zobaczyłem fantastyczny zespół ludzi, który w tych trudnych warunkach nie pozwolił mi myśleć, że się nie da. Szybko się porozumieliśmy i kto miał leczyć – leczył, a kto miał zarządzać – zarządzał

– Mając niemały bagaż doświadczenia w kierowaniu szpitalem, widzi Pan lekarstwo, szansę, aby poprawić sytuację? Zarówno w kontekście dostępności specjalistów dla pacjentów, ale i lekarzy, pielęgniarek, którzy często pracują ponad normę, biorąc kilka dyżurów pod rząd?

– Drogi są według mnie tylko dwie: kształcenie większej liczby lekarzy oraz zmiana przepisów dotyczących wymagań na konkretnych stanowiskach. Do tego zachęcenie młodych lekarzy, aby chcieli pracować w mniejszych szpitalach. Oczywiście lekarza i pielęgniarki nie zastąpimy, ale zmiana akcentów na niektórych stanowiskach, – zmiana kształcenia pielęgniarek, aby mogły asystować przy niektórych procedurach, moim zdaniem nie byłoby drogą w niewłaściwą stronę. Dzisiaj często przepisy nie pozwalają na racjonalność menedżerom. I nie mówię tutaj o nadmiernym ryzyku, bo cały czas pracujemy nad jego ograniczaniem, ale racjonalności wymagań. Do tego dochodzi ogromna liczba dokumentów do sporządzania, często powielających określone czynności nie zawsze niezbędnych dla procesu leczenia.

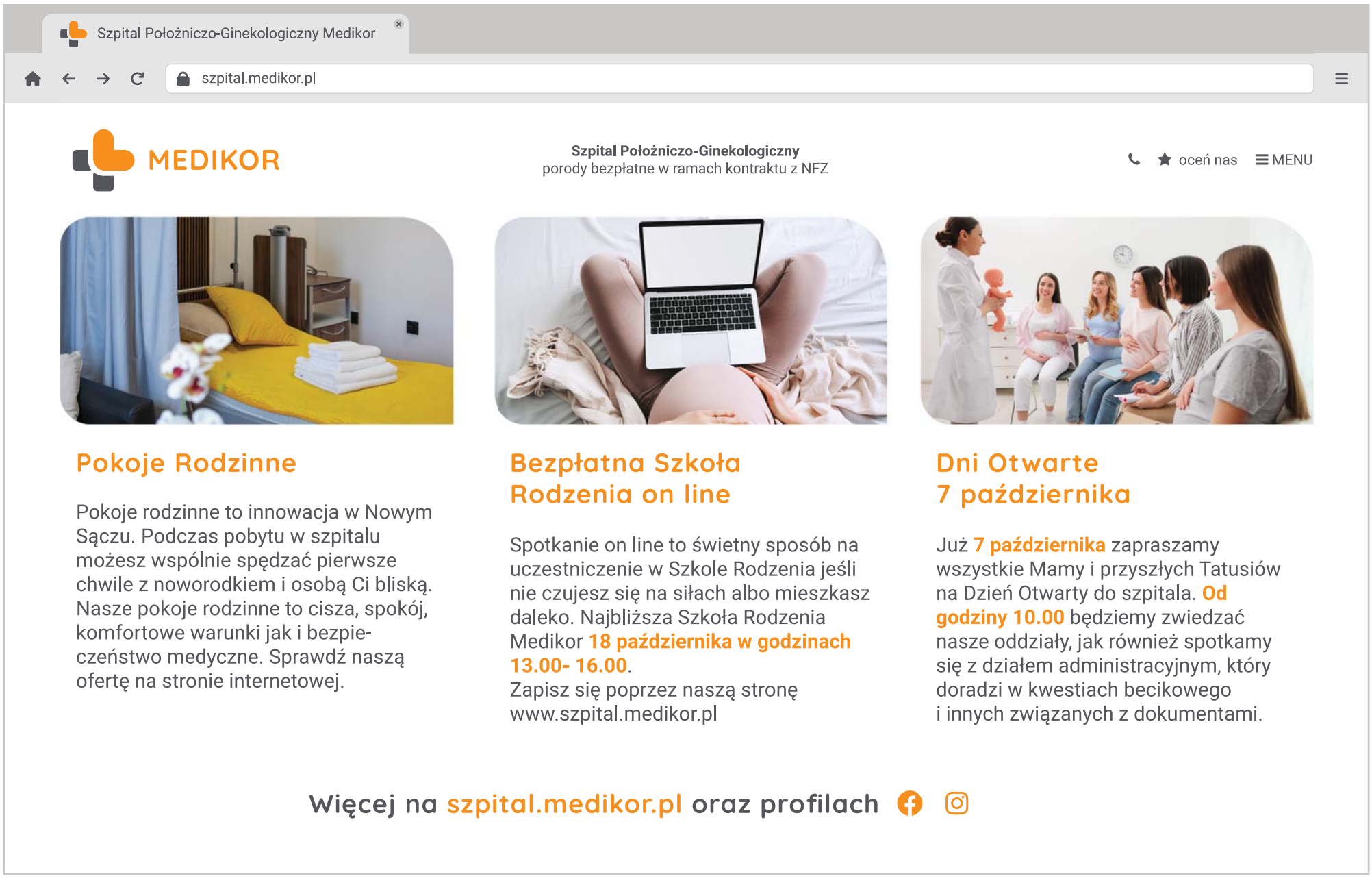
– Ostatnio spotkałam się z opinią, że zastał Pan, jak głosi powiedzenie o Kazimierzu Wielkim, szpital „drewnianym, a zostawił murowanym". Zgadza się Pan z tym? Był 2011 rok, przekraczał Pan próg szpitala, jaka rzeczywistość Pana otaczała? Jakie problemy były do rozwiązania?

– Oj nie. Nawet jeżeli jest to bardzo miłe, to za dużo we mnie pokory, aby tak myśleć. 22 maja 2011 roku szpital miał ponad 4 miliony złotych zajęte przez komornika, drugi wykonawca inwestycji był już prawie spakowany. Po paru miesiącach „zaprzyjaźniłem" się prawie z przedstawicielami większości firm pożyczkowych. Do tego ciągnęły się za nami trudne sprawy odszkodowawcze z roku 2002 i 2010. I zawziąłem się, że na utrzymanie szpitala muszę mieć przychody z kontraktu z NFZ i nie będę wyciągał ręki po pieniądze do Powiatu Nowosądeckiego. Ale też zobaczyłem fantastyczny zespół ludzi, który w tych trudnych warunkach nie pozwolił mi myśleć, że się nie da. Szybko się porozumieliśmy i kto miał leczyć – leczył, a kto miał zarządzać – zarządzał. Krok po kroku okazało się, że to była dobra strategia. Zaufanie chyba było największą wartością, jaką zbudowaliśmy. Przynajmniej ja tak to odbieram.

– Pierwsza myśl, jaka wtedy Pana wówczas nawiedziła? Nie była podszyta nieco strachem? Jakie było największe wyzwanie, z którym przyszło się Panu zmierzyć?

– Pamiętam, że przyjechałem w poniedziałek do pracy i postanowiłem nie wchodzić głównym wejściem do szpitala. Pierwsze pomieszczenie, jakie odwiedziłem, to była... kaplica w piwnicy. To było dobre miejsce na początek pracy. Największym wyzwaniem było zdecydowanie poukładanie spraw budowlanych i dokończenie pierwszej części modernizacji szpitala. Patrząc z perspektywy czasu, to oprócz oczywistych problemów,

REKLAMA



Partnerzy wydania:
TRADYCJA Ford Wikar Liderzy

które na każdej budowie się zdarzają, towarzyszyły temu procesowi ogromne pokłady emocji. Paradoksalnie najmniejszy problem miałem z personelem szpitala. Oczywiście, że miałem obawy zwłaszcza, że wchodziłem do zupełnie nowej branży i pierwszy raz brałem osobistą odpowiedzialność za zarządzanie jakimś podmiotem, mam nadzieję, że pracownicy innych powiatowych jednostek się nie obrażą, ale największym i najważniejszym dla powiatu. Jak pan starosta Jan Golonka wypatrzył we mnie kandydata na dyrektora szpitala, to do dzisiaj się dziwię.

– Co przez ten czas udało się zrobić? Dużo starań i czasu pochłonęły inwestycje w rozwój szpitala?

– Myślę, że najlepiej jak to ocenią Czytelnicy, a ja postaram się wymienić. Zakończyliśmy modernizację „starej części szpitala", którą, zapoczątkowała moja poprzedniczka. Potem już zaczęła się praca na mój rachunek we współpracy z pracownikami administracji. Przeprowadziliśmy termomodernizację szpitala, pozyskaliśmy partnera, który prowadzi do dzisiaj pracownię tomografii komputerowej, uruchomiliśmy pracownię endoskopii, wyremontowaliśmy kuchnię, a ostatnio zmodernizowaliśmy pracownię rtg i zakupiliśmy nowy aparat. Ale największą dla mnie dumą i to, co pozostawimy po sobie, jest nowe skrzydło szpitala. Chylę czoła przed moimi współpracownikami, którzy byli prawdziwym motorem tego procesu. Podkreślić też należy rolę władz powiatu nowosądeckiego, które wówczas pod kierunkiem pana starosty Marka Pławiaka dawały gwarancję finansową rozbudowie szpitala. Do dzisiaj inwestycje w szpitalu za ostatnie 13 lat to prawie 45 mln zł.

– Budynek się zmienił, rozbudował, a jak z personelem? Duże zmiany?

– Zatrudniamy prawie 400 osób, więc rotacje były, bo to nieuniknione. Ale te zmiany były płynne, spokojne. Chyba nikt nie odchodził z pracy w wyniku konfliktu z dyrektorem. Bardzo cenię sobie to, że chyba z mojej winy nie straciłem żadnego pracownika, na którym mi zależało. Żal było jak odchodzili, ale o każdego starałem się powalczyć. Stabilność w zatrudnieniu na kluczowych stanowiskach okazała się gwarancją tych moich prawie 13 lat pracy. Lubię pracę z ludźmi, taki mam styl zarządzania personelem. Uważam, że budowanie relacji z pracownikami opartych o wzajemny szacunek daje lepsze efekty niż wymachiwanie szabelką. To jest fantastyczny zespół ludzi niezależnie od stanowiska, które zajmują.

– Szczególnie trudnym czasem dla szpitali, personelu był czas pandemii i początkowy chaos. Jak udało się odnaleźć w nieznanej dotąd rzeczywistości?

– Odpowiedź jest w poprzednim pytaniu – ludzie. Ogromna praca, jaką wykonali i zaangażowanie.

FOT. MAREK JAŚKIEWICZ

– Zostawiam świetny zespół, który nigdy mnie nie zawiódł i nie odmówił pomocy – mówi Sławomir Kmak.

Nikt nie odmówił mi pomocy – lekarze, pielęgniarki, salowe, administracja, obsługa... Każdy dał z siebie więcej niż powinien. Pamiętam, z jaką agresją spotkaliśmy się, gdy zostaliśmy zobowiązani do prowadzenia izolatorium. Tego, co przeczytałem o sobie i swoich współpracownikach w internecie i na ogrodzeniach i balkonach, jadąc przez Krynicę do pracy, długo nie zapomnę. A potem prowadziliśmy szpital tymczasowy, prowadziliśmy, jako jeden z trzech szpitali w Małopolsce, szczepienia i kryniczanie mieli dostęp do szczepionki najszybciej i najbliżej domów, prowadziliśmy też wymazy w domach dla pacjentów. To był trudny czas, ale też odbieram go jako dowód, że warto wierzyć w ludzi.

– Co było najtrudniejsze w dobie pandemii? Zapewne spotykaliście się Państwo z dramatami pacjentów, których przez lockdown nikt nie mógł odwiedzić. Niektórzy odchodzili w samotności...

– Dzisiaj, patrząc z perspektywy czasu, przyznam pani rację. Był taki moment, że dla mnie chyba też stało się to czynnością techniczną: lockdown, decyzja, ograniczenie lub zakaz odwiedzin, bo tak mówiły wytyczne. Aż do momentu, gdy sam musiałem zostawić członka rodziny na tydzień w szpitalu i też drzwi tego szpitala przede mną się zamknęły. Chyba wtedy zrozumiałem, że jeżeli już musimy wprowadzać te zasady, to na krótko i powinniśmy, pomimo zmęczenia, informować rodziny o stanie zdrowia ich bliskich. Niech ktoś mi powie, że wtedy RODO miało znaczenie.

– Kiedy szpitale i społeczeństwo opanowały Covid-19, wybuchła wojna na Ukrainie, do Krynicy-Zdroju przyjęto około dwa tysiące uchodźców wojennych. Bariera językowa stanowiła dużą przeszkodę dla lekarzy? Jak wyglądało świadczenie usług dla sąsiadów zza wschodniej granicy?

– Początek to oczywiście szok i współczucie. Trafiały do nas dzieciaki i początkowo nie mogliśmy wystawiać recept, więc leki dostawali od nas na parę dni. Bariera językowa była dużym problemem i nadal jest. Troszkę po polsku, troszkę łamanym językiem, którego uczyli starszych w szkole, trochę po angielsku i radziliśmy sobie. W ogóle największą pracę do dzisiaj, jeżeli chodzi o ilość pacjentów z Ukrainy, wykonali nasi pediatrzy i interniści. Natomiast ważne jest, że znowu szpital w Krynicy stanął na wysokości zadania i nikt nie odmówił pomocy.

– Przez ponad dekadę mógł Pan obserwować pacjentów, ale i medyków. Dostrzega Pan jakieś zmiany w zachowaniu, postawach na przestrzeni tych lat?

– Oczekiwania pacjentów się zmieniają, wymagania również. Pacjent wymaga poświęcenia uwagi, wytłumaczenia, dlaczego jest w szpitalu, postawienia diagnozy, wyjaśnienia jak go leczymy i ile to będzie trwało. I myślę, że ze względu na natłok pracy na rozmowę z pacjentem mamy coraz mniej czasu. Stąd często pretensje i nieporozumienia. Absolutnie nie jest to wina lekarzy czy pielęgniarek, ale dokładania obowiązków administracyjnych dla personelu. Gdybym mógł ograniczyć ilość przyjmowanych pacjentów w szpitalu, to na komunikację postawiłbym największy nacisk. Mam wrażenie, że dzisiaj w szpitalu w Krynicy radzimy sobie z tym i tak bardzo dobrze.

– 13 lat pracy, czyli około jedna trzecia Pana życia. Sporo czasu... Czego się Pan nauczył przez ten czas? Co Pana zaskoczyło, a może wywołało bunt i chciał Pan to zmienić?

– Trochę mniej... Przede wszystkim nauczyłem się wierzyć w pracę zespołową oraz tego, że zarządzając takim dużym podmiotem, samemu nic się nie zdziała. Przećwiczyłem w szpitalu chyba wszystkie zasady motywowania pracowników. Wiara w ludzi to według mnie największa wartość. A zaskoczyła mnie i nieustannie buntuje nierówność w finansowaniu szpitali publicznych w Polsce.

– Kiedy nastąpił moment, że zakiełkowała w Pana głowie myśl: „czas odejść"? Łatwo jest zostawić kawał swojego życia, zamknąć drzwi i ruszyć w nieznane?

– Nie jest łatwo. Zostawiam świetny zespół, który nigdy mnie nie zawiódł i nie odmówił pomocy. W tamtym roku postanowiłem, że czas na zmiany i jeżeli pojawi się propozycja spełniająca moje oczekiwania, to podejmę taką decyzję. Oczywiście, że zostawiam przewidywalny dla mnie świat, ale jako menadżer szukam też nowych wyzwań. Ufam, że im podołam.

– Lubi Pan wyzwania, zdradzi Pan jakie obecnie przed Panem stoi? Gdzie Pana spotkamy?

– Zupełnie nowa rzeczywistość, jeżeli chodzi o zarządzanie, ale ten sam sektor. Natomiast myślę, że dopóki nowy pracodawca nie uzna za stosowne podać to do publicznej wiadomości, to ładnie z mojej strony będzie zostawić to jeszcze dla siebie.

– Jest Pan spokojny o rozwój krynickiego szpitala? Ma Pan w głowie kandydatów, którzy mogliby Pana zastąpić?

– O przyszłość jestem spokojny. Pan starosta Marek Kwiatkowski jest bardzo doświadczonym menedżerem i co najmniej nieuprzejme z mojej strony byłoby cokolwiek sugerować. Wybór nowego dyrektora jest domeną zarządu powiatu i tak niech zostanie.

– Zapewne w szpitalu personel pożegna Pana oficjalnie w listopadzie. Co im Pan powie, biorąc pod uwagę pryzmat kilkunastu lat współpracy?

– Jeżeli pracownicy uznają to za stosowne, to pewnie się spotkamy. Chciałbym im powiedzieć, żeby zawsze pamiętali, że to oni tworzą historię i wartość szpitala w Krynicy. Jeżeli to moja ostatnia rozmowa publiczna, to dzisiaj chcę powiedzieć – dziękuję. Niech to słowo wyrazi cała moją wdzięczność i wszystkie pozytywne wspomnienia.

– Jakby mógł Pan udzielić jednej rady nowemu szefowi lub szefowej szpitala, jaka by ona była?

– Jeżeli będę miał okazję się spotkać, to chętnie przekażę wszystkie wiadomości istotne dla funkcjonowania szpitala. Ja na takie spotkanie nie miałem szans, a bardzo go potrzebowałem. A radzić chyba nie powinienem. Niech każdy buduje swoją historię od początku z czystą kartą.

Partnerzy wydania:
TRADYCJA FABRYKA OKIEN · Ford Wikar · WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL-LOUIS UNIVERSITY · Liderzy

Pan Tabletka odradza łykania tabletek

Rozmawia Wojciech Molendowicz

Rozmowa z farmaceutą MARCINEK KORCZYKIEM, znanym jako Pan Tabletka, Blogerem Roku 2023

– Jak wyczytałem w portalu dts24, zacytuję: „Jeszcze niedawno znali go wyłącznie klienci pewnej apteki w Nowym Sączu przychodzący po poradę". Skromne były początki, a od niedawna możesz pochwalić się tytułem najlepszego blogera 2023 roku w Polsce.

– Sam jestem tym zaskoczony, nie spodziewałem się, bo to, o czym mówię w blogu, jest jednak pewną niszą. Ale takie wyróżnienia są zawsze bardzo miłe. Każdy lubi być doceniony za swoją pracę.

– Wiem, że jesteś skromnym człowiekiem, ale jednak do lekarza i do apteki chodzimy prawie wszyscy, więc gdzie ta nisza, o której mówisz?

– Może masz rację, ale ja mam poczucie, że dużo chętniej i łatwiej ogląda się treści rozrywkowe. Myślałem, że niekoniecznie ludzie poszukujący sposobów na odporność albo jakichś specyfikiów chcą czytać moje analizy, a tu proszę, wiele osób ma Pana Tabletkę pod ręką w telefonie i chętnie korzysta z mojej pracy. Wyróżnienie cenię sobie, ale wszystkim życzę zdrowia, czyli żebyśmy się jednak jak najrzadziej spotykali.

– Ładnie, ale bloger tworzy treści chyba jednak w pierwszej kolejności po to, aby one docierały do jak najszerszego grona odbiorców. Mówiąc bardziej dosadnie, musi się klikać. A skoro dostałeś za to ważną ogólnopolską nagrodę, to sygnał, że swoją pracę wykonałeś co najmniej należycie.

– To, co najbardziej cenię w mojej pracy, to fakt, że każdy pomysł czy materiał mogę wyskalować, poddać aktualizacji i co najważniejsze, moja wiedza nie jest ograniczona do jednej apteki i kilkunastu klientów. Mam świadomość, że w internecie jest wielu wartościowych twórców z dobrymi treściami, a jednak nie udało im się przebić szklanego sufitu i odpowiednio się nagłośnić. Mam to szczęście, że mnie się udało pewną barierę przeskoczyć i Pan Tabletka zawitał pod strzechy.

Jako świeżo upieczony magister farmacji Uniwersytetu Jagiellońskiego miałem wpojone przekonanie, że farmaceuta powinien w pierwszej kolejności przekazywać swoją wiedzę, a tabletki częściej odradzać niż promować

– Co trzeba zrobić, żeby przebić w internecie ów szklany sufit? Dzisiaj każdy chce być blogerem, influencerem, aby jednak ta praca miała sens, grono odbiorców musi być odpowiednio szerokie. Jak Tobie się to udało?

– Powiem szczerze, że nie wiem, ale zaraz do tego wrócę. Rozpoczynałem pracując jeszcze w aptece przy ulicy Lwowskiej w Nowym Sączu. Na początku po prostu wrzucałem do internetu odpowiedzi na pytania, jakie najczęściej zadawali mi klienci w aptece. A tak przy okazji, to chyba przy okienku w aptece się poznaliśmy?

– Tak było, ktoś mi Ciebie polecił: „Jak nie wiesz co kupić, zapytaj Pana Tabletki". To w tamtym okresie odkryłeś swoją misję edukowania ludzi z farmacji?

– Po trzech latach pracy w aptece całodobowej miałem poczucie, że w kółko mówię jedno i to samo. Czyli głównie wyjaśniam, iż specyfiki znane nam z telewizyjnych reklam są zwykle wydmuszką i klient tak naprawdę ich nie potrzebuje. Jako świeżo upieczony magister farmacji Uniwersytetu Jagiellońskiego miałem wpojone przekonanie, że farmaceuta powinien w pierwszej kolejności przekazywać swoją wiedzę, a tabletki częściej odradzać niż promować. No więc ja byłem farmaceutą odradzającym klientom tabletki...

– Niezłe hasło reklamowe: Pan Tabletka odradza tabletki...

– Trochę tak było, tylko problem polegał na tym, że nie umiałem się dobrze komunikować z ludźmi. A warto mieć farmaceutę, lekarza, któremu się ufa. Nie jest to sprawa prosta, ale warta zbudowania takiej relacji. No więc ja tłumaczyłem, odradzałem łykanie niepotrzebnych tabletek i to się odbijało od ludzi jak od ściany. Po kilku latach uznałem, że coś z tym trzeba zrobić. Bo skoro wszystko jest ważniejsze od tego, co mówi kompetentny personel w aptece, z solidnym wykształceniem, osoba znająca problem i wiedząca, że ta branża zbudowana jest na wydmuszkach reklamowych, to zacząłem swoje uwagi spisywać w formie analiz na blogu.

– Ale ciągle nie powiedziałeś, jak przebić się w gąszczu treści zalewających internet?

REKLAMA

NFZ Narodowy Fundusz Zdrowia
Al. Stefana Batorego 77 NOWY SĄCZ
18 442 00 06 REJESTRACJA I INFORMACJA
rejestracja@cmbatorego.pl KONTAKT E-MAIL

CM BATOREGO CENTRUM MEDYCZNE W NOWYM SĄCZU

Podstawowa opieka zdrowotna
Lekarze POZ
Pielęgniarki POZ
Położne POZ

Pracownie diagnostyczne
Pracownia Diagnostyki Laboratoryjnej
Pracownia RTG
Pracownia USG - Doppler

W SOBOTY ODPŁATNIE
LEKARZ PEDIATRA
BADANIA ANALITYCZNE

Ambulatoryjna opieka specjalistyczna
Leczenie stomatologiczne i protetyka
Opieka psychiatryczna
Pielęgniarska Opieka Długoterminowa
Medycyna Pracy
Psychologia Transportu
Certyfikowane Centrum Medycyny Podróży
Specjalista Onkologii i Hematologii Dziecięcej

Partnerzy wydania: TRADYCJA, Ford Wikar, Wyższa Szkoła Biznesu National-Louis University, Liderui

– Ja mam proste zasady. Staram się, by 99 procent aktywności poświęcić na treści, które pomagają ludziom, a nie są o mnie. Nie promuję siebie, nie opowiadam, co zjadłem na śniadanie albo jaką kawę wypiłem, choć pewnie mógłbym to przy okazji robić. Ale ja skupiam się na pytaniach moich czytelników i odbiorców. Rzecz druga, robię to w taki sposób, aby dało się tę wiedzę łatwo wyszukać – sprawa optymalizacji, pisania pod Google i wyszukiwarki. I trzecia sprawa – pisania o tematach, o które pyta jak najszersza grupa ludzi.

– A wracając do czasów spędzonych w aptece. Nie obawiałeś się, że Cię w pewnym momencie wyrzucą z pracy, bo przychodzą klienci na zakupy, a ty im odradzasz najmocniej reklamowane specyfiki, czyli przy okazji pewnie najdroższe?

– To ja skorzystam z okazji i pozdrowię dawną ekipę mojej apteki, a szczególnie ówczesną szefową panią Dorotę. Czy się bałem zwolnienia? Są farmaceuci, którzy posiadają kręgosłup, więc to, co robiłem, było odbierane przez nich z uśmiechem. Komentowali, że Marcin jest świeżak, nie jest jeszcze wypalony zawodowo i chce mu się każdemu z osobna tłumaczyć. Wszystkim młodym ludziom zaczynającym pracę po studiach w tej branży życzę, żeby im się chciało robić rzeczy tak, jak powinny być robione.

– A studia farmaceutyczne i praca w farmacji to może być coś pasjonującego i porywającego dla młodego człowieka?

– Jeśli chodzi o studiowanie, to jestem tego zdania, że warto studiować to, co człowiek lubi, nawet jeśli nie wiemy, co będziemy robić w przyszłości. Generalnie powinniśmy robić to, w czym czujemy się dobrze, rozwijać swoje miękkie cechy. Gdyby nie pasjonowało mnie to, co robię, czyli z jednej strony wyjaśnianie jak działają leki i optymalizowanie farmakoterapii, a z drugiej strony promowanie naturalnych sposobów leczenia, zielarstwa, syropów z cebuli itp., gdyby nie było w tym czegoś więcej, to pewnie nie chciałoby mi się tego robić. Skądś tę energię do działania muszę czerpać. Z jednej strony jestem pasjonatem, z drugiej udało mi się trafić w miejsce, gdzie mogę się rozwijać. Ktoś inny w swojej dziedzinie może nie mieć takiego szczęścia.

– Marcin, to może niepotrzebnie traciłeś pięć lat na studia, może powinieneś zostać znachorem, zielarzem, który w chacie na skraju latu wytwarza mikstury i syropy według receptury naszych babć.

– Ale ja właśnie wróciłem do tego. Być może nie wszystkim wiadomo, ale jedną czwartą studiów na farmacji wypełniają przedmioty związane z ziołami. Tak naprawdę farmaceuci są najlepiej teoretycznie przygotowanymi do pracy zielarzami. Słowo „zielarz" powinienem wziąć w cudzysłów, bo ono formalnie nie funkcjonuje. Jeśli ktoś kojarzy moją książkę „Zdrownik", to ja w niej spełniam marzenia Marcina sprzed dwudziestu lat, który pisze tu o dziurawcu, o cebuli, czosnku, oleju z czarnuszki, o nalewce z zielonego orzecha i to też trafia do ludzi. Wiesz, bo z jednej strony ja odradzam ludziom wiele suplementów, które uważam za niepotrzebne, racjonalizuję używanie leków, by zażywać wyłącznie te, które są potrzebne i tak, żeby działały, a z drugiej strony podsuwam rozwiązania w postaci starych, sprawdzonych sposobów, które przez ostatnich kilka dekad świat nauki przebadał, więc wiemy, dlaczego np. olej z czarnuszki działa tak, jak działa. Przykłady można by mnożyć.

WYKORZYSTANO FRAGMENTY WYWIADU DLA REGIONALNEJ TELEWIZJI KABLOWEJ.

FOT. ARCH. M. KOSZYKA

Marcin Koszyk – Pan Tabletka jest m.in. autorem książki „Odporność. Czy Twoje dziecko może nie chorować?".

Być może nie wszystkim wiadomo, ale jedną czwartą studiów na farmacji wypełniają przedmioty związane z ziołami. Tak naprawdę farmaceuci są najlepiej teoretycznie przygotowanymi do pracy zielarzami

Chcesz dostać książkę Pana Tabletki? Śledź profil „Dobrego Tygodnika Sądeckiego" na Facebooku. Odpowiedz najszybciej na pytanie dotyczące treści tego numeru. Poczekaj na ogłoszenie zwycięzcy dnia i zgłoś się do redakcji po nagrodę.

REKLAMA

Za czym kolejka ta stoi? Za wizytą u specjalisty

Kinga Nikiel-Bielak

Historii związanych ze służbą zdrowia każdy ma chyba bez liku. Często wspólnym powodem Polaków do narzekań są długie kolejki do lekarzy specjalistów, zwłaszcza jeśli chodzi o wizyty refundowane przez NFZ. Sprawdziliśmy, jak wygląda sytuacja w Nowym Sączu. Dowiedzieliśmy się, jak w łatwy sposób sprawdzić najbliższe dostępne terminy i poznaliśmy odpowiedź na pytanie: jak dużym problemem są osoby, które nie odwołują wizyt, a się na nich nie pojawiają.

Sprawdziliśmy za pośrednictwem strony terminyleczenia.nfz.gov.pl, na jakie terminy przyjęć u specjalistów, czy wykonania niektórych badań refundowanych przez NFZ, można liczyć w Nowym Sączu

– Jakieś pół roku temu musiałam pojechać na gastroskopię do Tuchowa, bo w Sączu nie było na nią szans. Nawet nie mówiąc o terminach, wtedy wszędzie była to tylko usługa płatna. W lutym tego roku rejestrowałam syna do kardiologa i dostał termin na lipiec 2024 – opowiada pani Katarzyna z Nowego Sącza.

Sądeczanka zwraca także uwagę na jakość wizyt w gabinetach prywatnych w porównaniu do świadczeń wykonywanych w ramach NFZ na przykładzie swoich doświadczeń z badaniami dermatoskopowymi. – Można badać znamiona i „badać". W prywatnym gabinecie jest specjalistyczny sprzęt komputerowy, który skanuje całe ciało, wyłapuje podejrzane znamiona, a lekarka powiększa ich obraz na monitorze. Ma tam różne algorytmy i tak dalej. Pełen profesjonalizm. Natomiast do dermatologa na NFZ czekałam pół roku na przyjęcie, a pani przez taką lupę obejrzała moje plecy, trwało to 5, czy 10 minut i stwierdziła, że wszystko jest ok...

Opieka koordynowana

Niestety, nie zawsze można sobie pozwolić na prywatne wizyty, a czas oczekiwania na przyjęcie u specjalisty w ramach NFZ zazwyczaj pozostawia wiele do życzenia. Zapytaliśmy przedstawicielkę Małopolskiego Oddziału NFZ o to, co wpływa na długość kolejek do poszczególnych lekarzy.

– Terminy przyjęć w ramach ambulatoryjnej opieki specjalistycznej czy leczenia szpitalnego różnią się pomiędzy poszczególnymi placówkami i w zależności od rodzaju świadczeń. Jest to uwarunkowane m. in. liczbą chorych wymagających konkretnej konsultacji, badania, zabiegu czy liczbą specjalistów z danej dziedziny medycyny – mówi Iwona Krzywda, starszy specjalista z Zespołu Komunikacji Społecznej i Promocji Małopolskiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia w Krakowie.

Jak dodaje, w przypadku porad u lekarzy specjalistów i leczenia szpitalnego nie obowiązuje rejonizacja. W związku z tym chory może dowolnie wybrać placówkę spośród tych, które posiadają umowę z NFZ i np. wziąć pod uwagę dostępne terminy przyjęcia.

NFZ podjął już w ostatnich latach pewne kroki, które pozwalają skrócić kolejki do lekarzy.

– Od lipca 2021 r. nie obowiązują limity finansowania w przypadku wizyt w poradniach specjalistycznych. Oznacza to, że Narodowy Fundusz Zdrowia płaci za każdego przyjętego w gabinecie pacjenta, a placówki odpowiadające za tego rodzaju pomoc nie są ograniczone wysokością zawartych umów – zaznacza Iwona Krzywda. Ograniczenia finansowania zniesiono też wcześniej w zakresie zabiegów usunięcia zaćmy, diagnostyki tomografem komputerowym i rezonansem magnetycznym.

– Z kolei od 1 października 2022 roku lekarze pierwszego kontaktu w placówkach podstawowej opieki zdrowotnej mogą realizować tzw. opiekę koordynowaną. Daje ona możliwość leczenia najczęstszych chorób przewlekłych z zakresu kardiologii, diabetologii, endokrynologii i pulmonologii już u swojego lekarza rodzinnego. W ramach tego modelu opieki lekarz POZ może zlecić pacjentom badania (w sytuacjach medycznie uzasadnionych), które do tej pory były zarezerwowane dla lekarza specjalisty. Poszerzenie katalogu badań w POZ skraca czas potrzebny na wykonanie diagnostyki, pozwala na szybsze postawienie diagnozy i wprowadzenie właściwego leczenia – wyjaśnia

REKLAMA

Wikar 33-300 Nowy Sącz, ul. Węgierska 168, tel.: 18 414 0 414, www.wikar.pl

* Szczegóły oferty u Dealera Wikar i na wikar.pl
Cena podana dla Forda Puma 1.0 EcoBoost Hybrid 125 KM, M6 w wersji Titanium. Cena promocyjna uwzględnia rekomendowaną cenę detaliczną brutto pomniejszoną o rabat od firmy Ford Polska i sugerowany rabat od Autoryzowanego Dealera Forda. Propozycja dotyczy wyłącznie klientów indywidualnych (detalicznych). Cena promocyjna obowiązuje do wyczerpania zapasów pojazdów objętych promocją. Niniejsza propozycja nie stanowi oferty w rozumieniu przepisów Kodeksu cywilnego.
Średnie zużycie paliwa i emisja CO_2 określone na podstawie pomiarów w cyklu WLTP (Światowa zharmonizowana procedura badań pojazdów lekkich) dla Forda Puma 1.0 EcoBoost Hybrid 125 KM, M6 wwersji Titanium X, Euro 6.2: 5.4-6.0 l/100 km; 122-135 g/km. Na zdjęciu Ford Puma EcoBoost Hybrid z wyposażeniem opcjonalnym.

Partnerzy wydania:

Bądź na bieżąco - www.dts24.pl

FOT. PIXABAY

W pierwszym półroczu tego roku w Małopolsce umówionej wizyty u specjalisty nie odwołało i nie pojawiło się na niej ponad 48 tys. osób.

przedstawicielka Małopolskiego Oddziału NFZ.

W niektórych sytuacjach można też liczyć na szybsze przyjęcie w poradniach specjalistycznych, czy na oddziałach szpitalnych. Duże znaczenie ma tu między innymi kategoria medyczna, o której decyduje lekarz wystawiający skierowanie.

– W przypadku chorych, którzy ze względu na swój stan zdrowia wymagają szybszej pomocy, skierowanie powinno być oznaczone adnotacją „pilne". Niektóre grupy chorych mają szczególne uprawnienia w tym zakresie. Ze świadczeń opieki zdrowotnej poza kolejnością mogą korzystać m.in. kobiety w ciąży i w okresie połogu.

Nieodwołane wizyty

Od dawna wiadomo, że sporym problemem, który wpływa na długość kolejek do lekarzy, są osoby, które nie odwołują wizyt, a się na nich nie pojawiają. Okazuje się, że skala tego zjawiska jest ogromna.

– W pierwszym półroczu tego roku w Małopolsce umówionej wizyty u specjalisty nie odwołało i nie pojawiło się na niej ponad 48 tys. osób – informuje Iwona Krzywda. – Ponad 21 tys. nieodwołanych i zablokowanych wizyt dotyczy poradni ortopedii i traumatologii narządu ruchu, ponad 17 tys. kardiologii. O poinformowaniu placówki o rezygnacji z umówionej konsultacji czy badania nie pamiętało również blisko 2,9 tys. oczekujących na pomoc z zakresu onkologii i ponad 6,2 tys. osób zarejestrowanych do placówek w zakresie endokrynologii. Warto pamiętać, że w tym przypadku nasze decyzje mają realny wpływ na leczenie innych osób. A odwołując wizytę, z której nie skorzystamy, dajemy szansę na szybsze przyjęcie pozostałym chorym.

Częściowo udaje się już walczyć z tym problemem. Od listopada 2019 r. NFZ wysyła do pacjentów SMS z przypomnieniem o zbliżającym się terminie wizyty u specjalisty. Jednak nie w każdym przypadku.

– Przypomnienie dotyczy 40 wybranych świadczeń – m.in. gastroskopii, kolonoskopii, rezonansu magnetycznego, zabiegów usunięcia zaćmy, świadczeń z zakresu kardiologii czy onkologii. Chory otrzymuje wiadomość 4 dni przed planowanym pojawieniem się w gabinecie. SMS przypomina o dacie badania czy wizyty, zawiera również numer telefonu, pod który może zadzwonić, aby odwołać wizytę. Miesięcznie NFZ wysyła około 800 tys. wiadomości SMS z przypomnieniem o terminie wizyty.

Pomocny internet

Jak jednak znaleźć miejsce, gdzie czas oczekiwania na wizytę w ramach NFZ będzie najkrótszy? Okazuje się, że nie trzeba kontaktować się z każdą poradnią w okolicy. Informacje o terminach przyjęć w placówkach, które mają zawartą umowę z Narodowym Funduszem Zdrowia, znaleźć można na stronie internetowej: terminyleczenia.nfz.gov.pl.

– Znajdują się tam dane przekazywane przez poszczególne lecznice, które mają obowiązek prowadzenia list osób oczekujących na leczenie. Pacjenci mogą również skorzystać z pomocy konsultantów bezpłatnej Telefonicznej Informacji Pacjenta, która działa pod numerem 800 190 590. Jest ona czynna 24 godziny na dobę, siedem dni w tygodniu – dodaje Iwona Krzywda z Małopolskiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ w Krakowie.

Nowosądeckie kolejki

Sprawdziliśmy za pośrednictwem strony terminyleczenia.nfz.gov.pl, na jakie terminy przyjęć u specjalistów, czy wykonania niektórych badań refundowanych przez NFZ, można liczyć w Nowym Sączu.

Jeśli chcemy zgłosić się z pilnym przypadkiem do poradni okulistycznej, będziemy musieli poczekać do 3 listopada tego roku (stan na 18.09.2023 r.). Wtedy wolny termin znajdziemy w przychodni Twoje Zdrowie przy ul. Krańcowej. Natomiast na wizytę w zwykłym trybie możemy liczyć najwcześniej 12 kwietnia 2024 r. w Przychodni Specjalistycznej Inter-Optica przy ul. Kochanowskiego. A już np. w przychodni Lux Med przy ul. Poniatowskiego poczekamy na zbadanie wzroku do 23 października 2026 r. (stan na 15.09.2023 r.). W tej przychodni znajdziemy jednak najbliższy w Nowym Sączu termin na wizytę okulistyczną dla dziecka, jednak i on nie napawa optymizmem – 20 lutego 2025 r.

Kiedy interesują nas świadczenia z zakresu kardiologii, w pilnym przypadku możemy zgłosić się do Centrum Medycznego „Batorego" 16 listopada tego roku (stan na 15.09.2023 r.). Z kolei np. w Intercard przy ul. Kilińskiego w takim samym przypadku najbliższy wolny termin to 22 stycznia 2025 (stan na 18.09.2023 r.). Jeśli nasz stan jest stabilny, najszybciej możemy zostać przyjęci w IPL - Grażyna Olech-Świerzyńska przy ul. 1 Brygady – 17 maja 2024 roku (stan na 18.09.2023 r.).

Do diabetologa w Nowym Sączu najszybciej dostaniemy się w poradni Szpitala Specjalistycznego im. Jędrzeja Śniadeckiego – 13 grudnia tego roku (stan na 16.09.2023 r.). Natomiast dermatolog przyjmie nas najwcześniej w Niepublicznym Zakładzie Opieki Zdrowotnej „Uromed" przy ul. Kochanowskiego – 14 marca 2024 r. (stan na 15.09.2023 r.).

W ramach świadczeń NFZ dość szybko dostaniemy się do stomatologa. Z informacji z 16 września wynika, że pierwszy wolny termin był już dwa dni później w IPL – Krystyna Fałowska-Lenartowicz przy ul. Łokietka. Natomiast świadczenie z zakresu onkologii w Centrum Medycznym „Kelles" przy ul. Kochanowskiego zgodnie ze stanem na 18 września można było uzyskać jeszcze tego samego dnia.

Jeśli chodzi o ginekologa w ramach NFZ, to w Prywatnej Poliklinice Specjalistycznej „Zdrowie" przy ul. Śniadeckich 18 września wolne były terminy na ten sam dzień. Natomiast np. w Szpitalu Specjalistycznym im. J. Śniadeckiego 16 września do poradni ginekologiczno-położniczej można się było zapisać dopiero na 11 grudnia tego roku.

Zgodnie ze stanem na 15 września, najbliższy dostępny termin do urologa to 31 stycznia 2024 r. w Niepublicznym Zakładzie Opieki Zdrowotnej „Uromed". Natomiast w trybie pilnym w tym samym miejscu zostalibyśmy zapisani na 19 grudnia tego roku.

Dość odległe terminy przyjęć zastaniemy w poradniach zdrowia psychicznego. Najbliższy wolny termin w Nowym Sączu jest 3 września 2024 roku w Centrum Medycznym „Batorego". W tym samym miejscu w trybie pilnym zostaniemy przyjęci 19 grudnia bieżącego roku (stan na 18.09.2023 r.). Natomiast 18 września pierwszy dostępny termin w Poradni Psychologicznej dla Dzieci przy ul. Narutowicza był już tego samego dnia.

Warto też zwrócić uwagę na różnego rodzaju badania, dostępne w ramach NFZ. Kolonoskopię w Nowym Sączu najszybciej wykonamy 24 maja 2024 r. w Intercad (stan na 18.09.2023 r.), a w trybie pilnym w NZOZ Gastro-Endomed przy ul. Kochanowskiego – 29 stycznia 2024 r. (stan na 19.09.2023 r.). Natomiast na gastroskopię 18 września można było zapisać się w Intercard na 26 stycznia 2024 r., a w stanie pilnym – 15 grudnia bieżącego roku. Rezonans magnetyczny najszybciej można zrobić w przychodni „Opti-Med" przy ul. 29 Listopada – 30 listopada bieżącego roku (stan na 18.09.2023 r.), a w pilnym przypadku niewiele szybciej w Diagnosis przy ul. Młyńskiej – 2 listopada 2023 r.

Przypomnijmy, że powyższe dane dotyczą świadczeń realizowanych w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia. Niektóre terminy są zaskakująco odległe, inne wręcz przeciwnie. Czy nowosądeczanie mają powody do narzekania? Pozostawiamy to do interpretacji naszych Czytelników.

Partnerzy wydania:
TRADYCJA FABRYKA OKIEN
Ford Wikar
WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL-LOUIS UNIVERSITY
Liderzy

REKLAMA

PIWNICZANKA
NATURALNA WODA MINERALNA

Zmieniamy się dla Was!

Etykieta w nowej odsłonie.

piwniczanka.pl

Partnerzy wydania:
TRADYCJA Ford Wikar WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL-LOUIS UNIVERSITY Lideruj

Bądź na bieżąco - www.dts24.pl

Szpital Specjalistyczny

im. Jędrzeja Śniadeckiego w Nowym Sączu

INSTYTUCJA WOJEWÓDZTWA MAŁOPOLSKIEGO

MAŁOPOLSKA

Szpital Specjalistyczny im. J. Śniadeckiego w Nowym Sączu zakończył z sukcesem w sierpniu br. Projekt pn. Dostępność Plus dla Zdrowia, który finansowany był z Programu Wiedza Edukacja i Rozwój w ramach Funduszy Europejskich.

Placówka otrzymała grant w wysokości prawie 2 mln zł. na poprawę dostępności świadczeń dla osób ze szczególnymi potrzebami.

Oczywiście potrzeby na dostosowanie Szpitala dla osób z różnego rodzaju niepełnosprawnościami są ogromne.

Niepełnosprawność dzisiaj ma o wiele szersze pojęcie – osoby ze szczególnymi potrzebami to również osoby otyłe, z niepełnosprawnością intelektualną, osoby starsze i osłabione innymi chorobami, kobiety ciężarne, osoby mające trudności w komunikowaniu się z otoczeniem, niskorosłe, a nawet osoby z wózkiem dziecięcym czy dużym i nieporęcznym bagażem.

Każda z tych niepełnosprawności wymaga pokonania różnych barier – architektonicznych, cyfrowych, komunikacyjnych.

Sadecka placówka to głównie budynki z 1900 roku, które w dużej mierze nie mogą zostać w pełni dostosowane, głównie pod względem architektonicznym (wąskie korytarze, schody przy wejściach, itp.). Jednak szpital ciągle się rozwija i rozbudowuje - w nowych inwestycjach zawarte są nowoczesne rozwiązania z naciskiem na niwelowanie barier dla osób z różnego rodzaju niepełnosprawnościami.

W ramach projektu oprócz wymiany windy i podnośnika w Ośrodku Onkologicznym zakupione zostały sprzęty o zwiększonym udźwigu (nawet do 300 kg) z mechaniczną regulacją: łóżka szpitalne, łóżko i fotel porodowy, kozetki lekarskie, wózki do przewożenia pacjentów w pozycji leżącej i siedzącej, siedziska do poczekalni ciągów komunikacyjnych. Wszystkie zastosowane rozwiązania zgodne są z obowiązującym Standardem Dostępności dla Szpitali. Wyposażenie/sprzęt spełniać będą wymagania w dziedzinie bezpieczeństwa i ochrony zdrowia podczas używania przez pracowników i pacjentów.

Opracowany został i dostępny jest „wniosek o zapewnienie dostępności, który można pobrać ze strony internetowej szpitala, lub w formie papierowej u Koordynatora ds. dostępności, który został powołany przez Dyrekcję Szpitala. Każda osoba z niepełnosprawnością lub opiekun może złożyć wniosek, w którym opisze swoje oczekiwania w celu usunięcia lub zniwelowania barier jakie uniemożliwiają jej samodzielne załatwienie sprawy.

Wyznaczone zostały i oznakowane w prawidłowy sposób, zgodnie z przepisami o ruchu drogowym (znaki pionowe oraz poziome), miejsca postojowe dla niepełnosprawnych. W windach zamontowane zostały panele wewnętrzne z opisem nazw oddziałów/komórek organizacyjnych w języku polskim oraz w alfabecie Braill'a, zakupione zostały pętle indukcyjne dla osób słabosłyszących. Z poziomu strony internetowej Szpitala udostępniona jest usługa tłumacza PJM. Zamontowane zostały 2 terminale - kioski multimedialne w celu ułatwienia poruszania się pacjentów jak również osób ich odwiedzających, czy przychodzących na badania do Szpitala z nakładkami w alfabecie Braill'a oraz funkcją głosową (w Szpitalnym Oddziale Ratunkowym oraz w holu wejścia głównego).

Dyrekcja Szpitala jest w pełni świadoma, iż w podejmowanych działaniach dla zmniejszenia barier dla osób ze szczególnymi potrzebami najważniejszy jest czynnik ludzki, a więc ciągłe podnoszenie świadomości personelu zarówno medycznego jak i administracyjnego, że osoby z niepełnosprawnością to nie tylko osoby na wózkach, poruszające się o kulach, niewidome czy niesłyszące. Bardzo ważną rolę odgrywa zmniejszenie barier komunikacyjnych z pacjentami o różnych niepełnosprawnościach. Dlatego też w ramach projektu położono duży nacisk na szkolenia, głównie personelu medycznego z zakresu komunikacji z osobami o szczególnych potrzebach (przeszkolonych zostało 115 osób z personelu medycznego). Te bariery należą do jednych z najważniejszych, gdyż poprzez komunikację pacjent może zgłaszać swoje potrzeby, dolegliwości itp.

25 osób nabyło podstawy posługiwania się językiem migowym, tak aby pacjenci głucho-niemi nie czuli się odosobnieni kiedy znajdą się w szpitalu i aby personel rozumiał treści, które chcą przekazać. W tym też celu Dyrekcja podpisała umowę na usługę tłumacza polskiego języka migowego.

Placówka nawiązała współpracę z organizacjami pozarządowymi wspierającymi osoby z niepełnosprawnościami – Polskim Związkiem Głuchych oraz Polskim Związkiem Niewidomych. Członkowie tych organizacji podpowiadają pewne rozwiązania, które pozwoliłyby na większą samodzielność tych osób, a także dzielą się swoimi spostrzeżeniami i uwagami, które mają później odzwierciedlenie w działaniach na rzecz poprawy dostępności dla osób ze szczególnymi potrzebami.

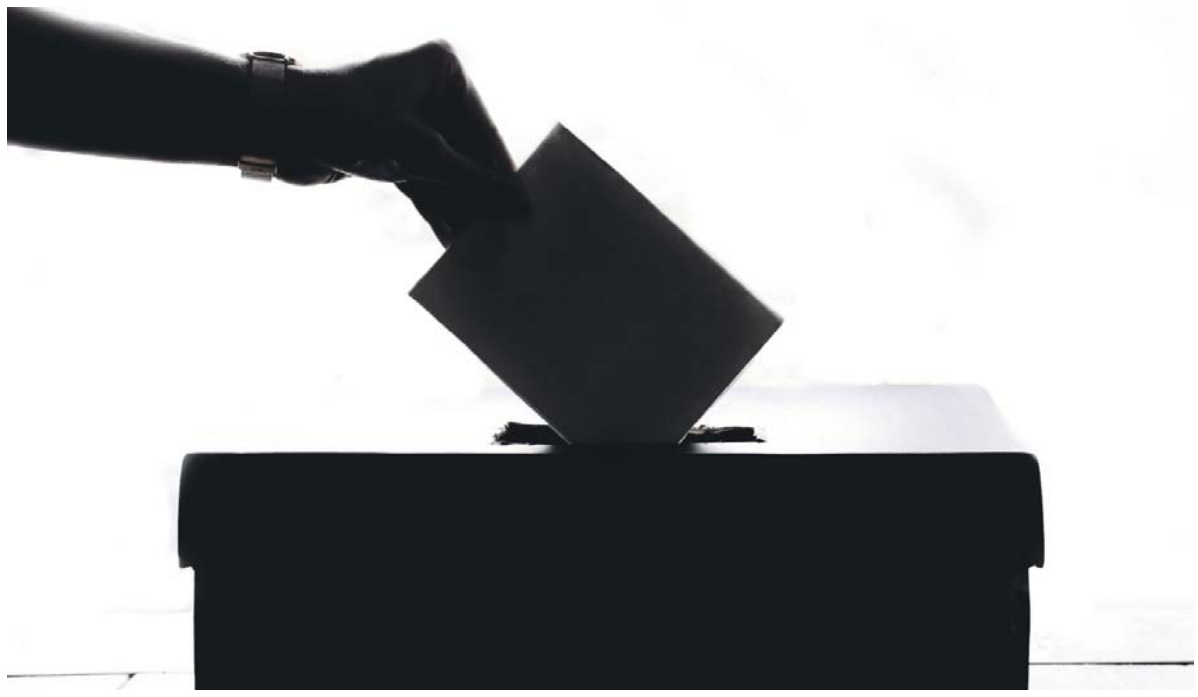
Fundusze Europejskie Wiedza Edukacja Rozwój
Rzeczpospolita Polska
Ministerstwo Zdrowia
Unia Europejska Europejski Fundusz Społeczny

Partnerzy wydania:
TRADYCJA Wikar WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL LOUIS UNIVERSITY Liderzy

Kampania jest trudna, bo ludzie mają dość kłótni politycznych

Natalia Sekuła

W okręgu 14., który obejmuje powiaty: nowosądecki, gorlicki, limanowski, nowotarski, tatrzański i miasto Nowy Sącz, o mandat poselski powalczy 133 kandydatów. Do Sejmu dostanie się jedynie 10 osób. Oczekiwania aspirujących posłów są spore, a konkurencja duża. Podobnie w przypadku mandatu senatorskiego w okręgu 37. Głosujący z powiatów nowosądeckiego i gorlickiego oraz Nowego Sącza wybiorą jednego z czterech kandydatów. To on lub ona będzie reprezentować region w Senacie. Natomiast w okręgu 36., który obejmuje powiaty: limanowski, tatrzański, nowotarski, jeden z trzech kandydatów otrzyma mandat. Po drodze do urn sporo zaskoczeń, a przed nami jeszcze trzy tygodnie kampanii...



Wybory i referendum odbędą się 15 października. W okręgu 14. dziewięć komitetów wyborczych próbowało zarejestrować listę kandydatów do Sejmu, dwa z nich: KWW Ruchu Dobrobytu i Pokoju oraz KW Polska Liberalna i Strajk Przedsiębiorców otrzymało odmowę. Również próba zarejestrowania kandydata na senatora przez KW Ruch Naprawy Polski zakończyła się fiaskiem.

– KW Polska Liberalna i Strajk Przedsiębiorców złożył u nas listy kandydatów do rejestracji, a równocześnie oświadczenie na podstawie art. 210&2 Kodeksu wyborczego, który stanowi, że jeżeli w połowie okręgów wyborczych komitet zarejestruje swoje listy na podstawie wykazu poparcia, to w pozostałych okręgach może zarejestrować komitety już bez wykazów list poparcia. Komitet nie otrzymał jednak takiego uprawnienia, więc po otrzymaniu informacji z Państwowej Komisji Wyborczej, musieliśmy odmówić rejestracji. Analogiczna sytuacja była w przypadku KWW Ruchu Dobrobytu i Pokoju – wyjaśnia Maria Zięba, dyrektorka nowosądeckiej delegatury Krajowego Biura Wyborczego.

W okręgu 37., obejmującym powiaty nowosądecki, gorlicki i miasto Nowy Sącz, jest czterech kandydatów na senatora: Wiktor Durlak z KW Prawo i Sprawiedliwość, Jarosław Jakubowski z KW Konfederacja Wolność i Niepodległość, Beata Kalisz z KW Bezpartyjni Samorządowcy oraz Stanisław Pasoń z KKW Trzecia Droga PSL-PL 2050 Szymona Hołowni. Próbę rejestracji podjął również KW Ruch Naprawy Polski. Kandydatowi zabrakło aż 1998 podpisów poparcia. Na liście znajdowały się tylko dwa prawidłowo wypełnione pola. W związku z tym, że zgłosił się 15 minut przed końcem rejestracji, nie był w stanie w tym czasie zebrać takiej ilości podpisów.

O miejsce w Sejmie powalczy 133 kandydatów z naszego regionu. Dostanie się tylko 10 osób. Łącznie siedem komitetów stanęło w szranki o mandat poselski tj.: Bezpartyjni Samorządowcy, Trzecia Droga PSL-PL 2050 Szymona Hołowni, Nowa Lewica, Prawo i Sprawiedliwość, Konfederacja Wolność i Niepodległość, Koalicja Obywatelska PO .N IPL Zieloni, Polska Jest Jedna.

Niemałe zaskoczenie

Zanim jednak listy uformowały się, doszło do nie lada zaskoczeń, szczególnie w Koalicji Obywatelskiej i partii Jarosława Kaczyńskiego w naszym regonie. W lutym Krzysztof Głuc oficjalnie rozstał się z „Porozumieniem" Jarosława Gowina i jak wówczas zaznaczał – przygotowuje się do wyborów parlamentarnych. Ostatecznie zerwał z partią, głównie przez jej sojusz z AGROunią. Dwa tygodnie później wstąpił w szeregi Platformy Obywatelskiej i podczas wyborów miał reprezentować ugrupowanie Donalda Tuska. Jak się jednak okazało, jego nazwisko ani nie otworzyło listy, ani w ogóle nie znalazło się wśród 20 kandydatów. Co ciekawe, Donald Tusk ogłosił, że wszedł w koalicję z AGROunią, jej szef został „jedynką" na listach PO w Koninie, więc i ten „ślub" KO „gryzł" się z poglądami Krzysztofa Głuca.

Na liście oprócz Głuca nie znalazła się posłanka-olimpijka Jagna Marczułajtis-Walczak, która w 2018 roku była jedynką listy w okręgu 14. i jako jedyna z KO zdobyła mandat. Wówczas z Sejmem pożegnał się wieloletni poseł z Sądecczyzny Andrzej Czerwiński. Tym razem sportsmenka kandyduje z Krakowa, bo jak przyznała – to miasto jest jej bliższe. Lokomotywą listy sądecko-podhalańskiej została Weronika Smarduch z Nowego Targu – wiceprzewodnicząca Zarządu Platformy Obywatelskiej w Małopolsce, przewodnicząca PO w powiecie nowotarskim, analityk, kontroler finansowy. Na drugim miejscu, zamiast spodziewanego Krzysztofa Głuca, znalazł się Piotr Lachowicz, sekretarz miasta Nowego Sącza, radny sejmiku województwa małopolskiego. Niegdyś starał się o fotel prezydenta Nowego Sącza i dosłownie o włos przegrał z ówczesnym gospodarzem miasta Ryszardem Nowakiem.

– Ponieważ władze zdecydowały, że liderem listy Platformy Obywatelskiej z Nowego Sącza będzie Piotr Lachowicz, wspólnie podjęliśmy decyzję, że nie ma sensu robić sobie konkurencji i trzeba się skupić na liderze z naszego regionu. Wszystkie ręce na pokład. To jest świadoma decyzja, nie chodzi tutaj o „kanibalizowanie" się, będziemy pracować nad tym, aby Piotr Lachowicz zdobył jak najlepszy wynik – komentował tuż po oficjalnym ogłoszeniu listy w rozmowie z naszą redakcją Krzysztof Głuc.

Zmiana barw

To nie koniec zaskoczeń na liście KO. Z czwartego miejsca o mandat stara się Barbara Żytkowicz związana ze Strajkiem Kobiet, która w poprzednich wyborach parlamentarnych reprezentowała Lewicę. Wówczas znajdowała się na pozycji nr 2, tuż za Jakubem Bocheńskim, na którego zagłosowało ponad 15 tysięcy osób z regionu. Metoda przeliczania głosów D'Hondta jest jednak nieubłagalna. Pomimo że Jakub Bocheński zdobył więcej głosów niż niejeden poseł PiS, nie dostał się do Sejmu.

Obecnie jedynką Lewicy do Sejmu w naszym okręgu został Edward Ucherski – szef Sądeckiej Grupy Lokalnej Komitetu Obrony Demokracji. Lokomotywą listy miał być profesor Jan Hartman, jednak ostatecznie partia zrezygnowała z tego pomysłu. Powodem były jego kontrowersyjne wpisy w mediach społecznościowych dotyczące pedofilii oraz miłości kazirodczej. Kiedy w mediach pojawiły się informacje, że Hartman wystartuje w naszym okręgu jako reprezentant Lewicy, dziennikarze i opozycja natychmiast przypomnieli głoszone przez niego poglądy.

„Do opłacanych przez PiS za publiczne pieniądze trolli: Tak! Pedofile też mają prawa! Jak wszyscy inni przestępcy! Żadnego człowieka nie wolno piętnować – nawet pedofila!". „Jeśli udaje się powiązać harmonijnie miłość macierzyńską albo bratersko-siostrzaną z miłością erotyczną, to osiąga się nową, wyższą jakość miłości i związku" – pisał w mediach społecznościowych.

Pomimo że partia oficjalnie nie ogłosiła go jako kandydata, sam zainteresowany potwierdzał w mediach te doniesienia.

Na Sądecczyźnie najmilej

W lutym do naszej redakcji dotarły niemal sensacyjne doniesienia – lokomotywą PiS w okręgu 14. miał zostać Ryszard Terlecki – przewodniczący klubu parlamentarnego PiS oraz wicemarszałek Sejmu. Wielu sądeczan przyjęło te informacje z niedowierzaniem, nie zabrakło również komentarzy, że to zwyczajne plotki. Plotki zdały się coraz bardziej uwiarygodniać, kiedy wicemarszałek zaczął częściej pojawiać się na wydarzeniach i festynach w regionie. Podczas ostatnich wyborów w Krakowie zdobył 10 300 głosów, co było dopiero piątym wynikiem na liście PiS w tym okręgu. Porównując – lokomotywa listy, czyli Małgorzata Wasserman, przekonała do siebie 45 tysięcy krakowian. Nadzieją został okręg sądecko-podhalański. We wrześniu jego kandydaturę potwierdził prezes partii Jarosław Kaczyński.

Na drugiej lokacie listy znalazł się wiceminister Arkadiusz Mularczyk, chociaż jak nieoficjalnie się dowiedzieliśmy, jego pozycja była niepewna przez wzgląd na to, że realnie zagraża mandatowi Terlckiego. Miał być wydelegowany w okręg warszawski. Tak się jednak nie stało, ale finalnie jedyną na Sądecczyźnie nie został. Prawdziwe zaskoczenie pojawiło się dopiero wtedy, gdy okazało się, że wśród kandydatów nie ma posła Jana Dudy.

– Złożyłem oświadczenie o gotowości do kandydowania. Mamy taką sytuację, jaką mamy. Oficjalnie dowiedziałem się o tej decyzji z konferencji pod nowosądeckim ratuszem. Nikt oficjalnie mnie nie poinformował – przyznał w rozmowie z naszą redakcją poseł Jan Duda.

Parlamentarzysta zaznaczył, że nie było i nie ma żadnych przyczyn, żeby na tej liście nie mógł się znaleźć. W mediach ogólnopolskich pojawiły się informacje, że poseł Jan Duda nie będzie kandydował do Sejmu, bo dostał lepszą propozycję. Miało chodzić o spółki skarbu państwa.

– Nie wiem, skąd takie informacje. Żadnych takich rozmów nie było. Ja umawiałem się z moimi wyborcami na kandydowanie do Sejmu. Żadne inne rzeczy nie wchodziły i nie wchodzą w grę. Nie jestem człowiekiem, który przedkłada pieniądze nad sprawy publiczne – skwitował poseł Duda.

To nie koniec niespodzianek na liście PiS. Po oficjalnej prezentacji kandydatów, doszło do zmiany. Z pozycji 16. wypadła Joanna Szewczyk-Kubacka – radna powiatu nowosądeckiego. W jej miejsce został przesunięty z 20. pozycji wicestarosta Antoni Koszyk, a całkowicie zastąpił ją, zamykając listę, Bogdan Pęk z Krakowa – senator, poseł i eurodeputowany, który ponownie wrócił do łask PiS. Za senatorem od lat ciągnie się skandal, który wybuchł po tym, jak został sfotografowany w 2015 r., gdy leżał nieprzytomny na korytarzach Domu Poselskiego. Jego zdjęcie w takim stanie opublikował „Super Expres". Sam zainteresowany próbował to tłumaczyć cukrzycą, o której nie wiedział i omdleniem. Temu jednak wiary nie dali nawet jego koledzy z partii.

– Pan Pęk na pewno nie będzie startował z naszych list. Zdjęcie jest kompromitujące i nie będziemy udawać, że widzimy na zdjęciu coś innego niż wszyscy. Na pewno nie będziemy tego usprawiedliwiać. To jest sytuacja, która nie powinna mieć miejsca – wyjaśniała wówczas rzeczniczka PiS Elżbieta Witek.

Jedynką prezydent Siemianowic Śląskich i wiceburmistrz Rabki-Zdroju

Młodziutka partia Polska Jest Jedna jako pierwsza zarejestrowała kandydatów w okręgu sądecko-podhalańskim. Ugrupowanie prawicowe powstało w 2021 roku z inicjatywy prezydenta Siemianowic Śląskich Rafała Piecha, który sprzeciwiał się pandemicznym ograniczeniom i szczepionkom. Pomimo tego, iż wcześniej zapewniał, że o mandat będzie starał się u siebie, finalnie zdecydował się na start z okręgu 14.

– Zbieranie podpisów poszło sprawnie, byliśmy gotowi znacząco wcześniej. Czekaliśmy jedynie na ukonstytuowanie się Okręgowej Komisji Wyborczej. Do protokołu złożyliśmy 5994 podpisy, chociaż

Partnerzy wydania:
TRADYCJA Wikar WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL-LOUIS UNIVERSITY Liderui

Bądź na bieżąco - www.dts24.pl

zebraliśmy więcej. Kiedy było ponad dziewięć tysięcy, przestaliśmy liczyć. Poparcie dla partii Polska Jest Jedna w okręgu 14. wydaje się być duże – przyznał przedsiębiorca z Szaflar Janusz Jurzec, koordynator partii w okręgu nowosądeckim i kandydat do Sejmu.

W okręgu 14. zarejestrowali się również Bezpartyjni Samorządowcy. Na ich czele stanęła Małgorzata Gromala, wieloletnia wójcina gminy Podegrodzie. Obecnie jest wiceburmistrzem Rabki-Zdroju.

– Idziemy do wyborów, bo zależy nam na poprawie życia mieszkańców w różnych obszarach życia. Chcemy wprowadzić darmową komunikację, darmowe, i co ważne – zdrowe, obiady dla dzieci w szkole, ale także odciążyć ich z przysłowiowego wkuwania oraz ciężkich tornistrów i skupić się na uczeniu umiejętności praktycznych. To właśnie umiejętności praktyczne procentują w życiu. Będziemy dążyć do podniesienia płacy nauczycieli i docenienia ich oraz większej autonomii samorządów – zaznacza Małgorzata Gromala.

Jednocześnie podkreśla, że Bezpartyjni Samorządowcy chcą doprowadzić do tego, aby dochód z VAT trafiał bezpośrednio do samorządów, tak by te nie były skazane na łaskę subwencji przyznawanej pod koniec roku.

O miejsce w Sejmie powalczy 133 kandydatów z naszego regionu. Dostanie się tylko 10 osób. Łącznie siedem komitetów stanęło w szranki o mandat poselski tj.: Bezpartyjni Samorządowcy, Trzecia Droga PSL–PL 2050 Szymona Hołowni, Nowa Lewica, Prawo i Sprawiedliwość, Konfederacja Wolność i Niepodległość, Koalicja Obywatelska PO .N IPL Zieloni, Polska Jest Jedna

Walka o mandaty

W 2019 roku podczas wyborów parlamentarnych PiS zgarnął 8 mandatów, pozostałe dwa przypadły Jagnie Marczułajtis-Walczak z KO oraz Urszuli Nowogórskiej z PSL. Obecnie z sondaży wynika, że PiS w naszym okręgu może liczyć na siedem mandatów, to spadek o jeden w porównaniu do 2019 roku. Czy to ma związek z pozbyciem się z listy PiS posła Jana Dudy?

– To jest wszystko wróżenie z fusów, sondaże się zmieniają z dnia na dzień. Czy ewentualna strata mandatu to jest mój, czy kogoś innego, to trudno jest powiedzieć, tym bardziej, że nie miałem ostatniego wyniku na liście – przypomniał parlamentarzysta. – Zobaczymy 15 października, czy Prawo i Sprawiedliwość utrzyma w naszym okręgu te osiem mandatów, czy też nie – dodaje poseł Duda.

Według sondaży pozostałe trzy mandaty zostaną podzielone między KO, Konfederację, a Trzecią Drogę. Walka zatem będzie do samej ciszy wyborczej. Jak zaznacza poseł Urszula Nowogórska – jedynka na liście KKW Trzecia Droga PSL-PL 2050 Szymona Hołowni, ta kampania jest wyjątkowa trudna, bo widać duże zniechęcenie ludzi do kłótni politycznej. Społeczeństwo ma dość.

– Przy każdej okazji proszę ludzi, aby poszli do wyborów i spełnili ten patriotyczny obowiązek. Oczywiście robię to z szacunkiem do preferencji wyborczych. Kampania wyborcza to swego rodzaju igrzyska, każdy musi się pokazać, ja do niech podchodzę na spokojnie. Jeżeli wyborcy ponownie mi zaufają, nadal będę rzetelnie pracować dla nich, nie zmienię się. Dwa razy w tygodniu pojawiają się sondaże, z doświadczenia wiem, że Polskie Stronnictwo Ludowe zawsze było niedoszacowane. W terenie zdobywamy więcej głosów niż prognozują sondaże. Podchodzę do tego z dystansem, szanuję wybór przy urnach i właśnie ten sondaż 15 października będzie dla mnie najbardziej wiarygodnym – mówi poseł Urszula Nowogórska.

Marcina Palade – polski socjolog polityki, autor opracowań i analiz z zakresu preferencji społeczno-politycznych i geografii wyborczej w Polsce – przeanalizował najnowsze sondaże. Wynika z nich, że PiS w naszym okręgu może liczyć na siedem mandatów, KO na dwa, a Konfederacja na jeden. Socjolog w swoich badaniach pomija te najbardziej skrajne sondaże. Jest najpopularniejszym ekspertem w sieci, zajmującym się prognozami przedwyborczymi i geografią wyborczą.

– Optymistycznie walczymy o dwa mandaty, jeden mamy na pewno – stwierdza sekretarz krajowy Nowej Nadziei, kandydat partii do Sejmu w okręgu 14. Krzysztof Rzońca. – Żeby spaść poniżej jednego mandatu, musielibyśmy stracić ponad pół miliona wyborców w skali kraju, to zbyt duże liczby, żeby to się wydarzyło w trzy tygodnie. Dwa mandaty są możliwe, jeżeli zdobędziemy 12-13 proc. poparcia w skali kraju, co nie jest niemożliwe – dodaje Rzońca.

Sondaże sondażami, a sytuacja nieustannie się zmienia. Wybory niejednokrotnie pokazały, że sondaże różnią się od ostatecznego wyniku. Dlatego ważny jest każdy głos!

Krótkie ankiety personalne prezentujące sylwetki wszystkich kandydatów do Sejmu i Senatu z naszego okręgu będą publikowane na dts24 od najbliższej soboty 30 września.

Kandydaci do Sejmu w okręgu 14. obejmującym powiaty: nowosądecki, gorlicki, limanowski, nowotarski, tatrzański, miasto (na prawach powiatu) Nowy Sącz

Lista nr 1 KW Bezpartyjni Samorządowcy

1. Małgorzata Gromala
2. Tomasz Rajca
3. Bogusława Stępień
4. Anna Mółka
5. Iwona Budziak
6. Paweł Talar
7. Piotr Męderak
8. Tadeusz Kantor
9. Sylwia Senio-Hass
10. Grzegorz Tomasik
11. Grzegorz Dziadoń
12. Bolesław Bara
13. Iwona Orzechowska
14. Andrzej Sromek
15. Marek Leśniak
16. Martyna Bachleda-Księdzularz
17. Dominika Szwab
18. Janina Bawełkiewicz
19. Alicja Wacławik
20. Małgorzata Kulawiak

Lista nr 2 KKW Trzecia Droga PSL–PL 2050 Szymona Hołowni

1. Urszula Nowogórska
2. Marcin Ratułowski
3. Stanisław Barnaś
4. Tomasz Szczepanik
5. Iwona Tumidajewicz
6. Lucyna Jamro
7. Józefa Kolbrecka
8. Jadwiga Jasica-Statkowska
9. Józef Tobiasz
10. Michał Szymczyk
11. Grzegorz Baran
12. Jarosław Czepieliński
13. Małgorzata Czaja
14. Piotr Jurek
15. Wojciech Zhang-Czabanowski
16. Michał Gawlik
17. Katarzyna Przybyłowicz
18. Grzegorz Brudziński
19. Andrzej Barna
20. Paweł Mateńczuk

Lista nr 3 KW Nowa Lewica

1. Edward Ucherski
2. Grażyna Cempa-Pulit
3. Henryk Plato
4. Jerzy Michalak
5. Kacper Fiłon
6. Małgorzata Legutko-Nadolska
7. Piotr Szubryt
8. Agnieszka Polańska
9. Adam Rossmanith
10. Małgorzata Jędrzejowska-Fugiel
11. Monika Cieplińska
12. Ewa Sładek
13. Marcin Morański

Lista nr 4 KW Prawo i Sprawiedliwość

1. Ryszard Terlecki
2. Arkadiusz Mularczyk
3. Barbara Bartuś
4. Anna Paluch
5. Edward Siarka
6. Patryk Wicher
7. Elżbieta Zielińska
8. Andrzej Gut-Mostowy
9. Jadwiga Wójtowicz
10. Wojciech Włodarczyk
11. Paweł Szczygieł
12. Agata Zięba
13. Jan Piczura
14. Przemysław Gajowski
15. Ewa Filipiak
16. Klaudia Janik-Wojtanowska
17. Antoni Koszyk
18. Ewa Przybyło
19. Jacek Król
20. Bogdan Pęk

Lista nr 5 KW Konfederacja Wolność i Niepodległość

1. Ryszard Wilk
2. Nadzieja Jaskółka
3. Grzegorz Szarek
4. Gabriel Jędrol
5. Sylwia Kulczyk
6. Krzysztof Michalik
7. Tadeusz Pukański
8. Alicja Balcerak
9. Kamil Mucha
10. Konrad Kucharzak
11. Krystian Lachner
12. Michał Pietruch
13. Stanisław Dobrowolski
14. Anna Stoch
15. Józef Broński
16. Mariusz Bożyk
17. Aleksandra Czosnowska
18. Karolina Pietruch
19. Roksana Lachner
20. Krzysztof Rzońca

Lista nr 6 KKW Koalicja Obywatelska PO .N IPL Zieloni

1. Weronika Smarduch
2. Piotr Lachowicz
3. Elżbieta Ruchała
4. Witold Kochan
5. Barbara Żytkowicz
6. Jakub Kot
7. Szymon Zubrzycki
8. Krzysztof Pierchlak
9. Bogdan Kałucki
10. Magdalena Kurzawa
11. Lesław Filas
12. Klaudia Nagornik
13. Jakub Skrężyna
14. Maria Dawidek
15. Jan Zawiślan
16. Kinga Cepiga
17. Marek Bochowicz
18. Eugeniusz Mąka
19. Przemysław Lewandowski
20. Tadeusz Patalita

Lista nr 7 KW Polska Jest Jedna

1. Rafał Piech
2. Artur Skiepko
3. Stanisław Karp
4. Piotr Urban
5. Grzegorz Florek
6. Tomasz Jojczyk
7. Józef Olchawa
8. Józef Nawara
9. Krzysztof Palenik
10. Anna Handzel
11. Wanda Wykręt
12. Szymon Kołodziejczyk
13. Wojciech Chowaniec
14. Beata Tokarczyk
15. Monika Chochlińska
16. Andrzej Szarek
17. Dominika Becker
18. Anna Truta
19. Marzena Mikulec
20. Janusz Jurzec

Kandydaci do Senatu w okręgu 37., obejmującym powiaty nowosądecki i Gorlicki oraz miasto Nowy Sącz

1. Wiktor Durlak – KW Prawo i Sprawiedliwość
2. Jarosław Jakubowski – KW Konfederacja Wolność i Niepodległość
3. Beata Kalisz – KW Bezpartyjni Samorządowcy
4. Stanisław Pasoń – KKW Trzecia Droga PSL–PL2050 Szymona Hołowni

Kandydaci do Senatu w okręgu 36., obejmującym powiaty: limanowski, nowotarski, tatrzański

1. Krzysztof Chmura – KW Konfederacja Wolność i Niepodległość
2. Jan Hamerski – KW Prawo i Sprawiedliwość
3. Bogusław Waksmundzki – KWW Kandydat Ziem Górskich

Co 40 sekund ktoś na świecie odbiera sobie życie

Rozmawia Jolanta Bugajska

Rozmowa z TERESĄ STASZAK-WĘGLARZ – psychoterapeutką i neuropsychologiem

– W Polsce dwa razy więcej osób odbiera sobie życie niż ginie w wypadkach drogowych. Przerażające dane...

– Liczba osób, które straciły życie w wyniku samobójstwa wzrosła na przestrzeni ostatnich 20 lat o ponad 400 rocznie. W 2022 r. było to 5108 istnień ludzkich: mężów, matek, synów, dziadków. Co trzecia próba samobójcza zakończyła się zgonem. To, co postrzegam jako przerażające, to ogrom cierpienia, którego doświadcza osoba decydująca się zakończyć życie, poczucie braku nadziei, nieznośności egzystencji, osamotnienia. Przeraża wzrost samobójstw w ogóle, a w szczególności prób samobójczych u dzieci i młodzieży. Są wśród nich dziewczynki i chłopcy pomiędzy 7. a 12. rokiem życia. Małe dzieciaki. Co więcej, w 2013 r. ponad 350 nieletnich osób podjęło próbę samobójczą, a w jej wyniku 148 z nich zmarło. W 2022 r. w ten sposób życie straciło ponad 150 naszych dzieci, zaś próbę samobójczą podjęło blisko 2100 osób. Czy młode pokolenie w tak dramatyczny sposób sygnalizuje swoje problemy? W próbach samobójczych najczęściej tracą życie mężczyźni, jednak liczba ofiar śmiertelnych wśród kobiet wrasta. Na drogach ginie coraz mniej osób, to cieszy. Statystyki warto znać, dają obraz skali problemu. Jednak gdy mowa o pomocy, podmiotem staje się konkretny człowiek: mąż, matka, syn, dziadkowie.

– Media informują o tragicznych w skutkach wypadkach, ale temat samobójstw jest raczej tematem tabu. W notkach o znanych osobach, które odebrały sobie życie, czytamy zazwyczaj, że ta osoba odeszła nagle. To dlatego nie mamy świadomości skali problemu?

– O ile wypadek komunikacyjny często ma charakter losowy, o tyle samobójstwo jest zdarzeniem bardzo intymnym. Mówiącym wprost lub dającym przestrzeń do stawiania hipotez o zmarłym, jego bliskich i ich relacjach. Padają pytania o przyczynę, okoliczności zdarzenia. Czasem pełne troski, chęci wsparcia i pomocy. Inne oskarżające, wpędzające w poczucie winy i nasilające ból bliskich. To bardzo trudne. Znane osoby, to nie – znane osoby. Nie wiemy o ich samopoczuciu, codziennym życiu, zmaganiach. Świat medialny jest bardziej skłonny do prezentowania siły i piękna. Jak więc można pokazać się światu... chorym? Celebryci wypowiadają się o depresji, jednak zauważmy, nierzadko wówczas, gdy już ją pokonają. To nadal inspirujące. Nie zapominajmy jednak, że pomiędzy zachorowaniem, a wyzdrowieniem, jest pełna cierpienia przestrzeń, w której doświadczająca jej osoba potrzebuje pomocy. To jest pole do podejmowania działania przez bliskich i przez specjalistów.

– Jaka jest skala tego problemu? Podobno, według WHO, na każde samobójstwo przypada 10–15 prób samobójczych?

– Co 40 sekund ktoś na świecie odbiera sobie życie, łącznie około 800 000 osób rocznie. To blisko 10 razy tyle co nasz Nowy Sącz. W Polsce każdego dnia średnio 14 osób traci życie w wyniku samobójstwa. Wśród nich jest jedno dziecko. W 2022 r. najwięcej prób samobójczych, ponad 2000, podejmowały osoby w wieku 13–18 lat. Na każdą ofiarę samobójstwa przypada kilkanaście innych osób, które tę próbę podjęły, są więc w grupie ryzyka. Wśród osób powyżej 85. roku życia, w 75 proc. przypadków próba samobójcza była skuteczna.

– Wszystkiemu winna jest depresja?

– Nie, choć to znacząca przyczyna samobójstw. Są też inne: kryzysowa sytuacja życiowa dotycząca relacji, pracy, trauma, przewlekły stres, wpływ substancji psychoaktywnych, inne zaburzenia psychiatryczne, w tym schizofrenia lub CHAD, przyczyny ideologiczne.

– A jak jest z problemem depresji? To nie jest już temat wstydliwy? Depresja przebiła się do świadomości społecznej

W Polsce każdego dnia średnio 14 osób traci życie w wyniku samobójstwa. Wśród nich jest jedno dziecko. W 2022 r. najwięcej prób samobójczych, ponad 2000, podejmowały osoby w wieku 13–18 lat

REKLAMA

Odnowione fortyfikacje pogranicza polsko-słowackiego

Dziedzictwo kulturowe jest skarbem, który łączy przeszłość z teraźniejszością, a także pozostawia ślad dla przyszłych pokoleń do odkrywania i czerpania inspiracji. W sercu Europy, na granicy Polski i Słowacji, dobiega końca projekt, który miał na celu przywrócenie życia dziedzictwu kulturowemu tego obszaru. To przedsięwzięcie nie tylko odnawia i ochrania cenne zabytki, ale także wzmacnia więzi między społecznościami obu krajów i tworzy atrakcyjną ofertę turystyczną. Mowa o projekcie pn. "Muszyna – Sabinov: Wzmacniamy wspólne dziedzictwo kulturowe pogranicza Polsko – Słowackiego" współfinansowanym przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Programu Współpracy Transgranicznej Interreg V-A Polska – Słowacja 2014-2020.

PL-SK Interreg Polska-Słowacja
Europejski Fundusz Rozwoju Regionalnego
UNIA EUROPEJSKA

Zamek w Muszynie – wielkie otwarcie w sobotę 30 września.

W ramach tego ambitnego przedsięwzięcia przeprowadzone zostały renowacje dwóch ważnych zabytków kultury: murów obronnych miasta Sabinova na Słowacji oraz zamku w Muszynie. Oba te miejsca pełnią nie tylko rolę historycznych skarbów, ale także stanowią potencjał, pozwalając tworzyć i rozbudowywać ofertę turystyczną dla odwiedzających z Polski i ze Słowacji.

Mury miejskie w Sabinovie, gotyckie z XV wieku, oraz zamek w Muszynie, zbudowany za panowania Kazimierza Wielkiego, od dawna borykały się z degradacją i zaniedbaniem. Teraz nadszedł czas, aby przywrócić im dawny blask i umożliwić korzystanie z nich w celach rekreacyjnych.

Projekt nie ograniczał się jednak tylko do renowacji zabytków. Istotną częścią przedsięwzięcia była organizacja wspólnych transgranicznych wydarzeń kulturalno-integracyjnych. W ramach wizyt sąsiedzkich młodzież szkolna z Muszyny i Sabinova poznała atrakcje po obydwu stronach granic. Była doskonała okazja do zwiększenia świadomości na temat bogatego dziedzictwa kulturowego pogranicza. W ramach projektu przeprowadzono jarmark w Muszynie, wystawy fotograficzne zabytków w uzdrowisku i Sabinovie. Zwieńczeniem działań było wydanie szeregu publikacji po obydwu stronach granicy. Odnowione fortyfikacje wymagają szczególnej ochrony dlatego w ramach projektu przeprowadzono specjalne szkolenia dal strażaków z obydwu zaprzyjaźnionych krajów, gdzie tematem przewodnim była ochrona zabytków. Projekt przywracania dziedzictwa kulturowego na granicy Polski i Słowacji to prawdziwa perła w koronie współpracy między krajami. Poprzez renowację zabytków, organizację wydarzeń kulturalnych oraz wymianę doświadczeń, ten projekt nie tylko przywraca ducha przeszłości, ale także kreuje przyszłość, w której dziedzictwo kulturowe stanowi źródło inspiracji i jednoczy społeczności obu stron granicy. To wspaniała historia o tym, jak odnowa kultury może odmienić przyszłość.

Partnerzy wydania: TRADYCJA, Ford Wikar, Wyższa Szkoła Biznesu National-Louis University, Liderujemy

Bądź na bieżąco - www.dts24.pl

i jest traktowana jak każda inna choroba?

– To proces idący w dobrym kierunku. Świadomość dotycząca depresji rośnie, wstyd związany z leczeniem psychiatrycznym maleje. Osoby cierpiące na depresję częściej o niej mówią i aktywniej szukają pomocy. Niemniej pacjenci skarżą się nadal na brak zrozumienia ze strony rodziny, znajomych, pracodawców. Czasem słyszą, że są leniwi, nieproduktywni, że im się nie chce. Boją się utraty stanowiska pracy i strat w innych rolach społecznych. Kobiety mają wątpliwości, czy mogą sprawować pieczę nad swoimi dziećmi. Mężczyźni borykają się z poczuciem bezradności, słabości. Im bardziej wstydzimy się swoich schorzeń, tym trudniej je leczyć. Dobrze, że wstydzimy się coraz mniej.

– Depresja to choroba śmiertelna?

– Zapytam prowokacyjnie: Depresja to choroba psychofizyczna i społeczna. Obok objawów osiowych dotyczących samopoczucia psychicznego, a więc anhedonii i smutku, wiąże się z niskim poziomem energii, który ma także charakter fizyczny. W depresji zmienia się fizjologia pracy mózgu osoby chorującej, docelowo mogąc nawet wpłynąć degradująco na jego strukturę. Zmienia się stan poznawczy – pogarsza się zdolność uczenia, koncentracja, płynność słowna, umiejętność wykonywania złożonych czynności i podejmowania decyzji. Myśli mają inną treść, częściej są negatywne, wzmacniające poczucie winy i obniżające wartość. Osoba chorująca źle o sobie myśli, przypisuje sobie odpowiedzialność za negatywne zdarzenia, nisko siebie ocenia; kieruje na siebie negatywne emocje. Nieleczona, postępująca depresja może wyniszczyć organizm lub doprowadzić do samobójstwa, także w wyniku degradacji życia społecznego i zawodowego. Życie odbiera sobie 15 proc. chorujących. Rocznie łącznie milion osób ginie z powodu depresji. To ta trudna część. Druga strona jest jaśniejsza: depresję można i trzeba leczyć. Objawy depresji mogą wycofać się całkowicie i nigdy nie powtórzyć. Żeby to było możliwe, należy jak najszybciej wdrożyć terapię.

– Według danych od 2021 nasilił się problem depresji wśród młodych ludzi. Dlaczego? To pokłosie pandemii i związanej z tym izolacji?

– Oczywiste stwierdzenia zwykle kryją istotę zawartych w nich kwestii. Dopóki odnosimy się do zagadnień relacji międzyludzkich oraz optymalnego stosunku pracy i odpoczynku na poziomie teoretycznym, dopóty mają one pomniejsze znacznie. Pandemia bardzo klarownie pokazała skutki obniżonego poczucia bezpieczeństwa w sferze zdrowia, połączonego z izolacją społeczną, dla naszego samopoczucia. Młodzież musiała funkcjonować w kryzysowych warunkach, w oddaleniu fizycznym od rówieśników, w niepewności. To był czas frustracji ważnych potrzeb, co, w wielu przypadkach, skutkowało obniżeniem nastroju, aż do objawów depresyjnych. Młodzi muszą radzić sobie z intensywną obecnością w mediach społecznościowych, co obok dóbr z nią związanych zwykle oznacza dużą liczbę specyficznych, bo czasem realizowanych wyłącznie w świecie wirtualnym, kontaktów oraz narażenie na ciągłą, w tym negatywną, ocenę. Natłok bodźców docierających do młodych wymaga selekcjonowania, co nie jest proste. Nietrudno o przeciążenie organizmu, a co za tym idzie kłopoty w radzeniu sobie na poziomie poznawczym i emocjonalnym.

FOT. ARCH. T. STASZAK-WĘGLARZ

– W depresji zmienia się fizjologia pracy mózgu osoby chorującej, docelowo mogąc nawet wpłynąć degradująco na jego strukturę – tłumaczy Teresa Staszak-Węglarz.

– Dorośli czasem komentują, że nie rozumieją tej nastoletniej depresji, przecież to młode pokolenie, w przeciwieństwie do nich, ma wszystko...

– Dzieci nie mają wpływu na to, co było „za naszych czasów" i jak wtedy żyliśmy. Nasze czasy były inne, inne były czasy naszych rodziców i inne są czasy naszych dzieci. To oczywiste i normalne. Obciążanie dzieci odpowiedzialnością lub poczuciem winy za ich dobrobyt jest absurdalne. To my, rodzice, w znaczącej mierze, tworzymy ich świat. I wiemy, że na dobrostan człowieka składa się wiele czynników, a w pierwszej kolejności dobre relacje. W każdym etapie życia w specyficzny sposób przeżywamy emocje i radzimy sobie z nimi. Dojrzewając, młodzi zmagają się dodatkowo ze zdrowymi, lecz trudnymi procesami w ich ciele, w tym w mózgu, które wiążą się z mniejszymi niż u dorosłych zdolnościami regulacji emocji. Stąd, obok kryzysów społecznych, borykają się z własną fizjologią, mogącą predysponować do przeżywania silnych, w tym negatywnych emocji. Co więcej, obraz depresji u nastoletnich jest inny niż u osób dojrzałych. Częściej przypomina złość, bunt, nadmierne pobudzenie lub wprost agresję. To może złościć, prowokować odrzucenie. Rolą rodzica młodego człowieka jest mu w tym ważnym czasie czujnie, bezpiecznie i ze zrozumieniem, co nie znaczy bezkrytycznie, towarzyszyć i wspierać. Wychowywanie młodego pokolenia nie może ograniczać się do sztywnego stawiania granic i egzekwowania kar za ich przekroczenie. Bliski kontakt, otwartość i rozmowa są konieczne, jeżeli chcemy uchwycić trudne, w tym wiążące się z chorobą, stany naszych dzieci. Posiadanie dóbr materialnych nie jest gwarantem zdrowia.

Obraz depresji u nastoletnich jest inny niż u osób dojrzałych. Częściej przypomina złość, bunt, nadmierne pobudzenie lub wprost agresję. To może złościć, prowokować odrzucenie

– Drugą grupą wiekową, wśród której drastycznie wzrosła ilość prób samobójczych, są seniorzy. To pokolenie, wydawałoby się, jest silne psychicznie, niejedno w życiu przeszło, skąd zatem tak drastyczne decyzje?

– Drastyczne także dlatego, że niestety w znacznej większości skuteczne. I znowu przyczyny tak bardzo oczywiste: w pierwszej kolejności poczucie samotności, bycia nieprzydatnym, mało ważnym, nieproduktywnym; a może przekonanie o byciu ciężarem dla innych. Rzadziej żyjemy w rodzinach wielopokoleniowych. Miejsce najstarszego pokolenia, niegdyś naturalnie zaopiekowanego przez dzieci i wnuków, obecnie nie jest oczywiste. Polityka dbałości o seniorów, np. w formie dziennych domów lub klubów seniora, ma duże znaczenie. Nie zmienia to faktu, że każdy z nas, a dzieci i osoby starsze w szczególności, w naturalny sposób potrzebuje dobrych, bliskich relacji.

– Jak pomóc? Co zrobić, gdy zauważamy, że ktoś z naszego otoczenia przechodzi jakiś kryzys?

– Po pierwsze nie ignorować. Spokojnie rozmawiać. Wracać do tematu, jeżeli mamy podejrzenie, że, mimo zaprzeczeń, ktoś obok nas źle się czuje. Zwracać uwagę na zmiany zachowania, zwłaszcza wycofywanie się z dotychczasowych aktywności, życia społecznego, używanie substancji psychoaktywnych. W sytuacji kryzysowej osoba potrzebuje bezpośredniej pomocy w przetrwaniu i wyjściu z tego kryzysu. To czas na podejmowania konkretnych działań, czasem decyzji, bezpośrednie wsparcie emocjonalne i instrumentalne. Nie poprzestańmy na informacji, gdzie można szukać pomocy. Pomóżmy to spotkanie zorganizować, zachęcić, towarzyszyć. Wraz z wychodzeniem osoby z kryzysu nasza rola powinna zmieniać się z aktywnej w kierunku towarzyszącej, asekurującej. Wśród miejsc i osób, do których może zgłosić się osoba z objawami depresji lub w kryzysie życiowym, jest m.in. psycholog, psychiatra, pracownik socjalny, specjaliści w ośrodkach interwencji, prawnik, osoba duchowna, lekarz pierwszego kontaktu. W razie zagrożenia zdrowia i życia, kierujemy osobę do SOR. Pamiętajmy, że pomniejsze kryzysy życiowe są naturalną częścią naszej egzystencji. Rozwój osobisty, samodzielny lub w procesie psychoterapii, praca nad sobą, umacnianie siebie, to gromadzenie zasobów, dzięki którym z większością tych kryzysów będziemy mogli sami lub ze wsparciem bliskich osób, skutecznie sobie poradzić. Zachęcam.

Masz kryzys?

Zadzwoń do Centrum Wsparcia na bezpłatny numer: 800 70 2222,
napisz mail lub porozmawiaj na czacie: www.liniawsparcia.pl;
Telefon zaufania dla osób dorosłych w kryzysie emocjonalnym:
116 123 (czynny codziennie od godz. 14. do 22.)
Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży: 116 111 (czynny codziennie od godz. 12. do 2.)
Całodobowa bezpłatna infolinia dla dzieci i młodzieży, rodziców oraz pedagogów:
800 080 222;

Partnerzy wydania:
TRADYCJA FABRYKA OKIEN
Ford Wikar
WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL-LOUIS UNIVERSITY
Liderzy

Niezwykle trudny kierunek, niezwykle trudny temat

W najbliższy poniedziałek pięćdziesięciu studentów sądeckiej Akademii Nauk Stosowanych zacznie naukę na kierunku lekarskim. Decyzja o uruchomieniu nowego kierunku zapadła początkiem lipca, uczelnia nazwała ją najważniejszym momentem w 25-letniej historii, a w dziale rekrutacji ustawiła się kolejka z podaniami chętnych na przyszłych lekarzy.

Sześciu chętnych ubiegających się o jedno miejsce na kierunku lekarskim nie zniechęcał nawet fakt, że przez jakiś czas na zajęcia z anatomii będą musieli dojeżdżać... 250 km w jedną stronę do Radomia. W powszechnej euforii jaką wywołała w Nowym Sączu decyzja ministrów, najpierw zdrowia, a potem edukacji i nauki, słabo słyszalne były głosy środowiska lekarskiego z dużych ośrodków akademickich: „Systemowy cel jakim jest zwiększenie liczby lekarzy, nie uświęca środków, a dokładnie półśrodków w kształceniu przyszłych medyków, bo ostatecznie ucierpi na tym pacjent" – mówi dr Marcin Mikos, wicedyrektor Szpitala Specjalistycznego im. Józefa Dietla w Krakowie.

Dla przyszłych lekarzy z Nowego Sącza dojazdy na zajęcia z anatomii do Radomia to duże wyzwanie, ale wszystko co wiąże się z uruchomieniem kierunku lekarskiego w mieście powiatowym jest sporym wyzwaniem. Nie ukrywał tego jeszcze w lipcu rektor ANS, dr hab. Mariusz Cygnar mówiąc, że przed uczelnią stoi teraz duże wyzwanie. Podkreślał jednocześnie, że akademia ma bogatą ofertę studiów o profilu praktycznym, nowoczesną infrastrukturę, a teraz pierwszy ogólnoakademicki kierunek lekarski, który wyróżnia ANS spośród innych uczelni.

– W gratulacjach od rektora innej uczelni usłyszałem, że być pełnoprawną akademią, a nie mieć kierunku lekarskiego, to mniejsza ranga niż być Akademią Nauk Stosowanych, ale z tym prestiżowym kierunkiem. My go mamy, a w ciągu najbliższych dwóch lat planujemy być Akademią Sądecką. To wielkie wyróżnienie dla nas, ale przede wszystkim wyzwanie – mówi dr hab. Mariusz Cygnar.

Akademia Nauk Stosowanych już od kilkunastu lat prowadzi kształcenie w Wydziale Nauk o Zdrowiu na kierunkach medycznych: pielęgniarstwo pierwszego i drugiego stopnia, ratownictwo medyczne oraz dietetyka. Rektor Cygnar podkreśla, że pozwala to pod względem infrastrukturalnym prowadzić kierunek lekarski i zaznacza, że od kilku lat budowano infrastrukturę właśnie pod tym kątem.

– Dlatego też możemy dzisiaj z podniesioną głową mówić, że jesteśmy w pełni przygotowani do prowadzenia tego kierunku pod względem infrastrukturalnym oraz pod względem kadry naukowej, badawczej jak i dydaktycznej. To naprawdę wielki sukces dla naszej uczelni. To zwieńczenie tych 25 lat funkcjonowania. Ten finał, moim zdaniem, jest zwieńczeniem tego trudu, który uczelnia przez te 25 lat dźwiga. Myślę, że to jest nasz atut, który pozwala nam rosnąć w siłę i jesteśmy uczelnią, w którą warto inwestować, w której warto się uczyć, a ten nasz potencjał naprawdę jest bardzo duży – zaznacza rektor.

A dziekan wydziału nauk o zdrowiu dr hab. n.med. Ryszard Gajdosz, prof. ANS dodaje:

– Jest to niezwykle trudny kierunek i niezwykle trudny temat, bo kształcimy osoby, które będą się nami opiekować. Mamy już doświadczenie jeśli chodzi o kształcenie w innych kierunkach medycznych, więc je kontynuujemy.

Władze ANS podpisały porozumienie z Uniwersytetem Radomskim, gdzie będą się odbywać zajęcia na pierwszym i drugim semestrze. Każdy czwartek na radomskiej uczelni będzie przeznaczony dla studentów ANS. Będą tam uczyć się anatomii. Wszelkie koszty związane z dojazdem zostaną pokryte ze środków uczelni.

– Wszystkie inne przedmioty będą realizowane w obrębie naszego regionu. Część kliniczna edukacji prowadzona będzie w szpitalach w: Nowym Sączu, Limanowej, Krynicy-Zdroju, czy Gorlicach. Jest to dla nas duże wyzwanie. Podjęliśmy się go i zrobimy wszystko, aby wykonywać to jak najlepiej. Jeśli za rok, czy dwa będziemy mieć wizytację, to udowodnimy, że pewne zastrzeżenia, uwagi zostały zrealizowane – został wybudowany budynek kliniczny, to nie jest tylko prosektorium, to jest całość sześciokondygnacyjnego budynku do rożnych celów na kierunkach lekarskich, ale i również poza lekarskich" – wyjaśnia dziekan Wydziału Nauk o Zdrowiu prof. Ryszard Gajdosz.

Nowy budynek znajdować się ma przy ulicy Kościuszki obok kampusu sportowo-dydaktycznego. Na jego poczet zlikwidowany zostanie jeden kort tenisowy. Jego wnętrze ma zawierać: wspomniane już prosektorium, sale wykładowe, centrum mikrobiologii (mające służyć studentom ale i całemu regionowi, aby mogło zarabiać), salę operacyjną i porodową, aule wykładowe oraz laboratoria, jak i wszelki sprzęt wymagany przy prowadzeniu kierunku lekarskiego. Całość budowy ma wynieść 3,5 tysięcy metrów kwadratowych, a infrastruktura tworzona będzie nie tylko pod kątem kierunku lekarskiego, ale także z myślą o kierunku położnictwo oraz dietetyka drugiego stopnia, o które chce się postarać uczelnia.

Dr Marcin Mikos, Wydział Lekarski i Nauk o Zdrowiu Krakowska Akademia im. A. F. Modrzewskiego w Krakowie, wicedyrektor Szpitala Specjalistycznego im. Józefa Dietla w Krakowie:

– Kształcenie lekarzy to ogromna odpowiedzialność, którą biorą na siebie uczelnie podejmujące się tego zadania. Można świetnie przygotować wniosek, ale to tylko dokument i papier. Ważne jest jak to kształcenie będzie się odbywało w praktyce. Systemowy cel jakim jest zwiększenie liczby lekarzy, nie uświęca środków, a dokładnie półśrodków w kształceniu przyszłych medyków, bo ostatecznie ucierpi na tym pacjent.

Osobiście uważam, że szkoły zawodowe w Polsce bardziej są przygotowane do kształcenia zawodowego, a więc w przypadku medycyny spokojnie mógłby kształcić felczerów, czego współczesnym odpowiednikiem byłby licencjat medycyny. Finalne, kształcenie lekarzy powinno się odbywać na uniwersytetach, które mają bazę profesorską i oddziały kliniczne dające gwarancję profesjonalnego kształcenia, dostępu do pacjentów z rzadkimi i złożonymi chorobami, odpowiednie zaplecze diagnostyczne i lecznicze. Na rozwój uniwersytetów medycznych i szpitali klinicznych w Polsce w ostatnich latach wydano miliardy złotych, i wyższe szkoły zawodowe oraz ich zaplecze kliniczne w powiatowych szpitalach nie nadrobią tej przepaści przez wiele lat. Zresztą byłoby to marnotrawstwo publicznych środków żeby na poziomie powiatowych jednostek tworzyć wysokospecjalistyczne jednostki np. oddziały kardiochirurgii, medycyny translacyjnej, chirurgii robotycznej, czy zakłady genetyki.

Życzę Akademii Nauk Stosowanych w Nowym Sączu aby zadanie, którego się podjęła zrealizowała odpowiedzialnie, profesjonalnie i skutecznie, kierując się najwyższą troską o życie i zdrowie pacjentów. Większość absolwentów sądeckiej medycyny pozostanie przecież w regionie, lecząc tam ludzi. To ci absolwenci za kilka lat staną przed wami ratując życie nie jakichś anonimowych pacjentów, ale państwa rodziców, dzieci, osób bliskich, a może was samych. Uczelnia jest gwarantem tego, że będą to osoby o najwyższych kompetencjach lekarskich, bez różnic w przygotowaniu do leczenia z najlepszymi ośrodkami akademickimi w kraju.

(MICZ, GÓR)

Partnerzy wydania:
TRADYCJA Ford Wikar WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL-LOUIS UNIVERSITY Liderzy

Bądź na bieżąco - www.dts24.pl

PREMIERA ROKU – TERAPIA MŁODOŚCI W PREMIEROWYCH CENACH

„Hej Górole – nie bójta się, ma La Perla super PROMOCJĘ – odmłodzita się"

NATASZA URBAŃSKA– MOJA CUDOWNA TERAPIA MŁODOŚCI – 40% OFF

„Miejsce kobiety jest w kuchni… gdzie ma siedzieć sobie wygodnie, z nogami w górze, popijać wino i przyglądać się, jak jej mąż gotuje obiad(...)" -Elizabeth Gilbert

Natasza Urbańska – polska piosenkarka, tancerka, aktorka filmowa, telewizyjna i teatralno-musicalowa oraz prezenterka telewizyjna, a prywatnie żona reżysera, choreografa- Janusza Józefowicza i przyjaciółka Kaliny Ben Sira- beauty ekspert, właścicielki sieci klinik La Perla. Natasza postrzegana jest jako niezwykle skromna, pełna wdzięku ambasadorka naturalnego piękna i dobrego stylu.

Moją niezawodną receptą na piękno jest uśmiech, pozytywne nastawienie, miłość do siebie, bliskich i świata. Mam wysokie wymagania względem ludzi, którym powierzam swoje ciało i duszę dlatego od wielu lat Klinika La Perla jest stałym punktem w moim codziennym życiu- dodaje z uśmiechem Natasza.

Po wielu latach poszukiwań, szkoleń i badań Klinika La Perla ma przyjemność przedstawić Państwu NOWOCZESNĄ TERAPIĘ MŁODOŚCI z wykorzystaniem skin boostera -czyli skoncentrowanych komórek macierzystych. Ambasadorką naszej premiery roku jest Natasza Urbańska- piękna kobieta, która od wielu lat konsekwentnie realizuje swój plan zachowania naturalnego piękna i młodości. Zabiegi z wykorzystaniem skoncentrowanych komórek macierzystych to najbezpieczniejszy autologiczny STYMULATOR TKANKOWY którego podstawowym komponentem jest materiał własny pacjenta. Serum młodości jest przełomowym, innowacyjnym i bezpiecznym zabiegiem 3w1 łączącym moc komórek macierzystych, osocza i fibrynę dodaje Kalina Ben Sira.

Komórki macierzyste mają w sobie cudowną moc regeneracji, a efekt przeszedł moje najśmielsze oczekiwania- dodaje Natasza. Jestem już po dwóch zabiegach skoncentrowanymi komórkami macierzystymi i wiem, że ten zabieg jest właśnie dla mnie. Polecam Wam terapię łączoną np ze smart liftem. Kocham, kocham, kocham ... nic więcej nie dodam- mówi z czarującym uśmiechem Natasza.

PRZEŁOM W MEDYCYNIE ESTETYCZNEJ WYSOKO SKONCENTROWANE KOMÓRKI MACIERZYSTE

Po latach badań w USA, udało się naukowcom stworzyć precyzyjny i niezwykle szybki system do pozyskiwania osocza zawierającego wysokoskoncentrowane komórki macierzyste. Dzięki tej metodzie otrzymany produkt zawiera jeszcze większe stężenie płytek krwi oraz komórek macierzystych, które w jeszcze silniejszy sposób oddziałują na procesy naprawcze w naszym organizmie, a co za tym idzie na jeszcze bardziej widoczne efekty leczenia. Terapia komórkami macierzystymi jest o wiele krótsza i bardziej komfortowa dla pacjenta. Podczas jednego zabiegu wprowadzane jest do organizmu trzy razy więcej komórek macierzystych niż w znanych i stosowanych do tej pory zabiegach. To prawdziwa rewolucja i kamień milowy w dotychczasowych badaniach nad powstrzymaniem procesów starzenia i regeneracji naszego ciała.

Tajemnica zabiegu Terapii Młodości, tkwi w specjalnie przygotowanych pod względem kształtu probówkach i samej wirówce.

NAJBEZPIECZNIEJSZY STYMULATOR TKANKOWY– TERAPIA MŁODOŚCI

Zabiegi z użyciem skoncentrowanych komórek macierzystych powszechnie uznawane są i były, za bezpiecznie. Wynika to głównie z właściwości samych komórek macierzystych które są autogennym, krwiopochodnym, biozgodnym materiałem. Dzięki temu, iż pochodzą one z ludzkiego organizmu nie są one toksyczne oraz nie powodują alergii. Terapia młodości polega na podaniu wyselekcjonowanych z krwi komórek macierzystych, o największym możliwym do uzyskania stężeniu. Zabieg jest zatem nieporównywalnie silniejszy w działaniu m.in. regeneracyjnym od znanego do tej pory osocza.

ZMARSZCZKI, ŁYSIENIE, BLIZNY, PRZEBARWIENIA, ROZSTĘPY – TO PRZESZŁOŚĆ

Z krwi pobranej od pacjenta, otrzymujemy produkt o licznych, pozytywnych właściwościach. Zabieg wykorzystywany jest m.in. do:

- leczenia trudnogojących się ran i blizn w tym blizn pooperacyjnych, blizn potrądzikowych, rozstępów;
- leczenia łysienia i wypadania włosów spowodowanych czynnikami zewnętrznymi lub przebytymi chorobami. Zabiegi są wykonywane z sukcesem głównie u mężczyzn borykających sie z problemem łysienia, zakoli, rzedniejących włosów.
- w ginekologii estetycznej oraz stref intymnych u mężczyzn
- leczenia w ortopedii zabieg stosowany w szerokim zakresie problemów mięśniowo-szkieletowych. Poprawia naturalną zdolność organizmu do samouzdrawiania i służy do poprawy gojenia oraz skrócenia czasu regeneracji po ostrych i przewlekłych uszkodzeniach tkanek miękkich;
- dermatologii estetycznej. Pacjenci szybko zauważają wygładzenie zmarszczek, poprawę napięcia i jędrności skóry, a także wyrównanie kolorytu. Szczególnie spektakularne efekty zaobserwować można u palaczy i w przypadkach skóry znacznie uszkodzonej nadmiernym opalaniem się. Dowodzi to sile działania regenerującego i antyoksydacyjnego.

Efekty zabiegu, to te na których nam najbardziej zależy, czyli odwrócenie procesów starzenia i spowolnienie naszego zegara biologicznego. Redukcja zmarszczek i bruzd, wygładzenie oraz lifting opadających policzków. Przywrócenie w naturalny sposób naszych atutów z przed lat oraz spektakularna zmiana w naszym wyglądzie tj. piękny wygląd, gładka cera i piękne zdrowe włosy, odwrócenie procesów starzenia i spowolnienie naszego zegara biologicznego, radość z życia.

Aby wystąpiły wszystkie powyższe symptomy zalecana jest seria 4 zabiegów co 2-3 tygodnie BEZPIECZEŃSTWO PONAD WSZYSTKO - dlatego w KLINICE LA PERLA zabiegi medycyny estetycznej wykonują TYLKO I WYŁACZNIE DYPLOMOWANI LEKARZE posiadający minimum dwie specjalizacje.

ZAKOCHAJ SIĘ W SOBIE DZIĘKI KLINICE LA PERLA- zespół ekspertów czeka właśnie na Ciebie

KLINIKA LA PERLA

Zapraszamy do kontaktu

Klinika La Perla w Nowym Sączu

Galeria Trzy Korony ul. Lwowska 80, poz.1, naprzeciw Mango

33-300 Nowy Sącz Tel. +48 602-792-682

www.klinikalaperla.pl

To nie jest ponure miejsce

Rozmawia Dawid Kulig

Rozmowa z MIECZYSŁAWEM KACZWIŃSKIM – dyrektorem Sądeckiego Hospicjum

– W Sądeckim Hospicjum pracuje Pan już kilkanaście lat. Na każdym kroku można dostrzec stale rosnące zaangażowanie.

– Pracuję tutaj od samego początku, czyli od kwietnia 2012 roku. Sprawuję funkcję dyrektora i prezesa zarządu. Swoją pracę postrzegam przede wszystkim jako misję. To nie jest dla mnie zarobkowe wyzwanie. W głównej mierze jest to misja pomocy osobom, które są w potrzebie.

– Jakie są największe problemy, z którymi zmaga się Pan jako dyrektor placówki?

– Dla mnie największym kłopotem jest zawsze to, gdy musimy komuś odmówić przyjęcia. Dzieje się tak z różnych przyczyn – na przykład, gdy zwyczajnie nie mamy miejsca. Najwięcej przykrości sprawia mi również to, gdy ktoś nie kwalifikuje się do pobytu w naszym hospicjum, mimo że stan zdrowia ewidentnie wskazuje, że takiej osobie należy pomóc. Osobiście są to dla mnie najbardziej stresujące sytuacje. Bo widzę wtedy, że ktoś potrzebuje pomocy. Takie sytuacje się zdarzają, mimo że cały czas się rozbudowujemy. W chwili obecnej w naszej placówce znajduje się 71 miejsc.

– Jak w takim razie wygląda proces kwalifikacyjny, który pozwala potrzebującemu otrzymać miejsce w Sądeckim Hospicjum?

– Zasady są ściśle określone przez Narodowy Fundusz Zdrowia. Mówimy o dziesięciu jednostkach chorobowych. Rekrutacja przebiega w ten sposób, że dany pacjent otrzymuje najpierw wniosek z rozpoznaniem – na przykład od lekarza rodzinnego. W większości są to osoby z nowotworem. Niestety, do pobytu w hospicjum nie kwalifikują się ludzie po udarach czy wylewach. Najczęściej kieruje się ich do zakładów rehabilitacyjnych, a często są to osoby wymagające olbrzymiej pomocy. Rodzina pacjenta przysyła nam wniosek. Sama kwalifikacja jest szybka. Nasi lekarze znają procedury. Rekrutacja przebiega sprawnie, jeśli pacjent zostaje zakwalifikowany to przyjęcie może nastąpić niemal od razu. Tyle tylko, że są chwile, kiedy zwyczajnie nie ma miejsca. W tym momencie mamy trzech pacjentów nowotworowych, którzy oczekują na przyjęcie. Pacjenci onkologiczni mają pierwszeństwo.

– Ilu pracowników posiada Sądeckie Hospicjum?

– Mamy 54 pracowników na etatach. Jest też 8 pracowników na umowę zlecenie i 8 lekarzy na umowy kontraktowe. Jest to taka liczba, która gwarantuje należyte funkcjonowanie placówki i zapewnia usługi medyczne na najwyższym poziomie.

– Jak wygląda Pana dzień pracy?

– Zawsze rozpoczynam od obchodu całego budynku. Podobno jestem osobą wścibską. Taką, która wszędzie „włoży głowę". Jestem też na bieżąco informowany o wszelkich problemach, które mogą się pojawiać na bieżąco. W trakcie pracy realizuję też swoje pasje: dbanie o kwiaty i całą roślinność przy hospicjum, dokarmianie rybek. A potem czeka mnie ogrom pracy administracyjnej. Trzeba podejmować wiele decyzji, co zazwyczaj wiąże się z pracą dyrektora każdej placówki, która daje miejsce pracy dużej ilości osób. Trzeba dbać o każdy detal, aby wszystko płynnie i należycie funkcjonowało.

– Sądeckie Hospicjum często odwiedzają, jak Pan to określa „Aniołowie", czyli ludzie, którzy bezinteresownie pomagają.

– Takie gesty dają nam nie tylko pomoc, ale także satysfakcję, że to co robimy, jest doceniane. To prawda, pomagają nam ludzie zarówno z Sądecczyzny jak i innych części kraju. Dla mnie i dla personelu jest to najwyższy rodzaj uznania i doceniania. Dociera do nas wiele opinii, w których podkreśla się radość, jaką dajemy potrzebującym. Wbrew pozorom, nasza placówka nie jest ponurym miejscem. My tutaj normalnie żyjemy, śmiejemy się. Jesteśmy blisko z ludźmi potrzebującymi. Towarzyszymy chorym, staramy się polepszać jakość ich funkcjonowania i życia. Takie osoby otrzymują radość – nawet w prostych gestach, jak potrzymanie za rękę, otrzymanie dobrego słowa. Rzeczywiście są też takie chwile, które kosztują nas wiele emocji. Ale ja zawsze powtarzam, że my jesteśmy tutaj po to, aby służyć drugiemu człowiekowi.

– Wizyty „Aniołów Sądeckiego Hospicjum" dodają Panu najwięcej energii?

– Te wizyty są bardzo nobilitujące. Cieszę się, że ludzie mówią o nas pozytywnie. Postrzegają nas jako dobrych ludzi – takich, którzy czynią coś ważnego dla bliźniego. Dzięki wizytom „Aniołów" mamy więcej siły do pracy. Pracujemy tutaj już dwunasty rok. Staramy się robić wszystko, aby ludzie zmienili postrzeganie i rozumienie takiej placówki jak nasza. Wśród ludzi często panują stereotypowe przekonania. Pojawiają się dylematy. Pojawia się hejt za to, że ktoś chce oddać członka swojej rodziny

Jest pewien etap choroby człowieka, gdy poświęcając w domu sto procent czasu, nie jesteśmy w stanie poprawić jakości życia chorego tak bardzo, jak można to uczynić u nas. I wtedy naprawdę nie liczy się to, co powie sąsiad

REKLAMA

Odkryj swoją sportową naturę.

Nowa KONA N Line. Live unlimited.

N Line

Odkryj więcej na Hyundai.com/pl

Nowa generacja modelu KONA jeszcze bardziej zwraca uwagę swoją sportową stylistyką i w jeszcze większym stopniu dopasuje się do Twojej sportowej natury dzięki wersji N Line. Odkryj wyjątkowe elementy wyposażenia modelu KONA dostępne wyłącznie w wersji N Line.

Hyundai pracuje nad osiągnięciem neutralności węglowej do 2045 roku.

WIKAR
Nowy Sącz, ul. Węgierska 168
tel. 18 414 0 413, e-mail: hyundai@wikar.pl

HYUNDAI

5 LAT Gwarancji Bez Limitu Kilometrów

8 LAT Gwarancji Na Baterię Wysokiego Napięcia

5-letnia Gwarancja Bez Limitu Kilometrów Hyundai i 8-letnia gwarancja na akumulator wysokiego napięcia (ograniczona przebiegiem 160 000 km) dotyczy jedynie tych samochodów Hyundai, które były sprzedane Klientowi końcowemu przez Autoryzowanego Dealera Hyundai na warunkach opisanych w książce gwarancyjnej. Szczegóły dot. programu gwarancyjnego, w tym wyłączeń gwarancji, dostępne są u Autoryzowanych Dealerów Hyundai. Sprawdź zużycie paliwa i emisję CO_2 na www.hyundai.com/pl. Wskazane elementy są dostępne w zależności od wersji wyposażenia.

Partnerzy wydania: TRADYCJA, Ford Wikar, Wyższa Szkoła Biznesu National-Louis University, Liderzy

do hospicjum. A ja wtedy pytam, czy taka osoba chce pomóc choremu? Jest pewien etap choroby człowieka, gdy poświęcając w domu sto procent czasu, nie jesteśmy w stanie poprawić jakości życia chorego tak bardzo, jak można to uczynić u nas. I wtedy naprawdę nie liczy się to, co powie sąsiad. Gdy ktoś choruje na nowotwór, ból potrafi pojawiać się nagle. Im szybciej zareagujesz, tym bardziej pomożesz. Jesteśmy tutaj dla pacjentów 24 godziny na dobę. Liczy się wszystko, nawet odpowiednie ułożenie pacjenta na łóżku. Szybko reagujemy, wiemy, jakie leki podawać. Naszym głównym założeniem jest to, aby maksymalnie niwelować cierpienie i maksymalnie poprawiać jakość życia. Bardzo długo pracujemy na to, aby sądeczanie rozumieli, że hospicjum nie jest złym miejscem.

– Hasło „hospicjum" to Pana zdaniem temat tabu?

– Tak. Każdy boi się rozmawiać o cierpieniu. To jest taki fragment życia, który niesie refleksje. Choroby dotykają zarówno starszych, jak i młodszych. Mieliśmy tutaj dwie kobiety w sile wieku. Jedna miała 30 kilka lat, druga 40 lat. Dzieci patrzyły, jak ich mamy odchodzą. Choroba nie wybiera. Bardzo łatwo jest ludziom uciekać od tematów choroby, cierpienia, umierania. Spychamy takie tematy na bok. Ale prawda jest taka, że jest to nieodłączny element życia. Często, szczególnie w okresie świątecznym, odwiedzają nas uczniowie szkół. Młodzież przygląda się naszej pracy. Wiele razy dostrzegałem łzy uczniów.

– Jakie są Pana największe marzenia?

– Chciałbym, abyśmy wcale nie mieli pacjentów i musieli szukać sobie innego zajęcia. Chciałbym, żeby wszyscy byli zdrowi. To oczywiście marzenie nierealne. Ale mam też bardziej realne. Życzyłbym sobie, aby nikt nie musiał czekać w kolejce na przyjęcie. Chciałbym, żeby każda potrzebująca osoba mogła do nas trafiać od razu. Chciałbym też, aby cały czas było tak, że możemy w pełni zabezpieczać pacjentów i nie zastanawiać się, czy stać nas na zakup danego leku czy nie. Na ten moment jesteśmy bezpieczni – także dzięki „Aniołom". Akurat wczoraj rozmawiałem z naszą księgową. W skali miesiąca przeznaczamy 50 tysięcy złotych na same lekarstwa. Przez cały rok jest to kwota bliska 600 tysięcy złotych.

– Ze stanu budynku jest Pan na ten moment zadowolony?

– Na bieżąco staramy się wymieniać urządzenia, które służą naszym pacjentom. Zaczynamy małymi krokami. Marzy mi się, aby nowoczesne łóżka były dostępne dla każdego. Niedawno otrzymaliśmy cztery nowoczesne łóżka, dzięki uprzejmości jednej z sądeckich firm. Na bieżąco sobie jakoś radzimy. Jesteśmy już budynkiem bezemisyjnym. Mamy swoją fotowoltaikę. Cenę montażu pomp ciepła obniżono nam o prawie 80 tysięcy złotych. Ktoś czuwa nad nami. Pomagają nam ludzie dobrej woli, choćby w drobnych remontach.

– Podobno nie każdy nadaje się do pracy w takim miejscu jak hospicjum. Czym musi charakteryzować się osoba, która chciałaby pracować w placówce?

– Zgadzam się z tym sformułowaniem, że nie każdy nadaje się do pracy w hospicjum. To coś więcej niż praca. Nasi pracownicy traktują swoje zajęcie jak misję. Trzeba mieć odpowiednią psychikę. Trzeba umieć oddzielać zajęcie w hospicjum od dnia codziennego. Nasi pracownicy mają do dyspozycji psychologów, rozmawiają z nimi zawsze, gdy trzeba. Bardzo pomagają też wolontariusze. Po pandemii odradzamy się w wolontariacie.

– Jest coś, co chciałby Pan głośno wypowiedzieć każdemu, kto przeczyta tę rozmowę?

– Przede wszystkim chciałbym z całego serca podziękować sądeczanom i wszystkim ludziom dobrej woli. Dziękuję „Aniołom Sądeckiego Hospicjum" za to, że są. Bez nich byłoby nam trudno funkcjonować. I nie chodzi tutaj tylko o wsparcie materialne, ale o każdy inny rodzaj pomocy. Dziękuję każdemu z osobna za dobre słowa. Za okazywaną nam życzliwość. To wszystko sprawia, że w poczuciu spełnionej misji realizujemy naszą pracę. Mamy otwarte serca dla naszych podopiecznych, dla ich rodzin. I tak będziemy funkcjonować nadal.

FOT. ARCH. DTS

– Swoją pracę postrzegam przede wszystkim jako misję. To nie jest dla mnie zarobkowe wyzwanie – mówi Mieczysław Kaczwiński.

REKLAMA

Dziękujemy za 1.5 %

Sądeckie Hospicjum

Byli sobie piłkarze. 120 najlepszych futbolowych opowieści

⟶ Rozmawia Wojciech Molendowicz

Rozmowa z ANTONIM BUGAJSKIM – dziennikarzem „Przeglądu Sportowego”

– Ekspert piłkarski. Lubisz to pojemne określenie?

– Ono wprowadza mnie w konfuzję. Nie chcę powiedzieć, że jestem przesadnie skromny, ale z tym ekspertem to nie przesadzajmy. Po prostu dziennikarz „Przeglądu Sportowego”.

– Dobrze, ale przede wszystkim, autor trylogii książkowej „Był sobie piłkarz”. Właśnie ukazała się trzecia część Twoich piłkarskich opowieści. Niezwykłe historie zawodników, nie tylko z pierwszych stron gazet. Antek, niektórzy ludzie przez całe życie nie przeczytali tyle, ile ty napisałeś o piłkarzach.

– No tak, biorąc pod uwagę, że w każdym z tych tomów jest 40 opowieści, to już jest ich w sumie 120, czyli niemało. Ktoś powie, że one nie są zbyt obszerne, skoro 40 mieści się w jednym tomie, to jedna opowieść zajmuje kilka stron. Ale żeby taką jedną opowieść napisać, trzeba się jednak wgryźć w życiorys, zanurzyć się w historię bohatera. Jeśli się popatrzy na to z szerszej perspektywy, jako na pewną liczbę, którą się zbudowało, 120 historii, spotkań z ludźmi, rozmów z nimi, to sam się dziwię, że aż tyle tego powstało. Gdy powstawała pierwsza część, nie sądziłem, że za kilka lat będzie już trzecia, a być może będą i kolejne. Jakąś satysfakcję mam i nie będę tu przesadnie skromny.

– Ta piłkarska opowieść nie powstała z dnia na dzień, a poszczególne odcinki były wcześniej drukowane w „Przeglądzie Sportowym”.

– Ja te opowieści publikuję w „Przeglądzie Sportowym” regularnie. Do książek trafiły – moim zdaniem – najlepsze. To była praca w stylu selekcjonera, musiałem wybrać najlepsze historie, co nie jest oczywiście łatwe, bo każda z nich zasługuje na dowartościowanie, bo to przecież historia człowieka. Tym bardziej, że staram się patrzeć szerzej na historię tych ludzi, często mniej znanych. Staram się je pisać, jak łatwo się domyślić, raz na tydzień. W ciągu kilku dni musi powstać jedna historia, niezależnie od tego, co na bieżąco robię oprócz tej twórczości. Rzecz jasna nie mam na to jakiegoś specjalnego urlopu, tylko po prostu wykonuję wiele innych zadań, jak każdy z nas, i tym bardziej wymaga to ode mnie niezwykłej dyscypliny.

– Ta dyscyplina organizacyjna to jest presja czy frajda dla dziennikarza?

– Presja, ale taka jak u piłkarza, czyli pozytywna. Zawsze o niej mówimy, ona musi być, człowiek musi czuć, podobnie jak w wielu dziedzinach życia, że to, co robimy, wymaga mobilizacji. I często, nawet jak się do tego nie przyznajemy, to sobie gdzieś w duchu powiemy czasem, że lubimy, jak jesteśmy mobilizowani, bo inaczej to byśmy się być może nie pozbierali. To jest na pewno fajne, nie przeszkadza mi, a wręcz pomaga.

– Kiedy się wpisze w wyszukiwarkę tytuły Twoich książek, to rekomendowane są jako „opowieści skondensowane”, że to jest taki crème de la crème, wyciśnięty soczek, bo przecież mógłbyś napisać trzy razy tyle o każdym bohaterze.

– Oczywiście. Często się zdarzało, gdy pisałem pierwsze odcinki do gazety, że czytelnicy się odzywali w stylu: „Bo napisał pan o Dariuszu Marciniaku, a nie wspomniał, że grał w Bełchatowie” itp. To musi być właśnie ekstrakt, coś skondensowanego. Ja nie mogę opisać całego życia piłkarza, bo to by wymagało jednej książki na jedną historię. To jest być może najtrudniejsze w tym wszystkim, że spotykam się z człowiekiem, rozmawiamy trzy godziny, a później muszę napisać o nim taką skondensowaną historię na 10 tysięcy znaków. To wymaga umiejętności wyboru. Nie wiem, czy to są dobre wybory. Ktoś powie, że źle wybrałem, że pewnie są lepsze historie. To jest

W ciągu kilku dni musi powstać jedna historia, niezależnie od tego, co na bieżąco robię oprócz tej twórczości. Rzecz jasna nie mam na to jakiegoś specjalnego urlopu, tylko po prostu wykonuję wiele innych zadań, jak każdy z nas, i tym bardziej wymaga to ode mnie niezwykłej dyscypliny

REKLAMA

Partnerzy wydania:

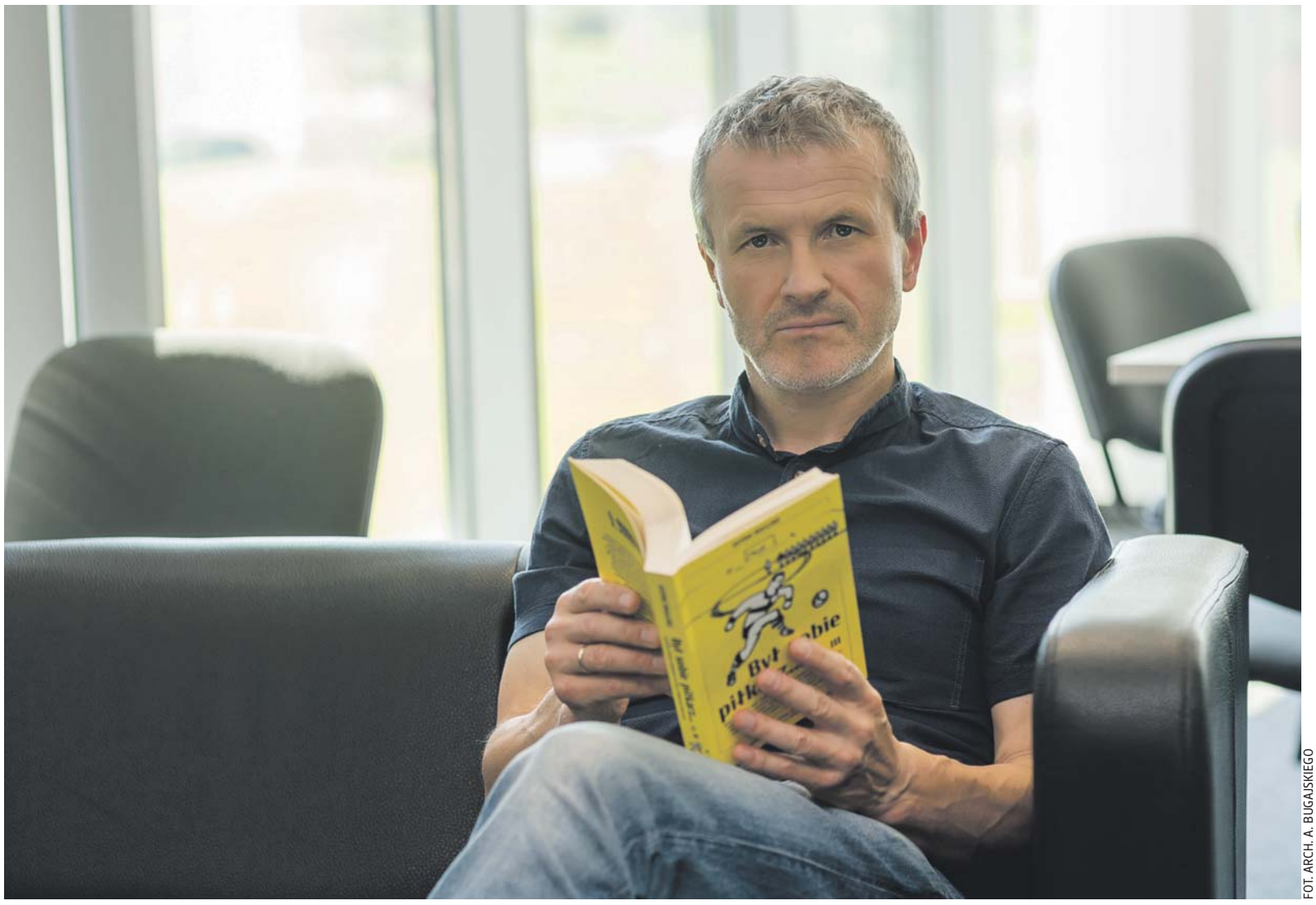
subiektywne. Jeżeli piszę o piłkarzach, którzy żyją i chcą rozmawiać, to oddaję im głos. To są często opowieści w stylu „Jak Kozacy w piłkę grali", bo oni mitologizują przeszłość. Często się z tym spotykam, że stary piłkarz mówi: „A za naszych czasów to się grało w piłkę, wtedy to była gra!". I ja im pozwalam tak mówić i przelewam to na papier, oczywiście weryfikuję fakty, ale daję im prawo do oceny. W mitologizowaniu można dojść do absurdu w stylu: „Za naszych czasów to dobry snajper potrafił sobie sam dośrodkować z rzutu rożnego i strzelić głową". Ale historie w takiej wersji nie znajdują się w moich książkach.

– A są tacy, którzy nie chcą rozmawiać?

– Oj, wielu. Zdziwiłbyś się, naprawdę jest wielu byłych piłkarzy, którzy chcą, żeby im dać święty spokój. Do niektórych dotarłem i oni mi wprost powiedzieli: „Ja nie chcę, żeby pan o mnie pisał. Jak pan napisze, to napisze, nie mogę panu zabronić. Ale ja już to mam za sobą. Ja teraz żyję jak normalny człowiek". Nie chcę nawet wymieniać nazwisk, że ktoś gdzieś w coś był zamieszany. Wiemy, jaka była historia polskiej piłki. Były czasy korupcji, różnych innych zdarzeń. I oni się boją, że siłą rzeczy, jakiś tam wątek będzie poruszony. Oni uważają, że mają prawo do prywatnego życia po prostu. Do niektórych się nie udaje w ogóle dotrzeć. W drugiej części jest rozdział o Tadeuszu Nowaku, piłkarzu Legii Warszawa. Żeby się z nim skontaktować i jeszcze go nakłonić do rozmowy, to naprawdę kosztowało dużo wysiłku. Już traciłem wiarę i on nagle się zgodził. „Nowak Tadeusz to Legii jest Prometeusz" – tak śpiewali kibice w latach 70. Wielki przyjaciel Kazimierza Dejny, dzisiaj mieszka pod Nową Rudą, u podnóża Gór Sowich. Totalnie się odciął. Były legionista, facet, który grał w lidze angielskiej. Od blisko 20 lat nikt nie wie, co się z nim dzieje, ale ze mną zgodził się pogadać. Pomogło mi ostatecznie to, że dotarłem najpierw do Kazika Staszewskiego, wiadomo, legenda zespołu Kult, który był jego wielkim fanem w młodości, jako kibic Legii. Kazik naprawdę fantastycznie się o nim wypowiadał. I ja zadzwoniłem do tego Nowaka po raz któryś tam z kolei i powiedziałem mu: „Panie Tadeuszu, ale Kazik Staszewski pana pozdrawia. On naprawdę chodził na pana mecze jako dzieciak", to go jakoś przekonało.

– Mógłbym Cię jako polonistę zapytać o Twoją ulubioną epokę w literaturze, ale zapytam o Twoją ulubioną epokę w futbolu? Powiedziałeś, że były czasy korupcji, czasy wielkich sukcesów polskiej reprezentacji, polskich klubów w pucharach...

– Zachowam się teraz tak, jak ci piłkarze, którzy opowiadają o swoich młodych latach, kiedy błyszczeli na boisku. Ja też oczywiście miałem tę swoją młodość i w jakiś sposób ją dziś idealizuję.



FOT. ARCH. A. BUGAJSKIEGO

– Ja te opowieści publikuję w „Przeglądzie Sportowym" regularnie. Do książek trafiły – moim zdaniem – najlepsze – wyjaśnia Antoni Bugajski.

Dlatego powiem, że moja ulubiona epoka piłkarska to lata 80. Wtedy byłem nastolatkiem, przeżywałem piłkę emocjonalnie, na zasadzie tu i teraz. Bywałem na meczach, ale nie jako dziennikarz, bo jednak dziennikarz inaczej analizuję futbol.

– Na jakich meczach bywałeś? Na Limanovii?

– Na Limanovii, oczywiście. To moja pierwsza miłość, która nie rdzewieje. I Harnaś Tymbark, który teraz już nie nazywa się Harnaś, drużyna trenera Mariana Tajdusia. Ale Limanovia, rewelacyjna drużyna, awansowała w połowie lat 80. do trzeciej ligi. To było wielkie wydarzenie. Grała też w Pucharze Polski z Polonią Bytom na szczeblu centralnym. Przegrała 0:5, ale pamiętam trzy tysiące ludzi na stadionie w Limanowej. To było wydarzenie i rekord frekwencji, chyba już nie do pobicia. Kibice siedzieli za bramkami, gdzie się da. To się naprawdę super wspomnienia.

– A z dużej piłki, co najmocniej zapamiętałeś z lat 80.?

– Oczywiście Górnika Zabrze. Dla mnie Górnik to był pewien wzorzec drużyny. Górnik, którego stworzył trener Hubert Kostka. Zespół, który zdobywał cztery razy z rzędu mistrzostwo Polski. Po raz pierwszy w życiu na meczach ekstraklasowych byłem właśnie na Górniku Zabrze. To była ta drużyna z Andrzejem Iwanem, Janem Urbanem, Waldemarem Matysikiem, Andrzejem Pałaszem, Andrzejem Zgutczyńskim. Z świetnymi obrońcami – Gunia, Dankowski, a w bramce Józef Wandzik, a wcześniej Eugeniusz Cebrat. Mecz z Realem Madryt to dla mnie taki osobisty mit założycielski. Ja się wtedy zakochałem tak na zabój w tym Górniku. Widziałem na Stadionie Śląskim przegrany przez Górnika 0:1 mecz z Realem Madryt prowadzonym wówczas przez Leo Beenhakkera, późniejszego selekcjonera reprezentacji Polski. Górnik naprawdę nie powinien przegrać tego meczu, bo grał świetnie. A później mecz Górnik kontra wielki Juventus, przy Roosevelta. To były te mecze, które kształtowały moją wyobraźnię i to jest moja ulubiona epoka. I nie ukrywam, że jakbyśmy policzyli te 120 sylwetek opisanych przeze mnie w książkach, to pewnie najwięcej bohaterów pochodzi z lat 80. Bo ja najbardziej czuję tę epokę.

– Jednak to nie za lata 80. zostałeś nominowany do nagrody Grand Press, bardzo cenionej w polskim dziennikarstwie, ale za „Listę Fryzjera", czyli za epokę chyba najbardziej haniebną w polskiej piłce.

– Tak, ale często powtarzam przy tej okazji, że korupcja, która wybuchła nam „w rękach" na początku XXI wieku, to nie było coś absolutnie nowego. Kiedy rozmawiam z piłkarzami z wcześniejszych czasów, często pojawiają się wątki korupcyjne. Oni o tym wspominają, często na marginesie, proszą, żeby o tym nie pisać, ale nie ukrywajmy, korupcja towarzyszyła polskiej piłce od zawsze. Oczywiście wprowadzenie zapisu o ściganiu korupcji w lipcu 2003 r. spowodowało, że można było tę hydrę dopaść i napiętnować rzeczywiście na podstawie wyroków karnych dla ludzi, którzy byli w korupcję zamieszani. To jest ta zasadnicza różnica. Boleję nad tym, że wielu fantastycznych piłkarzy nie ma szans na zaistnienie w moich opowieściach, bo do nich się po prostu nie odezwę i nie zaproponuję im współtworzenia takiego rozdziału do książki. Wiem bowiem, że nie będą sobie mogli pozwolić na szczerość, że będą się próbowali wybielać w tych historiach, mam na myśli wątki korupcyjne, bo już się w sądzie wybielali i dlaczego teraz mieliby zmienić kurs. I to jest problem, pomijając fakt, że to byli bardzo dobrzy piłkarze.

– Masz w branży opinię człowieka, który zna wszystkich w polskim futbolu i dysponujesz do każdego numerem telefonu, a jak nie masz to w pięć minut potrafisz go załatwić.

– Niby tak jest, ale powiem szczerze, że nadgryza mnie ząb czasu. Czuję, że to współczesne pokolenie piłkarzy jest mi trochę obce, zwłaszcza do tych młodszych, którzy np. są w reprezentacji Polski, to już nie mam numerów i kontaktu. Ten proces postępuje. Kiedyś miałem, a teraz już mniej, bardzo dobre relacje ze starszymi piłkarzami: Glikiem, Milikiem, Lewandowskim. Teraz niektórych młodych w ogóle nie znam. Staję się ekspertem od weteranów.

– Jeśli Ty jesteś ekspertem od weteranów, to właśnie nadchodzi młode pokolenie dziennikarskie. Twój syn Karol to dziennikarz „Przeglądu Sportowego", ale też widzieliśmy go już z mikrofonem w CANAL+. Przejmuje pałeczkę po ojcu?

– Zobaczymy. To oczywiście jego droga. Ja nie będę, jak wielu piłkarzy ma w zwyczaju, mówił o swoich synach. Często to jest piętno po prostu. Jednak zgodzę się, że to ma jakieś konsekwencje. Dlatego maksymalnie staram się oddzielać od syna w tej zawodowej pasji.

– Ale powiedz, że jesteś dumny albo wzruszony.

– Oczywiście, że jestem dumny, chociaż nie wiem, czy Karol do końca dobrze wybiera. Wiem, i ty też to wiesz, że to jest ciężki kawałek chleba. Jak patrzy ktoś na to z boku, to często mawia: „Ale wy macie fajnie. Dziennikarz ma wejściówki za darmo, kontakt z piłkarzami, za co inni muszą płacić, on ma na pstryknięcie". Wiemy, że tak nie jest, że to są zarwane weekendy, trzeba przemodelować swoje życie. Dziennikarz sportowy zwłaszcza. Pojęcie wolnego weekendu nie istnieje i to ma wielki wpływ na życie, również osobiste i rodzinne. Dlatego, skoro mówimy o Karolu, to jak chce, niech popróbuje i gdzieś tam podejmie decyzję. Jest na progu tej kariery i w ogóle jakichkolwiek wyborów życiowych oraz zawodowych.

WYKORZYSTANO FRAGMENTY WYWIADU DLA REGIONALNEJ TELEWIZJI KABLOWEJ

Partnerzy wydania:
TRADYCJA FABRYKA OKIEN
Ford Wikar
WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL-LOUIS UNIVERSITY
Liderzy

Co czytanie robi z mózgiem?

Profesor MAREK KACZMARSKI na konferencji naukowej organizowanej przez Pedagogiczną Bibliotekę Wojewódzką w Nowym Sączu:

– Okazuje się, że jak słyszycie słowo, które opisuje coś, co się dzieje, np. czynność, to w waszych mózgach dzieje się mniej więcej to samo, co by się działo, gdybyście uczestniczyli w tym, o czym słyszycie. A więc język jest rodzajem nadbudowy nad mechaniką lustrzaną. Kiedy ludzi wprowadza się w rezonans magnetyczny, który pokazuje, jakie części mózgu w danym momencie dominują w jego aktywności, to kiedy czyta się takiemu człowiekowi czasownik, reaguje mu kora ruchowa, choć wydawać by się mogło, że powinna reagować kora skroniowa. Kiedy bym wam opowiadał, że wczoraj u moich sąsiadów była impreza, było bardzo jasno, świecili mi prosto w okna, to zareaguje nie kora skroniowa, ale potyliczna, która odpowiada za analizę obrazu. Kiedy zaczęto to badać dokładniej, okazało się, że słuchanie opowieści bądź czytanie daje mniej więcej taki efekt jak uczestnictwo w tym, o czym się czyta czy słyszy. To jest nieprawdopodobne z perspektywy możliwości organizmów na Ziemi, bo jesteśmy jedynym gatunkiem, który to potrafi. To wydaje się może i oczywiste. Jeśli czytam jakąś powieść i zanurzam się w świecie w niej przedstawionym to wyobraźnia działa, widzę obrazy itd. Ale co się okazuje? Nasze mózgi podczas czytania i wyobrażania sobie tego świata przedstawionego zachowują się tak i zmieniają się tak, jakbyśmy uczestniczyli w tym, o czym czytamy. Jeżeli lubicie powieści historyczne to możecie nabyć kompetencji albo doświadczeń, których nie da się już nabyć w świecie rzeczywistym, bo tamten czas minął. A kiedy jesteście miłośnikami książek fantastycznych to możecie nabyć kompetencji, które jeszcze nie są do nabycia np. podróży kosmicznych i standardów funkcjonalnych opisywanych np. przez Stanisława Lema, albo nigdy nie będą mogły być dostępne naszemu doświadczeniu, ale my jesteśmy gatunkiem, który jest w stanie takie właśnie doświadczenia generować. (...)

POSŁUCHAJ CAŁEGO WYKŁADU:

FOT. SĄDECKA BIBLIOTEKA PUBLICZNA

– Nasze mózgi podczas czytania zachowują się tak jakbyśmy uczestniczyli w tym, o czym czytamy – tłumaczył profesor Marek Kaczmarski.

REKLAMA

Pływanie to bardzo przyjemna forma rekreacji ruchowej oraz fantastyczna aktywność ogólnorozwojowa, która wpływa pozytywnie na nasze zdrowie. Dlatego jak pływać to tylko z THE BEST!

Pływanie jest niezwykle bezpieczną dyscypliną sportową. Inne dyscypliny obciążają stawy i mogą powodować różnego rodzaju kontuzje. Między innymi z tego powodu, pływanie znacząco wyróżnia się spośród pozostałych rodzajów aktywności fizycznej. Regularne uprawianie tej formy rekreacji ruchowej niesie ze sobą wiele pozytywnych aspektów zdrowotnych, nie obciążając przy tym stawów. Dodatkowo wzmacnia wszystkie grupy mięśni, powodując wzrost masy mięśniowej, zmniejsza objętość tkanki tłuszczowej, przez co pomaga zrzucić zbędne kilogramy, wspomaga pracę serca i układu krążenia a także płuc oraz całego układu oddechowego. Łagodzi bóle kręgosłupa i wspiera, zwłaszcza u dzieci i młodzieży, proces korygowania wad postawy.

Pozwala na podniesienie ogólnego poziomu koordynacji ruchowej, zwinności, elastyczności i gibkości. Z tego powodu, regularne pływanie, jest zalecane przez lekarzy oraz fizjoterapeutów. Poza zdrowiem fizycznym, ten rodzaj sportu wspiera również zdrowie psychiczne. Pomaga łagodzić stres i produkować duże ilości endorfin, zwanych hormonami szczęścia. Jest aktywnością niezwykle uniwersalną, ponieważ mogą ją uprawiać osoby w każdym wieku i o różnym stanie zdrowia.

Pływanie jest szczególnie polecane i wskazane dla dzieci

Dla każdego rodzica prawidłowy rozwój fizyczny i psychiczny dziecka jest niezwykle ważny. Nie osiągniemy tego bez aktywności fizycznej. To ona zapewnia dobrą kondycję i koordynację ruchową. Najlepsze efekty osiągniemy zapisując dziecko na naukę pływania, gdzie powinno szkolić się pod okiem wykwalifikowanego i przygotowanego do tego instruktora.

Pływanie jest o wiele bardziej efektywne od innych sportów, ponieważ podczas jego wykonywania pracuje cały aparat ruchowy, prawie wszystkie partie mięśni. Dodatkowo mięśnie te ulegają sporemu rozciągnięciu. Takie podwójne działanie pływania na mięśnie sprawia, że zwiększają one swoją siłę i potencjał, nie skracając się funkcjonalnie. Pamiętajmy, że ich rozciąganie w okresie rozwoju dziecka, jest niezwykle istotne, ponieważ krótkie mięśnie wytwarzają małą moc, ograniczając tym samym ruchomość i mobilność w stawach.

Inne korzyści z pływania

Pływanie ma także zbawienny wpływ na układ oddechowy i układ krążenia. Pływając, pobudzamy krążenie i przepływ krwi. Tym samym wzmacniamy i wspomagamy serce i jego wzrost. Jeszcze więcej korzyści z pływania, czerpiemy dla układu oddechowego. Stosując wiele różnych form zabawowych związanych z nurkowaniem, stymulujemy płuca naszych małych pływaków. Zdrowe płuca o dużej objętości, poprawią wydolność dzieci na długi okres. Płuca najlepiej rozwijają się w młodym wieku. Jeżeli wtedy ich nie wytrenujemy, to już nigdy potem nie będziemy mogli zdobyć takiej wydolności oddechowej.

Pływanie wskazane jako aktywność fizyczna dla dzieci z wadami postawy

Wady postawy wśród dzieci to coraz częstszy problem wśród naszych pociech. Poprzez wielogodzinne siedzenie w szkolnych ławkach, przed komputerami i ogólny brak aktywności fizycznej kręgosłupy naszych dzieci rozwijają się nieprawidłowo.

Nie ma drugiej aktywności, która tak jak pływanie dba o prawidłową postawę ciała dziecka oraz w bezpieczny i skuteczny sposób pozwala skorygować sylwetkę. Istotne jest jednak, aby pływać prawidłowo technicznie. Jeśli robimy to w nieprawidłowy sposób, tylko pogłębiamy wady postawy. Zapiszmy więc dziecko na zajęcia nauki pływania, tam gdzie wykwalifikowany instruktor nauczy nasze pociechy efektywnego i poprawnego pływania.

Szybsza nauka w wieku dziecięcym niż w wieku dorosłym

Im wcześniej zaczniemy edukację pływacką, tym lepiej. Dziecko nie posiada jeszcze nabytych lęków związanych z oddychaniem pod wodą, czy zachłystywaniem się nią. Tym samym jest dużo bardziej otwarte na naukę, przez co przebiega ona dużo przyjemniej, szybciej i sprawniej. Poza tym zajęcia dla dzieci skonstruowane są w taki sposób, by nauka była połączona z zabawą. Dzięki temu dziecko nawet nie czuje że się uczy, a nowe ruchy w wodzie przychodzą mu jak najbardziej naturalnie.

Oprócz rozwoju fizycznego pływanie pomaga dzieciom rozwijać się emocjonalnie. Ułatwia nawiązywanie nowych znajomości, zwiększa świadomość swojego ciała i jego możliwości, wzmacnia poczucie własnej wartości i pewność siebie oraz uczy samodyscypliny. Dzieci pływające regularnie, wykazują wyższy poziom funkcji poznawczych. Oznacza to, że są one na ogół bystrzejsze od niepływających.

Tego rodzaju aktywność fizyczna to również efektywna forma rehabilitacji po przebytych kontuzjach i urazach. Pływanie i zajęcia w wodzie zalecane są również jako forma terapii dla osób z niepełnosprawnościami.

Partnerzy wydania:

Bądź na bieżąco - www.dts24.pl

Program Polski Bon Turystyczny, którego zadaniem było wsparcie sektora turystyki poprzez dofinansowanie wypoczynku rodzin z dziećmi, okazał się jednym z najbardziej użytecznych w skali państwa przedsięwzięć ostatnich lat. Integrował polskie rodziny, wspierał edukację turystyczną i ożywił krajowy ruch turystyczny. Stał się także narzędziem podnoszącym jakość oraz odporność sektora i stymulującym długofalowe zmiany. Nie mam wątpliwości, że rozbudzone dzięki Polskiemu Bonowi Turystycznemu zainteresowanie krajową ofertą turystyczną nadal będzie rosło...

Andrzej Gut-Mostowy

Po pierwsze gospodarka turystyka sport W REGIONIE

W ocenie przedsiębiorców i beneficjentów programu, Polski Bon Turystyczny był skutecznym narzędziem motywującym i utrwalającym ideę podróżowania po kraju. Według badań przeprowadzonych na zlecenie Polskiej Organizacji Turystycznej w maju i czerwcu 2023 roku, co najmniej 25% klientów podmiotów turystycznych dzięki bonowi turystycznemu po raz pierwszy skorzystało z rodzinnego wypoczynku, a 46% przedsiębiorców jest przekonanych, że są to klienci, którzy do nich wrócą. Kolejnym ważnym aspektem związanym z programem jest wzrost liczby podmiotów turystycznych wpisanych do ewidencji. Jako narzędzie dostępne wyłącznie dla firm prowadzących legalną działalność, bon zachęcił wielu przedsiębiorców do wyjścia z szarej strefy: w pierwszym roku funkcjonowania średni wzrost liczby zarejestrowanych podmiotów turystycznych wynosił 13%, by już na koniec kolejnego roku wzrosnąć dwukrotnie do 26%. Na koniec roku 2022 oraz na dzień 31.03.2023 r. odnotowano 31-procentowy wzrost rejestracji w stosunku do okresu przed wprowadzeniem programu.

ANDRZEJ GUT-MOSTOWY | Wiceminister Sportu i Turystyki

Autorski program walki ze skutkami Covid-19 umożliwił 6 milionom dzieci pobyt na wakacjach.
Z rządowego wsparcia każde dziecko otrzymało **500 zł**, a dzieci z niepełnosprawnością **1000 zł**.
Dzięki tym działaniom do sektora turystyki trafiło ponad **3.2 miliarda zł**, wzmacniając polską gospodarkę.

BON TURYSTYCZNY

GOSPODARKA

Astro Centrum w Chełmcu

Wieża widokowa w Łącku

Dzięki realizacji BONU TURYSTYCZNEGO – autorskiego projektu wiceministra Andrzeja Guta-Mostowego, do branży turystycznej z Małopolski trafiło przeszło **675 milionów zł** – w tym **390 milionów zł** do powiatów: nowosądeckiego, limanowskiego i gorlickiego.

inwestycje w przyszłość Regionu

TURYSTYKA

Centrum rekreacyjne „Stawy" w Starym Sączu

- TARCZA DLA GMIN GÓRSKICH
210 milionów zł trafiło do samorządów z naszego Regionu, z których powstały m.in.: mosty (Limanowa), wieże widokowe (m.in.:na Skiełku, na Mogielicy), AstroCentrum, Centrum Kultury i Edukacji Muzycznej.

- PROGRAM „POLSKIE UZDROWISKA"
Wsparcie samorządowych inwestycji turystyczno-uzdrowiskowych na kwotę **240 milionów zł**.

- MONUMENTAPP
Wdrożenie wspólnie z MKiDN nowatorskiego narzędzia promocji obiektów UNESCO, pomników historii i zabytków dla turystów podróżujących po Polsce.

ANDRZEJ GUT-MOSTOWY | Wiceminister Sportu i Turystyki | lista PiS miejsce 8

Partnerzy wydania: TRADYCJA Ford Wikar Wyższa Szkoła Biznesu National-Louis University Lideruj

254 miliony zł na inwestycje sportowe w powiatach naszego Regionu (programy MSiT), m.in.: budowa sal gimnastycznych przy SP w Jastrzębiu (**gm. Łukowica**), przy SP w Maszkowicach (**gm. Łącko**) oraz przy SP w Męcinie (**gm. Limanowa**), budowa boiska wielofunkcyjnego w Rdziostowie (**gm. Chełmiec**), modernizacja „Orlików" m.in. w gminach: **Jodłownik, Muszyna, Mszana Dolna, Limanowa, Korzenna**.

SPORT

Międzynarodowy panel dyskusyjny o przyszłości turystyki

Prezydent Andrzej Duda zapoznaje się z sukcesami Bonu Turystycznego na Europejskim Kongresie Sportu i Turystyki

Szanowni mieszkańcy Ziemi Sądeckiej

Nasz region, dla którego turystyka jest tak ważnym elementem życia i gospodarki, będzie dalej się rozwijać tak dynamicznie, dzięki zainicjowanym i przygotowanym ustawom wspierającym zarówno przedsiębiorców jak i wszystkich korzystających z coraz sprawniej funkcjonującej polskiej turystyki.

Chciałbym w dalszym etapie jeszcze ściślej współpracować z Waszymi samorządami, konsultując każdorazowo z wójtami, burmistrzami i starostami z regionu realizację najpilniejszych i ważnych lokalnie zadań z zakresu infrastruktury, turystyki i sportu.

Z wyrazami szacunku

Andrzej Gut-Mostowy

Ścieżka rowerowa w Podegrodziu

Promenada w Rytrze

ANDRZEJ GUT-MOSTOWY | Wiceminister Sportu i Turystyki | lista PiS miejsce 8

MÓJ AUTORSKI PROGRAM

BON TURYSTYCZNY

PiS

Sejm RP

miejsce 8

Andrzej

GUT-MOSTOWY

Wiceminister Sportu i Turystyki

Materiał wyborczy KW Prawo i Sprawiedliwość

Partnerzy wydania:

TRADYCJA Ford Wikar WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL-LOUIS UNIVERSITY Liderzy

Bądź na bieżąco - www.dts24.pl

Szczęśliwa 13, czyli urodziny DTS

FOT. DTS

Przy gigantycznej stercie gazet wypoczywa zrelaksowany szef naszego działu kolportażu Mateusz Węglowski-Król.

Jak może wiadomo, 13 to nasza ulubiona liczba, a 30 września DTS obchodzi 13. urodziny. Nie czas teraz na celebrę i świętowanie jubileuszu, bo – jak mawiał klasyk – roboty jest tyle, że nie ma kiedy taczek załadować. Ale jednak słowo warto wspomnieć... Pewnie ktoś z załogi Wydawnictwa DOBRE dorzuci teraz w myślach (albo nieco głośniej), a kiedyż to był ten dzień, kiedy pracy w redakcji nie było po sufit? Cóż odpowiedzieć? To nie są czasy łatwych sukcesów i dróg na skróty w mediach. To dobra widomość, to fantastycznie! Mówiąc językiem kolarskim, kiedy jedziemy mocno pod górę, najsilniejsi odhaczają słabszych, którzy uważali, że na sztucznym wspomaganiu da się pokonać nieskończenie długi dystans i strome podjazdy. Nic bardziej błędnego. Po prostu pozostań sobą, a Czytelnicy i Reklamodawcy pozwolą, żebyś trwał. Oni są jedynym prawdziwym testem twojej wartości. Bycie sobą, cokolwiek mówią o tobie złośliwi i zazdrośni, musi przynieść owoce. A najsmaczniejsze są wszak te długo dojrzewające. Przez te lata doczekaliśmy nie tylko nowego pokolenia Czytelników, ale również nowego pokolenia bardzo zdolnych dziennikarzy piszących dla gazety i portalu, którzy narzucają dziś rytm naszej pracy.

30 września DTS obchodzi 13. urodziny.

Ogromną satysfakcję daje nam pewność, że prasa drukowana, wbrew licznym przepowiedniom, nie umarła i jeszcze długo z rynku nie zniknie. Na dowód publikujemy zdjęcie dziesiątek tysięcy egzemplarzy DTS, które opuściły drukarnię. Przy gigantycznej stercie gazet wypoczywa zrelaksowany szef naszego działu kolportażu Mateusz Węglowski-Król. Wierzymy, że gazeta jako pewien rodzaj bytu uporządkowanego dostarcza Wam obraz najbliższego świata wyodrębnionego z chaosu i jazgotu internetu oraz mediów społecznościowych. Mówiąc najprościej, DTS dostarcza Wam wiarygodnej i sprawdzonej wiedzy o tym, co dzieje się wokół. Oczywiście jesteśmy również – i nawet przede wszystkim – aktywni w mediach elektronicznych, a ilość Czytelników i Reklamodawców korzystających z portalu dts24 jest dla nas źródłem wielkiej satysfakcji i uśmiechu. Uśmiech również, tym razem politowania, budzą u nas komunikaty innych mediów, które dla poprawienia sobie nastroju muszą nieustannie pompować balonik, że są największe na świecie. Te same media w 2011 r. napisały, że DTS przestał się ukazywać i do dzisiaj nie sprostowały tej informacji, więc dużą część napisanych przez nich zdań zaliczamy do tej samej kategorii rzetelności.

Dziękujemy, że jesteście z nami i że z każdym rokiem jest Was więcej. Bez Was nasza praca nie miałaby sensu. Pierwszy numer DTS ukazał się 30 września 2010 r., a dzisiaj trafia Wasze ręce numer 624. Dobrej lektury!

WYDAWNICTWO DOBRE

dts24

Twoje źródło informacji

Bądź na bieżąco - www.dts24.pl

Partnerzy wydania:

TRADYCJA Wikar WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL-LOUIS UNIVERSITY Liderzy

Szanowni Wyborcy,

jako kandydat do Senatu RP zwracam się do Was z prośbą o chwilę uwagi. W tym krótkim liście chcę Wam opowiedzieć o sobie i - mam nadzieję - tym samym przekonać, że warto na mnie oddać swój głos w nadchodzących wyborach.

Przeczytałem niedawno w Wikipedii hasło poświęcone mojej osobie. Jestem tam przedstawiony jako: polityk, przedsiębiorca, sadownik i hodowca. I wszystkie te określenia są prawdziwe, one mnie trafnie charakteryzują, choć mógłbym się zastanawiać czy zawsze akurat w takiej właśnie kolejności. Od lat na mojej wizytówce, pod nazwiskiem, w miejscu gdzie ludzie zwykle wpisują sprawowane funkcje, stanowiska i tytuły, wpisywałem słowo które najpełniej mnie określa: „Chłop". Bo chłop to kwintesencja tego co robię i co sobą reprezentuję.

Chłop to bardzo pojemne określenie, bo chłop to… polityk, przedsiębiorca, sadownik i hodowca. Chłop musi łączyć – i potrafi to skutecznie robić - wiele cech. Ufam, że głównie tych pozytywnych. Mnie chłop przede wszystkim kojarzy się z miejscem, kiedyś nazywanym ojcowizną, choć dzisiaj pewnie coraz mniej osób rozumie znaczenie tego słowa i wagę takiego określenia w polskiej tradycji. Ale właśnie przywiązanie do miejsca, w którym od lat, a nawet pokoleń żyjemy i pracujemy, to wartość, o której zawsze mówiłem i mówię, pytany o swoje poglądy i pochodzenie. Wierzę zatem, że określenie „chłop" pozytywnie mnie definiuje – możecie być pewni, że Stanisław Pasoń jest niezmienny, wierny miejscu, ludziom, poglądom i swojej pracy.

Praca w moim życiu zajmuje miejsce szczególne. Nie spędziłem minionych lat w garniturze i krawacie dyskutując przy kawie jak podnieść dobrobyt i poprawić poziom życia Polaków. Ludowcy, do których szeregów należę od ponad 40 lat, zawsze na pierwszym miejscu stawiali własną pracę, a na bazie wyniesionych z niej doświadczeń, budowanie najlepszego z możliwych systemów służących wspólnemu dobru. Zawsze mówię o sobie, że jestem praktykiem. Przedsiębiorcą, który od ponad 40 lat pracuje fizycznie. Nie boję się pracy fizycznej, bo kiedy praca staje się twoją pasją, to nigdy nie jest zbyt ciężka i ponad siły. Najważniejsze jednak jest to, że kiedy staję przed ludźmi, kiedy staję przed wyborcami i proszę o ich głos, to oni mogą mieć pewność, że moje pomysły na Polskę nie są efektem teoretycznych rozważań przy zielonym stoliku, ale wynikiem przemyśleń i tego, czego doświadczyłem osobiście. Jestem przedsiębiorcą i problemy przedsiębiorców – szczególnie tych małych i średnich – są mi znane i bliskie. Każdego dnia muszę je rozwiązywać, więc potrafię wskazać obszary wymagające najpilniejszego rozwiązania.

Wspólnie z synami prowadzę firmę rodzinną. To ważne, bo sami jesteśmy odpowiedzialni za nasze miejsca pracy. Poczucie, że twój los i los twojej rodziny zależy wyłącznie od twojego zaangażowania, talentu, pomysłowości i uczciwości, to fundament, na którym budujesz swoją przyszłość. W swojej firmie, w swoim gospodarstwie, w swoim kraju, bo pracujesz dla siebie i dla Polski. Jestem również pracodawcą, dającym pracę innym. Dobrze wiem, czym jest odpowiedzialność za drugiego człowieka oraz jego rodzinę.

Szanowni Państwo, nie tylko z powodu moich siwych włosów mogę powiedzieć, że jestem człowiekiem doświadczonym, m.in. w polityce. Posiadam doświadczenie parlamentarne. Zasiadałem w Sejmie II kadencji, w czasach dynamicznych i burzliwych przemian w naszym kraju, w okresie krzepnięcia polskiej demokracji i wolnego rynku. Byłem świadkiem i uczestnikiem historycznych wydarzeń, które pozwoliły Polsce wejść do grona państw zasobnych i bezpiecznych. To bezcenne doświadczenie w moim politycznym życiorysie i powód do dumy. Od pięciu lat jestem radnym wojewódzkim. Potrafię się sprawnie poruszać w procesie legislacyjnym – uchwało i ustawodawczym. Znam problemy oraz potrzeby kraju i regionu jako praktyk.

Państwo zadecydujecie, kto Was będzie reprezentował w najbliższej kadencji w Senacie RP.

Ja zwracam się do Was z prośbą o głos 15 października słowami mojego hasła:

Może już czas, może już pora, wybrać Pasonia na senatora.

Z POWAŻANIEM STANISŁAW PASOŃ

MATERIAŁ KKW TRZECIA DROGA PSL - PL2050 SZYMONA HOŁOWNI
Stanisław
Pasoń
Swój Chłop,
Twój Senator!
Pakt Senacki
PSL

Partnerzy wydania:
TRADYCJA
Ford Wikar
WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL-LOUIS UNIVERSITY
Lideruj

Pielęgniarz z Nowego Sącza Samarytaninem Roku 2023

FOT. SZPITAL SPECJALISTYCZNY IM. STEFANA ŻEROMSKIEGO W KRAKOWIE

Sądeczanin Jonasz Waśko uratował tonące dziecko.

Jonasz Waśko, sądeczanin, który w maju tego roku uratował dziecko tonące w Wiśle w Krakowie, znalazł się wśród laureatów ogólnopolskiej nagrody „Samarytanin Roku 2023". Uroczysta gala wręczenia Oskarów Miłosierdzia zamykająca plebiscyt odbyła się w kinie Kijów w stolicy Małopolski.

Jonasz Waśko chciał być ratownikiem medycznym, skończył szkołę policealną, potem pielęgniarstwo w Państwowej Wyższej Szkole Zawodowej w Nowym Sączu. Później przeprowadził się do Krakowa i rozpoczął pracę w szpitalu specjalistycznym im. Stefana Żeromskiego SP ZOZ w Krakowie. W zawodzie jest już 14 lat.

To człowiek do zadań specjalnych. Pielęgniarz anestezjologiczny i ratownik w jednej osobie. Zawodowo zajmuje się również szkoleniem innych medyków. Prywatnie szczęśliwy mąż Joanny i ojciec dwójki dzieci – Leona i Róży. W wolnym czasie miłośnik podróży, sportu i fan Formuły 1. Dobry humor i nieszablonowość to cały Jonasz Waśko.

11 maja tego roku wracał z pracy. Jechał wzdłuż Wisły na hulajnodze, spieszył się odebrać córkę ze szkoły. Przy stopniu wodnym Dąbie zauważył, że dwie osoby w wodzie szamocą się. Jonasz Waśko wskoczył do rzeki. Okazało się, że tonącym był chłopiec, którego próbował ratować policjant (już też po służbie).

Jonasz Waśko reanimował chłopca jeszcze w rzece, potem przyjechały straż pożarna i karetka. Pielęgniarz i policjant uratowali chłopca, którego przetransportowano do Uniwersyteckiego Szpitala Dziecięcego w Prokocimiu.

Pod szkołą spotkał się z żoną, która zdziwiona zapytała: Jonasz, jak ty wyglądasz, co się stało. – A wiesz, reanimowałem dziecko, trzeba było pomóc – rzucił zdawkowo. O jego bohaterskim czynie zrobiło się głośno dopiero po tym, gdy straż pożarna wysłała list gratulacyjny do dyrekcji szpitala.

Zresztą nie była to jego pierwsza taka interwencja – kilka lat temu pomógł kobiecie, która na koncercie w Krynicy zaczęła rodzić. Ciężarna melomanka festiwalu im. Jana Kiepury zgłosiła się po pomoc do Jonasza, który dyżurował w karetce. Założył wenflon, porozmawiał, uspokoił, kobieta urodziła w szpitalu.

Wiele lat temu uczestniczył w karambolu (ogromnym, dwadzieścia aut), wracając z wakacji nad morzem razem z rodziną i kolegą – Romanem Gurgulem, ratownikiem medycznym z grupy beskidzkiej GOPR. Przyjaciele – ratownicy jako pierwsi udzielali pomocy poszkodowanym.

Janusz Waśko znalazł się w gronie medyków godnych uznania ogólnopolskiego plebiscytu „Miłosierny Samarytanin Roku 2023". Do plebiscytu zgłoszono około 80 kandydatów. Kapituła, w której skład wchodzą m.in. prof. Janusz Skalski, znany polski kardiochirurg oraz lekarze i wolontariusze, przyznała sześć wyróżnień i osiem statuetek.

O. Stanisław Wysocki, pomysłodawca plebiscytu i założyciel stowarzyszenia św. Eliasza mówi:

– Czasami otaczająca rzeczywistość przeraża. Śmiem twierdzić, że nie tylko mnie. Tym bardziej cenię sobie ten plebiscyt. Gdy podczas gali spotyka się tylu ludzi niosących w świat dobro, pomoc, nadzieję, jakbym budził się ze złego snu. Bo świat jest pełny dobrych ludzi. Po to co roku organizujemy i szukamy miłosiernych w Polsce i przypominamy że „Miłosiernym Samarytaninem jest każdy człowiek, który zatrzymuje się przy cierpieniu drugiego człowieka, jakiejkolwiek by ono było natury". Jest to cytat z dokumentu „O zbawczym cierpieniu" św. Jana Pawła II.

(AG)

REKLAMA

Nowy Sącz
Miasto Królewskie

Ukąsił Cię kleszcz?

masz objawy i od ukąszenia minęło co najmniej 6 tygodni?

PROFILAKTYKA
BORELIOZY

Ludomir Handzel Prezydent Miasta Nowego Sącza zaprasza do udziału w programie:

Program obejmuje:
- bezpłatne badania laboratoryjne – test met. ELISA IgG i IgM
- wypełnienie ankiety
- udzielenie informacji nt. dalszych wskazań w przypadku uzyskania wyników dodatnich

Program adresowany jest do mieszkańców Nowego Sącza, którzy:
- zostali ukąszeni przez kleszcza
- mieli objawy wskazujące na możliwość ukąszenia
- mają ukończone 18 lat, są osobami pracującymi (aktywne zawodowo)

Zapisy od 11.09.2023 r. (do wyczerpania miejsc) od poniedziałku do piątku od godz. 12:00 do 15:00
- osobista: NZOZ Diagmed ul. Lwowska 20, Nowy Sącz
- telefoniczna pod nr tel. 661 999 311 lub 18 443 78 94

Identyfikacja pacjentów odbywać się będzie na podstawie **Karty Nowosądeczanina** lub innego dokumentu ze zdjęciem potwierdzającego zamieszkanie na terenie Nowego Sącza.

Ludomir Handzel
PREZYDENT MIASTA NOWEGO SĄCZA

PSL Trzecia Droga

Kandydat na Posła

Nr 1

na liście 2

MATERIAŁ KW TRZECIA DROGA PSL PL2050 SZYMONA HOŁOWNI

Urszula Nowogórska

Partnerzy wydania:

TRADYCJA Wikar WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL-LOUIS UNIVERSITY Liderуj

Bądź na bieżąco - www.dts24.pl

Pokazali, że każdy może być filmowcem

Rozmawia Gabriela Wolińska

„Niezwykła historia" to opowieść o wyjątkowym obrazie i o nieprzeciętnych ludziach, którzy stworzyli film. Pokazali oni, że filmowcem naprawdę może zostać każdy bez względu na to, z jakimi utrudnieniami boryka się na co dzień. Rozmowa z JANEM RESZKIEWICZEM, kierownikiem Warsztatów Terapii Zajęciowej przy Fundacji MADA.

– O czym opowiada fabuła filmu „Niezwykła historia"?

– Film dotyczy historii obrazu „Przemienienia Pańskiego". Stała się ona inspiracją do wykonania tego materiału przez nasz WTZ MADA. Wiemy, że co roku w sierpniu obchodzimy uroczystości odpustowe w bazylice św. Małgorzaty, które skupione są wokół obrazu Oblicza Chrystusa. Jest to dla Sądecczyzny znaczące wydarzenie, dlatego też tworząc film w ubiegłym roku z okazji 730-lecia lokacji Nowego Sącza, nadmieniliśmy w nim o tej historii. Ten film animacyjny w całości skupia się na dziejach obrazu. Jego historia sięga około XIV wieku. Zdarzenia, które są z nim związane, przedstawiliśmy właśnie w „Niezwykłej historii". Sam obraz wykonany jest techniką tempery na desce lipowej, a to z kolei stanowi ciekawą inspirację, ponieważ ta konwergencja to przykład łączenia sztuki średniowiecznej z nowoczesną.

– Skąd narodził się pomysł na stworzenie, chyba już można tak to nazwać, cyklu filmów animowanych dotyczących historii związanych z Nowym Sączem?

– Myślę, że wyszło to spontanicznie, ale i naturalnie. Jesteśmy mieszkańcami Nowego Sącza i jego okolic, a poza tym równie mocno związani jesteśmy poprzez Warsztaty Terapii Zajęciowej. Razem tworzymy wręcz sądecką rodzinę – warsztaty zostały utworzone w Nowym Sączu przy Fundacji Pomocy Osobom z Autyzmem MADA i znajdują się w tym mieście. Ustaliliśmy więc, że najpierw będziemy tworzyć o historii tego miasta, aby pokazać, że tutaj jesteśmy, tutaj pracujemy i wnosimy coś pożytecznego do kultury Nowego Sącza. Zaznaczamy, że współtworzymy to życie i uczestniczymy w nim bardzo czynnie, reprezentując miasto na zewnątrz m.in. poprzez tworzenie filmów o Nowym Sączu. Wtedy akurat przypadała rocznica 730-lecia lokacji miasta. Pomyśleliśmy, że jest to idealny moment na to, aby stworzyć o tej miejscowości film. Zatem całkiem naturalnie potoczyło się to dalej i zaczęły powstawać odcinki o wyjątkowych, znaczących miejscach i historiach związanych z Nowym Sączem, które już wcześniej ujęte zostały w pierwszym filmie z okazji rocznicy lokacji miasta.

– Ile zajęła cała produkcja filmu?

– Nad „Niezwykłą historią" pracowaliśmy intensywne dwa miesiące. Potem nastąpiła przerwa w produkcji, ponieważ zajęliśmy się jubileuszowym filmem z okazji rocznicy lokacji Nowego Sącza. Do tego materiału powróciliśmy dlatego, że we wcześniejszym filmie była wzmianka o wyjątkowej historii obrazu Przemienienia Pańskiego. Tym sposobem życie uczy nas i pokazuje, że jesteśmy czynnymi obserwatorami, bo też warsztaty odbywają się codziennie tutaj w Nowym Sączu, który zaskakuje nas wieloma rzeczami.

ZDJĘCIA: MACIEJ SZABLA

Film powstał w ramach projektu „Każdy może zostać filmowcem" przy wsparciu profesjonalistów ze studia EGoFILM z Warszawy.

Dlatego wiem, że filmów o tym mieście, w oparciu o jubileuszową produkcję, powstanie więcej.

– Jak wyglądał sam proces tworzenia tego materiału, od czego zaczynaliście?

– Film powstał w ramach projektu „Każdy może zostać filmowcem" przy wsparciu profesjonalistów ze studia EGoFILM z Warszawy. Studia tego obrazu to jest kolejna animacja naszego WTZ. Jednak jest ona bardziej złożona technicznie w porównaniu do poprzedniego filmu animacyjnego. Tym razem połączyliśmy bazy rysunkowe z figurami z masy plastycznej – co dokłada pracy. Wymagania podczas tworzenia, takie jak zrobienie rysunków, kolaży czy figur postaci ludzi i zwierząt, zjednoczyły siły uczestników – instruktorów, terapeutów ze wszystkich naszych sześciu pracowni. Dzięki takiej mobilizacji mogliśmy osiągnąć docelowy efekt, jakim było ożywienie obrazu poprzez metodę poklatkową jaka jest stosowana w animacji.

– Co stanowiło najtrudniejszą część podczas tworzenia materiału?

– Nie było w tym procesie wyjątkowej trudności, a raczej wielka radość z poznawania tajników tworzenia filmu animowanego. Przez to wszyscy uczestnicy chętnie podejmowali wszelkie wyzwania. Ta ciekawość i to odkrywanie kolei tworzenia takiego filmu tak bardzo nas absorbowało, że nie zauważaliśmy zmęczenia czy upływu czasu, który niejako rekompensował nam te wszystkie trudy, jakich musieliśmy się podjąć.

– Fundacja MADA pomaga osobom z autyzmem. Jak zaangażowanie tych osób w projekt na nie wpłynęło?

– Myślę, że bardzo pozytywnie. Samo pokazanie, że uczestnicy warsztatów, pod odpowiednim kierunkiem, potrafią zrobić coś takiego, pokazuje, że naprawdę każdy może zostać filmowcem, jak głosi idea przewodnia projektu. Nie ma rzeczy niemożliwych, trzeba tylko chcieć, zdyscyplinować się i zachować wytrwałość. Wtedy można naprawdę do czegoś dojść. Każdy z uczestników może coś osiągnąć, bo każdy z nich ma specyficzny talent jak każdy z nas. Trzeba tylko potrafić go wydobyć i stanąć na wysokości zadania, a przy tym wykrzesać z siebie wytrwałość oraz pracowitość jak i świadomość, że trzeba coś dać od siebie. Potem to wszystko daje niesamowitą satysfakcję.

– Projekt, jak rozumiem, był pewną formą warsztatu. Jakie jeszcze inne możliwości mają uczestnicy Warsztatów Terapii Zajęciowej?

– Nasze warsztaty posiadają na ten moment sześć pracowni. W każdej pracowni jest po pięciu uczestników. Są to pracownie: plastyczna, techniczna, krawiecka, gospodarstwa domowego, ogrodnicza oraz komputerowa. Pracownia gospodarstwa domowego musi zaistnieć w przypadku tworzenia warsztatów, ponieważ stanowi podstawową formę uczenia się samodzielności oraz samowystarczalności, która jest niezbędna. Podczas prac nad filmem największą aktywność wykazać musiała pracownia komputerowa, gdyż materiał powstawał z wykorzystaniem cyfrowej techniki. W ramach naszych warsztatów znajduje się również pracownia krawiecka, która współtworzyła z pracownią techniczną postacie. Pracownie plastyczna i ogrodnicza, które są bardzo lubiane wśród uczestników, wykonały instalację drugiego planu filmowego z rekwizytami. Jak zaznaczałem, w sumie posiadamy sześć pracowni, a w nich trzydziestu uczestników.

– Wymagania podczas tworzenia, takie jak zrobienie rysunków, kolaży czy figur postaci ludzi i zwierząt, zjednoczyły siły uczestników – instruktorów, terapeutów ze wszystkich naszych sześciu pracowni – opowiada Jan Reszkiewicz.

Partnerzy wydania:

TRADYCJA FABRYKA OKIEN · Ford Wikar · WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL-LOUIS UNIVERSITY · Liderzy

Partnerzy wydania:
TRADYCJA Ford Wikar WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL-LOUIS UNIVERSITY Liderzy

Bądź na bieżąco - www.dts24.pl

Koalicja Obywatelska

Piotr Lachowicz

pozycja 2 lista 6

15 października
proszę o Twój głos!

Piotr Lachowicz

Materiał KKW Koalicja Obywatelska PO .N IPL Zieloni

Zdrowie psychiczne stało się kluczowym tematem w dzisiejszych czasach. Pandemia, izolacja społeczna i lęk związany z chorobą zwróciły uwagę na jego znaczenie. Niemniej jednak, moim zdaniem wciąż mało wiemy na temat zdrowia psychicznego wśród dzieci i młodzieży.

Pandemia to tylko jedna z przyczyn kryzysu psychicznego. Pogorszenie zdrowia psychicznego ma również głębsze źródła, często tkwiące w wydarzeniach z dzieciństwa lub nawet życia prenatalnego. Trauma, utrata bliskiej osoby, wykluczenie społeczne czy trudności w nauce mogą prowadzić do kryzysów psychologicznych. Dodatkowo, badania naukowe dowiodły, że dziedziczymy pozagenową pamięć o lęku, co może prowadzić do zaburzeń lękowo-depresyjnych. O tym więcej będzie można usłyszeć podczas konferencji.

Konferencja pt. „Młodzież w kryzysie psychologicznym – przyczyny i profilaktyka" odbędzie się w dniu 20 listopada 2023 r. i będzie miała miejsce w głównej auli Wyższej Szkoły Biznesu – National Louis University w Nowym Sączu. Jej celem jest zwiększenie świadomości dotyczącej problemów dzieci i młodzieży oraz omówienie działań profilaktycznych. Podczas konferencji poruszone zostaną kwestie kryzysów wielopokoleniowych, dziedziczenia stresu pourazowego i problemów dotyczących depresji wśród dzieci i młodzieży. Poszerzymy wiedzę na temat znaczenia budowania zdrowych, bliskich relacji jako kluczowego elementu profilaktyki zdrowia psychicznego. Podczas konferencji przedstawimy konkretne strategie i narzędzia, które pomogą w rozpoznawaniu i radzeniu sobie z kryzysami u dzieci i młodzieży. Przedstawimy także programy profilaktyczne, które nie tylko zapobiegają uzależnieniom, ale również wspierają rozwijanie pasji i umiejętności, co jest istotne dla uzyskania dobrostanu psychicznego.

Tegoroczna konferencja wiąże się z jubileuszem, będzie to 25-lecie istnienia „Szkoły dla Rodziców i Wychowawców" oraz rozwoju OSTOI w Nowym Sączu.

„Ostoja" powstała z myślą o wspieraniu rodziców w trudnościach związanych z procesem wychowania dzieci. Naszym pierwszym krokiem było uruchomienie „Szkoły dla Rodziców i Wychowawców" i przez 25 lat przekazaliśmy swoją wiedzę i umiejętności ponad 5000 rodzicom oraz około 3000 nauczycielom, psychologom i pedagogom. Ponadto rozszerzyliśmy naszą ofertę o pomoc psychologiczną, diagnozę psychologiczno-pedagogiczną, terapię rodzinną oraz mediacje. Poza tym OSTOJA wniosła do szkół innowację polegającą na kompleksowej pomocy psychologiczno-wychowawczo-profilaktycznej skierowanej zarówno do uczniów, nauczycieli, jak i rodziców. Idea wychowania dialogowego połączona z profilaktyką zintegrowaną to dwa obszary uzupełniające się w szkołach, które od lat systemowo wdrażamy i które owocują poprawą relacji międzyludzkich oraz przyjaznym klimatem szkoły. Wśród znanych, rekomendowanych programów profilaktycznych realizowanych przez OSTOJĘ, należy wymienić (oprócz „Szkoły dla Rodziców i Wychowawców") programy: Golden Five, Archipelag Skarbów (obecnie Gwiazda Mocy), Ars, Debata, Cukierki, Magiczne kryształy, Odczuwaj, ufaj,mów oraz autorskie programy: trening umiejętności społecznych – „Porozmawiajmy ze sobą"; Mediacje Rówieśnicze - droga do pojednania; Edukacja emocjonalna: „Empatyczna klasa", itp.

Zapisy na konferencję są już dostępne na naszej stronie internetowej www.ostoja.szkola.pl. Należy jeszcze podkreślić fakt, że dzięki wsparciu finansowemu Miasta Nowego Sącza oraz dzięki darczyńcom i wolontariuszom udział w konferencji jest bezpłatny. Ponadto, dla pierwszych 60 mieszkańców Nowego Sącza przewidziane są bezpłatne pakiety materiałów konferencyjnych. Zachęcamy do udziału wszystkich chętnych, zwłaszcza rodziców, nauczycieli i specjalistów z dziedziny wychowania, profilaktyki i psychologii.

HALINA CZERWIŃSKA – PSYCHOLOG, PEDAGOG, PREZES FUNDACJI OSTOJA

Nowy Sącz
Miasto Królewskie

100 LECIE 1922 2022

MIEJSKI OŚRODEK KULTURY
TEATR ROBOTNICZY im. BOLESŁAWA BARBACKIEGO w NOWYM SĄCZU

Patronat Honorowy: Prezydent Miasta Nowego Sącza **Ludomir Handzel**

MOK MIEJSKI OŚRODEK KULTURY W NOWYM SĄCZU

„Wy, którzy mnie skazujecie,
bardziej być może boicie się tego wyroku niż ja”.
Giordano Bruno

Stulecie teatru to temat, który prosi się o wzniosłe słowa przyprawione odpowiednią dawką patosu. Problem w tym, że nie znoszę patosu i wzniosłości, wolę chwilę spokojnej zadumy i dystans – do siebie, do innych, do wydarzeń i opinii.

zdjęcie: Piotr Droździk

„Makbet” Teatr Robotniczy im. Bolesława Barbackiego w Nowym Sączu, 2022 r., reżyseria Mateusz Trembaczowski
od lewej: Lady McDuff: Ewelina Życzkowska · Wiedźma: Helena Sikorska · Makbet: Kacper Mroczkowski · Wiedźma: Aleksandra Pogwizd

Dystans rozumiany dosłownie, jako odległość, pozwala zobaczyć daleki horyzont, gdzie zacierają się barwy i szczegóły, widać już tylko zarysy obiektów. Sto lat trwania w czasie Teatru Robotniczego to dystans historyczny, na tyle duży, że na starych zdjęciach zacierają się twarze i postaci, a zawodna ludzka pamięć skutecznie ruguje fakty i studzi emocje. Patrząc na wyblakłe plakaty sprzed lat nie dowiemy się już czym żyli, cieszyli się, ekscytowali i martwili Ci, których nazwiska na nich pozostały. Nie wszystko jednak poddaje się tak samo niszczycielskiej sile niepamięci, bo jak doskonale wiemy z historii, bywa ona bardzo wybiórcza. Rzeczy wygodne chętnie zachowujemy, a te niepokojące, psujące nasze dobre samopoczucie i komfort bezpiecznego trwania przy swoich poglądach – wypieramy, licząc po trosze, że historia właśnie nas, opiniotwórczych, mądrych, zacnych we własnym mniemaniu, łaskawie wspomni, z wdzięcznością i szacunkiem umieści na swoich kartach, gdzie wygodnie zalegniemy na kolejne wieki. Jest jednak coś co powoduje, że budzi się w nas sprzeciw wobec tak rozumianej historii i zmusza do myślenia – NUDA.

Wikipedia podaje precyzyjną definicję nudy: negatywny stan emocjonalny, polegający na uczuciu wewnętrznej pustki spowodowany jednostajnością, brakiem zmiany otoczenia, brakiem bodźców, a czasami chorobą, to stan obojętności i braku zainteresowania. Może doprowadzić do innych stanów emocjonalnych, jak np. agresji. Bez mała trzy lata temu miałam wrażenie, że właśnie ten stan dopadł nasz Teatr Robotniczy im. Bolesława Barbackiego w Nowym Sączu. Wewnętrznie podzielony, zobojętniały na nowe idee,

zdjęcie: Piotr Droździk

„Pomoc Domowa” Teatr Robotniczy im. Bolesława Barbackiego w Nowym Sączu, 2022 r., reżyseria Małgorzata Przędzak
Barbara Klimczak · Paweł Cabała

bez pomysłu na organizację obchodów stulecia, zaplątany w kryzys tożsamości, wreszcie agresywny, jak inkwizycja podkładająca ogień pod stos z ostatnimi heretykami w Miejskim Ośrodku Kultury, którzy uparcie ośmielali się twierdzić, że miejsce Teatru Robotniczego jest właśnie tam, i nigdzie indziej. Szczęśliwie ta próba rozpętania społecznej inkwizycji rozbiła się o niewzruszoną, pewną swej zarozumiałej racji postawę jednego… ignoranta? aroganta? Na pewno wolnego ducha, człowieka mającego czelność myśleć samodzielnie. Choć zdania na temat Benedykta Juliusza Polańskiego, dyrektora MOK – bo o nim oczywiście mowa – są podzielone pomiędzy tych co wierzą, że zesłała go Opatrzność, a innych, przekonanych, że diabli go nadali, ja zaryzykuję porównanie do niepokornego mnicha z XVI wieku Giordano Bruno. 423 lata temu biuletyn Avvisi di Roma pisał o nim: *Był to niezwykle uparty heretyk, który według swojej fantazji układał różne twierdzenia przeciwne naszej wierze (…)* Zbrodzień ten w swej zawziętości pragnął dla tych swych twierdzeń umrzeć. Wiem, że postać niepokornego Giordano, spalonego na stosie za niezależność skąd inąd słusznych i naukowo udowodnionych później poglądów, jest szczególnie bliska Benedyktowi Polańskiemu.

Nie wiem jak skończy się współcześnie ta historia, czy ktoś musi spłonąć w symbolicznym ogniu krytyki na stosie usypanym przez przeciwników idei trwałego umocowania Teatru Robotniczego przy miejskiej, nowosądeckiej instytucji kultury jaką jest MOK? Jedno jest pewne – nazwiska kata oraz inkwizytorów haniebnego procesu Anno Domini 1600 nie przeszły do historii…

Spójrzmy teraz przez teraźniejszość w przyszłość. W Teatrze Robotniczym dziś na pewno nie jest nudno, wręcz przeciwnie, to co się tam dzieje można opisać antonimami słów z wcześniej zacytowanej definicji: nuda – frajda, jednostajność – urozmaicenie, obojętność – zaangażowanie, brak – obfitość, agresja – równowaga. Dziś taki jest dla mnie Teatr Robotniczy, od 1953 roku mający swoją siedzibę w Miejskim Ośrodku Kultury w Nowy Sączu: odrodzony, wzbogacony, z optymizmem i pewnością patrzący w dalekie horyzonty przyszłości. Inkwizycja już mu nie zagrozi, zwłaszcza, że obecnemu dyrektorowi nie sposób założyć stalowy knebel na jego niewyparzony często język. I wreszcie – Bruno spłonął na stosie samotnie, za Benedyktem idzie coraz większa grupa jemu podobnych zapaleńców.

Magdalena Majka
Zastępca Prezydenta Miasta Nowego Sącza

tekst z albumu: „Przed i za kurtyną. Aktorzy życia codziennego”, 2023 r.

Aktorzy o sobie

EWELINA ŻYCZKOWSKA

Rocznik 1974, mąż Rafał Życzkowski, synowie Piotr i Łukasz. Ukończyłam Wydział Prawa na Uniwersytecie Jagiellońskim w Krakowie, pracuję w Sądzie Rejonowym w Nowym Sączu.
Jestem rodowitą Sądeczanką, zakochaną w naszym mieście. Zawsze też szczególną sympatią darzyłam Teatr Robotniczy w Nowym Sączu, tak mocno związany z historią miasta. W latach 30-tych XX w. występowały w nim moja babcia Janina Dudek (po mężu Jękot) i jej siostra Maria Dudek. Dlatego zawsze pragnęłam zostać aktorką sądeckiego teatru.

KACPER MROCZKOWSKI

Moje życie to ciągłe poszukiwania – najpierw filozoficzne, potem duchowe. Gdy zorientowałem się, że wola innych ludzi nie jest mi wroga, a przeciwnie – pomocna, stałem się bardziej otwarty na propozycje i sugestie. W ten sposób niespodziewanie trafiłem do Miejskiego Ośrodka Kultury w Nowym Sączu. Tu rola Makbeta oraz współpraca z Mateuszem Trembaczowskim i całą naszą grupą okazały się wielką przygodą, ogarniającą wszystkie niemal obszary moich wcześniejszych działań i poszukiwań.

BARBARA KLIMCZAK

Swoją przygodę z Teatrem Robotniczym rozpoczęłam w roku 1989, debiutując w spektaklu „Szczęśliwe wydarzenie”. W tym 34-letnim okresie miałam przyjemność zagrać w wielu spektaklach TR. W moim słowniku takie pojęcie jak nuda nie występuje. Ponieważ staram się żyć pełnią życia i uwielbiam podróże, to w wolnych chwilach pilotuję wycieczki na terenie Polski, a czasem nawet za granicą. Jestem w stanie spędzić całą noc czytając książkę – nadal to robię! To moja ukochana forma rozrywki, relaksu, resetu. Jestem szczęśliwą, spełnioną kobietą i mamą trójki wspaniałych dzieci.

PAWEŁ CABAŁA

Pozytywnie zakręcony. Cieszę się z każdej chwili w życiu, bo dana ona jest tylko raz. Kocham przyrodę, ludzi, siebie. Idę do przodu, spełniam marzenia. Jednym z nich jest gra w teatrze.
Na co dzień nauczyciel, poza tym, prócz byciem tatą, zajmuję się fotografią i pisaniem piosenek dla dorosłych i dla dzieci.

Repertuar teatru: **www.teatrrobotniczy.pl**

Ludomir Handzel
PREZYDENT MIASTA NOWEGO SĄCZA

Partnerzy wydania:
TRADYCJA · Ford Wikar · Wyższa Szkoła Biznesu National-Louis University · Liderzy

Bądź na bieżąco - www.dts24.pl

Społeczność przyjazna demencji

Za 30 lat w Polsce na Alzheimera będzie chorowało dwa miliony ludzi. Każdy z nas jest potencjalnym opiekunem, a także potencjalnym chorym – przekonuje Marlena Mayer, edukatorka zajmująca się demencją. Z myślą o tym Fundacja „Tu i Teraz. Oswajamy Alzheimera" działająca w powiecie nowosądeckim już teraz realizuje projekty, których celem jest oswajanie z demencją poprzez edukowanie i tworzenie wydarzeń kulturalnych integrujących opiekunów, osoby z demencją i lokalną społeczność.

FOT. ARCH. FUNDACJI „TU I TERAZ. OSWAJAMY ALZHEIMERA"

Na dobry początek opiekunowie wzięli udział w hortiterapii pod okiem doświadczonej florystki Zofii Gołdyn – skarbnicy wiedzy o kwiatach i ziołach. Uczestnicy tego wydarzenia sadzili rośliny wokół studni, którą nazwano źródłem pamięci.

Podczas tych spotkań opiekunowie zdobędą potrzebną wiedzę, by lepiej opiekować się bliskimi, ale też zadbać o siebie. To jednak nie wszystko. Dzięki temu, że jest to cykl, budujemy wokół nich krąg wsparcia osób, które mają podobne doświadczenie

Co to jest społeczność przyjazna demencji?

„A Dementia Friendly Community" to projekt realizowany przez brytyjską organizację charytatywną Alzheimer's Society, a jego nazwa określa miasto, miasteczko lub wioskę, w której osoby cierpiące na demencję oraz ich opiekunowie są rozumiani, szanowani i wspierani.

Każda chętna osoba może uczynić swoją społeczność przyjazną demencji poprzez założenie nowej grupy lub dołączenie do istniejącej. W ramach projektu do tej pory realizowano takie inicjatywy jak: ogród sensoryczny dla osób z demencją, zajęcia międzypokoleniowe, opieka wytchnieniowa dla opiekunów, działalność kawiarni Dementia Café przyjaznej demencji.

Fundacja „Tu i Teraz. Oswajamy Alzheimera" poszła tym tropem i przygotowała wydarzenia kulturalne oraz inne inicjatywy, których celem jest zapewnienie wytchnienia opiekunom, aktywizowanie osób z demencją, oswajanie lokalnej społeczności z chorobami otępiennymi oraz edukowanie opiekunów w zakresie złożoności choroby.

Źródło pomysłów na nowe inicjatywy wspierające osoby z demencją

Już w sierpniu Fundacja „Tu i Teraz. Oswajamy Alzheimera" ruszyła z projektem pt. „Źródło pamięci – tworzymy społeczność przyjazną demencji", w ramach którego zaplanowano trzy wydarzenia. Na dobry początek opiekunowie wzięli udział w hortiterapii pod okiem doświadczonej florystki Zofii Gołdyn – skarbnicy wiedzy o kwiatach i ziołach. Uczestnicy tego wydarzenia sadzili rośliny wokół studni, którą nazwano źródłem pamięci.

– Mamy nadzieję, że ta studnia będzie dla nas symbolicznym, niewyczerpanym źródłem pomysłów na nowe inicjatywy wspierające osoby z demencją i ich opiekunów – zapowiedziała Ewa Klag, prezes zarządu fundacji. – Od tej pory będziemy organizować tutaj wydarzenia plenerowe, a w przyszłości planujemy stworzyć ogród sensoryczny i Dzienny Dom Pomocy.

Kolejnym wydarzeniem była arteterapia dla osób z demencją, którą poprowadziła Aleksandra Anzel z sądeckiej Fundacji „Dwie Sztuki". To artystka i edukatorka z doświadczeniem w pracy z osobami niepełnosprawnymi.

– Prace, które powstały w ramach arteterapii, pokażemy na wernisażu, na który zapraszamy lokalną społeczność oraz opiekunów już 29 września o godz. 17. do siedziby wielogłowskiej Fundacji Andrasz – wyjaśnia Małgorzata Bieniek, pomysłodawczyni projektu. – Podczas tego wydarzenia psycholożka Małgorzata Krupa przybliży specyfikę demencji. Opowie też o tym, w jaki sposób lokalna społeczność może wspierać opiekunów z sąsiedztwa i dlaczego jest to tak ważne. Jak to bywa na wernisażach, nie zabraknie kawy i słodkości.

Projekt „Źródło pamięci – tworzymy społeczność przyjazną demencji" dofinansowano ze środków programu „Działaj Lokalnie" Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności realizowanego przez Akademię Rozwoju Filantropii w Polsce oraz Ośrodek Działaj Lokalnie w Wielogłowach.

Cykliczne spotkania dla opiekunów i Sądecki Dzień Mózgu w nowej formule

We wrześniu Fundacja „Tu i Teraz. Oswajamy Alzheimera" ruszyła z realizacją kilku projektów finansowanych w ramach Programu Aktywni Obywatele – Fundusz Regionalny. Te inicjatywy również wpisują się w budowanie społeczności przyjaznej demencji. Po pierwsze jest to cykl sześciu eksperckich wykładów pt. „Opiekunie nie jesteś sam", które będą realizowane od września 2023 roku do lutego 2024 roku.

– Podczas tych spotkań opiekunowie zdobędą potrzebną wiedzę, by lepiej opiekować się bliskimi, ale też zadbać o siebie. To jednak nie wszystko. Dzięki temu, że jest to cykl, budujemy wokół nich krąg wsparcia osób, które mają podobne doświadczenie. Ten krąg wsparcia zostanie na dłużej, nie tylko na czas realizacji projektu – wyjaśnia Ewa Klag, prezes zarządu fundacji.

Po drugie w ramach otrzymanego mikrograntu fundacja włączy chorych i ich opiekunów w projekt napisania rekomendacji dotyczących organizacji wydarzeń kulturalnych z udziałem osób z demencją. Zasadność opracowanych wytycznych zostanie zweryfikowana poprzez organizację w marcu 2024 roku pilotażowego „Sądeckiego Dnia Mózg" w nowej formule. W ramach tego wydarzenia odbędą się m.in.: muzykoterapia, arteterapia oraz wykład eksperta ogólnopolskiego na temat profilaktyki chorób otępiennych.

– Chcemy przekonać zarówno lokalną społeczność, jak i instytucje kulturalne, że można organizować wydarzenia włączające osoby z demencją. Na „Sądecki Dzień Mózgu" zaprosimy całą społeczność, by obniżyć poziom uprzedzeń i lęków. Marzymy o tym, by inicjatywa ta wpisała się na stałe w kalendarz sądeckich wydarzeń i była organizowana corocznie we współpracy z lokalnymi instytucjami – wyjaśnia Małgorzata Bieniek, pomysłodawczyni.

Projekt finansowany jest przez Islandię, Liechtenstein i Norwegię z Funduszy EOG i Funduszy Norweskich w ramach Programu Aktywni Obywatele – Fundusz Regionalny.

Z demencją po sąsiedzku, czyli jak wspierać opiekunów i chorych w swoim otoczeniu

Autorzy książki „Jak ocalić miłość, gdy bledną wspomnienia" podkreślają, że opieka nad osobą z demencja to sport zespołowy. Dlatego nawet najmniejsze wsparcie sąsiedzkie, czy to dla osoby z demencją, czy jej opiekuna jest na wagę złota. Eksperci sugerują, by oferować konkretną pomoc i nawet „delikatnie nalegać".

Oto kilka przykładów tego typu sąsiedzkiego wsparcia: Po południu wybieram się na zakupy spożywcze. Co mógłbym Ci kupić?; W czwartek rano mam wolne. Może zabiorę Jana na spacer?; Dziś gotuję zupę pomidorową. Czy mogę Ci ją podrzucić około godziny 14.?

I na koniec warto pamiętać, że każdy sąsiad, niezależnie od talentów i predyspozycji, może wnieść coś ważnego do opieki nad osobą z demencją.

„Podobnie jak to bywa w sportach zespołowych, nie każdy w grupie wsparcia partnera-opiekuna może albo powinien odgrywać tę samą rolę. Niektórzy czują się nieswojo w obecności osób z Alzheimerem, inni mają prawdziwy dar pracy z nimi. Niektórzy mogą zaoferować czas i energię, ale brakuje im pieniędzy, inni odwrotnie. Pewnym osobom łatwo przychodzi dodawanie innym otuchy, inni z natury rwą się do czynu, zawsze coś robią w kuchni, ogródku albo przy samochodzie czy komputerze. Recz w tym, że chociaż ludzie bardzo się różnią co do talentów i sytuacji materialnej, prawie wszyscy potrafią coś wnieść do drużyny wsparcia partnera-opiekuna".

(MB)

Fundacja „Tu i Teraz. Oswajamy Alzheimera" została powołana po to, aby:
- oswoić z demencją osoby po diagnozie, ich opiekunów rodzinnych i profesjonalnych oraz osoby będące w grupie ryzyka poprzez kompleksowe wsparcie,
- oswoić z demencją lokalną społeczność. Od ich otwartości i wiedzy na temat demencji zależy komfort życia chorych i ich opiekunów,
- uświadomić ludziom, jak żyć z demencją.

Partnerzy wydania:
TRADYCJA FABRYKA OKIEN
Ford Wikar
WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL-LOUIS UNIVERSITY
Liderzy

REKLAMA

ERBET®
Generalny Wykonawca Inwestycji
Zdobywca Nagrody PZITB
BUDOWA ROKU 2022
ERBET jako Generalny Wykonawca Inwestycji otrzymał statuetkę ogólnopolskiego konkursu „Budowa Roku 2022" (nagroda I stopnia), organizowanego przez Polski Związek Inżynierów i Techników Budownictwa, za budowę kolei gondolowej wraz ze stacją dolną „PLASZA" oraz górną „JAWOR", budynkami towarzyszącymi i infrastrukturą techniczną w Solinie
www.erbet.pl

Partnerzy wydania:
TRADYCJA Ford Wikar Wyższa Szkoła Biznesu National-Louis University Lideruj

Bądź na bieżąco - www.dts24.pl

Burmistrz Muszyny dr Jan Golba zaprasza na

Uroczyste Otwarcie Zamczyska na Górze Baszta,

któremu towarzyszyć będzie

XVI Jarmark Muszyński

Rynek w Muszynie

Godz. 11.00 Powitanie z Kapelą Regionalną Muszyniacy
Godz. 11.30 Grupa Sokolnicza - część edukacyjna - Grupa Sarmata
Godz. 12.00 Transmisja Uroczystości Otwarcia Zamku na Baszcie
Godz. 13.00 Koncert Zespołu **DIKANDA**
Godz. 14.30 Pokazy szermierki/Turniej „Pokonaj Mistrza"
/Pokaz mody dawnej/Pokaz musztry muszkieterów - Grupa Sarmata
Godz. 16.00 Koncert Zespołu **SOKÓŁ ORCHESTRA**

Ponadto:

- Prezentacja rękodzieła artystycznego
- Konkursy dla widzów
- Stoiska Regionalnych Przysmaków
- Wybijanie muszyńskich dukatów
- Prelekcje sokolnicze
- Pokazy i nauka dawnego rzemiosła
- Zwiedzanie Zabytkowych Piwnic pod Ratuszem

Zamek na Baszcie

Godz. 12.00 Hejnał Muszyński na Powitanie
- Uroczyste Otwarcie Zamku
- Musicalowy Akcent Muszyński –

Zaśpiewają: „Muzyczne Gwiazdki" – MGOK Muszyna
Izabela Bajorek, Klaudia Cecko, Patrycja Wiatr,
Gościnnie **Tomasz Jarosz** – Musicalowy Zakochany Zbójnik
Gościnnie Rodzice z Grupy Teatralnej Rodzice Dzieciom
Godz. 13.00 Z historią przez wieki ... - Prezentacje Rycerskie
Godz. 13.30 Koncert Zespołu **KWARTET GALICYJSKI**
Godz. 14.30 Pokazy Sokolników - Grupa Sarmata
Godz. 15.00 Tańce dawne – Zaproszone Bractwa Rycerskie
Godz. 15.30 do 17.00 Średniowieczne harce
na dziedzińcu zamkowym

Ponadto:

- Zwiedzanie Zamku
- Wybijanie denarów przez mincerzy
- Prezentacja obozowisk rycerskich - Krakowskie Bractwo Grodzkie oraz Sądeckie Rycerstwo Zakonu Księżnej Kingi
- Prezentacje rękodzielnicze
- Degustacja wina i zamkowych przekąsek

30 WRZEŚNIA 2023 R. MUSZYNA

MAŁOPOLSKIE SZLAKI TURYSTYKI KOLEJOWEJ

KUP BILET

WWW.KOLEJEGALICYJSKIE.PL

WYRUSZ W PODRÓŻ HISTORYCZNĄ KOLEJĄ PO MAŁOPOLSCE!

NASZ POCIĄG ODWIEDZI
TAKIE STACJE JAK:

BIECZ, TARNÓW, NOWY SĄCZ,
KRYNICA, MUSZYNA

I WIELE WIĘCEJ..

SPRAWDŹ ROZKŁAD JAZDY NA
WWW.KOLEJEGALICYJSKIE.PL

ORGANIZATOR:

NOWOSADECKIE STOWARZYSZENIE MIŁOŚNIKÓW KOLEI

PARTNERZY STRATEGICZNI:

MAŁOPOLSKA PKPCARGO

PROJEKT REALIZOWANY PRZY WSPARCIU FINANSOWYM WOJEWÓDZTWA MAŁOPOLSKIEGO
W RAMACH KONKURSU OFERT Z TURYSTYKI PN. MAŁOPOLSKA GOŚCINNA

Partnerzy wydania:
TRADYCJA Wikar WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL-LOUIS UNIVERSITY Liderui

Bądź na bieżąco - www.dts24.pl

Sądecka parada blagierów

Ireneusz Pawlik

FOT. NARODOWE ARCHIWUM CYFROWE

Krynica działała na oszustów jak magnes. W tygodniku „Tajny Detektyw" pisano: „Nie brakło tam fałszywych lekarzy, którzy ordynowali z dużym powodzeniem do czasu ich zdemaskowania".

Nasz portal dts24.pl niedawno informował o oszustach grasujących na Sądecczyźnie, m.in. w listopadzie 2022 r. o rzekomym pułkowniku, który inkasował zaliczki na poczet zakupu pojazdów wojskowych. To natchnęło nas myślą, aby napisać o innych oczajduszach, łowiących tu naiwniaków.

Pod płaszczykiem munduru

„Pułkownik" od pojazdów wojskowych nie był pierwszym, który kantował pod płaszczykiem munduru. W 1930 r. zjawił się ci u nas dziarski rotmistrz o szacownym nazwisku Czacki. Rozpowiadał o sobie, że walcząc w szeregach 22. Pułku Ułanów walnie przyczynił się do zwycięstwa nad bolszewikami w 1920 r., zaś w bojach z wrogiem stracił lewą rękę. Każdy chciał gościć bohaterskiego weterana, a hrabia Adam Stadnicki z Nawojowej zatrudnił go nawet na posadzie guwernera dla dzieci. Okazuje się, że przysłowie „głupich nie sieją, sami się rodzą", niekoniecznie jest tylko ludowe, bo odnosić się może też do arystokratów, nawet tak wyedukowanych za granicą, jak hr. Adam.

Rotmistrz Czacki przeniósł się następnie do Krynicy, gdyż zatrudniła go Wanda Pakubrotto, właścicielka pensjonatu „Adela", aby udzielał korepetycji jej córce. Dzielny ułan rzecz jasna brylował w krynickiej socjecie – aż tu razu pewnego nadział się na pułkownika Stanisława Rostworowskiego, pech chciał, że dowódcę 22. Pułku Ułanów Podkarpackich właśnie.

Ostrożny Rostworowski, późniejszy generał, nie od razu zdradził się z domysłami, lecz najpierw zasięgnął języka i dowiedział się, że żaden rotmistrz Czacki nie figurował nigdy na etacie oficera jego pułku. Przypuszczenia potwierdził adiutant komendanta garnizonu lwowskiego – rotmistrz Józef Możdrzeń, służbista, który w 1932 r. akurat przebywał na kuracji w Krynicy i dostrzegł, że rotmistrz Czacki nosi na mundurze baretki odznaczeń przypięte nie podług hierarchii ważności. A było tego niemało, m.in. Virtuti Militari i trzy Krzyże Walecznych.

Po podejrzanego rotmistrza wysłano kapitana Andrzeja Wójcika z nowosądeckiego I batalionu 1. Pułku Strzelców Podhalańskich z żandarmami, aresztowano i zrewidowano jego pokój. Znaleziono książeczkę wojskową, o której niebawem miano dowiedzieć się, że nie została wydana przez władze wojskowe, lecz spreparowana w drukarni w Miechowie, ponadto inne podrobione dokumenty, w tym pozwolenie na broń i fałszywe pieczątki.

Dochodzenie wykazało, że rzekomy rotmistrz Czacki w rzeczywistości nazywał się Bogumił Czechak, pochodził z Uścieczka koło Zaleszczyk, a rękę utracił nie na wojnie, lecz nabawił się straty jeszcze w czasie nauki w gimnazjum w Kołomyi w wyniku nieszczęśliwego wypadku z granatem. Niebawem sąd w Nowym Sączu skazał go na więzienie za podszywanie się pod oficera i pasożytowanie na cudzy koszt.

Spragnione kobiety

Krynica działała na oszustów jak magnes. W tygodniku „Tajny Detektyw" pisano: „Nie brakło tam fałszywych lekarzy, którzy ordynowali z dużym powodzeniem do czasu ich zdemaskowania". To też znamy z czasów nam współczesnych, choćby ze sprawy nowosądeckiego znachora, który rodzicom z Brzeznej kazał karmić córeczkę wyłącznie wodą z odrobiną mleka, co skończyło się śmiercią dziecka z niedożywienia.

Ale przeważali naciągacze, którzy uwodzili kobiety spragnione nie tylko Zubera, ale chętne do zaspokojenia z takich źródeł jak Jan, Tadeusz, Mieczysław i Józef… Dalej cytujemy: „Tajnego Detektywa": „Ponieważ Krynicę przeważnie odwiedzają kobiety, więc też stale we wszystkie afery wmieszane były panie i to nieraz nawet z najlepszych sfer, które nieopatrznie zawarłszy znajomość zbyt łatwo i szybko ulegały kusicielskim zabiegom przygodnego amanta. Nieraz tedy dla ratowania dobrej opinii pani musiano aferę tuszować, a korzystając z tego oszust zmykał bezkarnie z łupem w świat, szukając nowej ofiary".

I tak w Perle Wód buszował niejaki Jerzy Orlicki. W lipcu 1931 r. pod takim nazwiskiem zameldował się w reprezentacyjnym Lwigrodzie, podając za fabrykanta. Wkrótce poznał damę ze swojej sfery – żonę przemysłowca z Wiednia. Nie odstępował jej na krok, a w zamian za względy, jakimi szczodrze obdarzał damę serca, łaskawie pozwalał jej regulować rachunki za siebie. Okazał się także niezastąpionym pocieszycielem w strapieniu, kiedy damie ukradziono biżuterię. Ale policja nie była tak naiwna i sprawdziła kochasia. Wtedy wyszło na jaw, że Orlicki to Olszewski i ma kartotekę kryminalną ze stolicy. To jego zatrzymano więc pod zarzutem kradzieży.

Najgłośniejsza w II RP

Oszukiwali nie tylko ludzie, goszczący na Sądecczyźnie, bo i sami sądeczanie też bywali nieźli w te klocki. Jedną z emblematycznych postaci naszego regionu jest Bolesław Pieracki, legionista, poseł, wicepremier i minister spraw wewnętrznych, zamordowany w zamachu i pośmiertnie awansowany na generała. Miał ci on siostrę – urodzoną w Gorlicach w 1885 r. Wandę, po mężu Parylewicz, żonę sędziego orzekającego w Muszynie, bohaterkę najgłośniejszej afery korupcyjnej w II RP.

Parylewiczowa, która zaczynała jako nauczycielka szkół powszechnych w Nowym Sączu i Muszynie oraz działaczka społeczna odznaczona w 1931 r. Złotym Krzyżem Zasługi, rozwinęła za życia brata szeroką działalność na niwie płatnej protekcji. Przede wszystkim miała pomóc w karierze męża Franciszka, szeregowego sędziego z Muszyny, którego najpierw mianowano na prezesa Sądu Okręgowego w Tarnowie, a potem uczyniono prezesem Sądu Apelacyjnego w Krakowie.

Jako żona persony tej rangi żyła ponad stan, a na pokrycie rosnących w lawinowym tempie wydatków zaciągała pożyczki, których nie była w stanie spłacać. Wpadła na pomysł, jak może się samofinansować: powołując się na wpływy zarówno brata jak i męża, brała pieniądze od osób, które oczekiwały awansów w administracji państwowej i sądownictwie, korzystnych wyroków w sądach, pozytywnych dla siebie rozstrzygnięć w urzędach czy odroczeń od służby wojskowej. Nie miała zahamowań, interweniując w sprawach swoich „klientów" listownie i podpisując się dla lepszego efektu jako „Maria Pieracka, matka Bronisława".

I prosperowała do czasu, kiedy tak się zagalopowała, że znowu jako „Maria Pieracka, matka Bronisława" skierowała pismo do premiera Felicjana Sławoja-Składkowskiego, wnosząc o ułaskawienie kuzyna skazanego za defraudację. Premiera-generała, którego główną zasługą dla potomności były wychodki zwane sławojkami, uderzyło, że matka jego kolegi z wojska zwraca się do niego z prośbą o ułaskawienie, choć powinna wiedzieć, iż prawem łaski dysponuje nie premier, lecz prezydent RP. Kazał sprawę wyjaśnić i wszystko się wydało.

Proces siostry rozpoczął się zaledwie dwa lata po śmierci brata, ale Wanda Parylewiczowa nie doczekała wyroku, gdyż zmarła 3 marca 1937 r. na zapalenie płuc.

Partnerzy wydania:
TRADYCJA FABRYKA OKIEN
Ford Wikar
WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL LOUIS UNIVERSITY
Liderzy

REKLAMA

/mcksokol

POSZUKUJEMY WOLONTARIUSZY

Serdecznie zapraszamy do aktywności wolontariackiej w Małopolskim Centrum Kultury SOKÓŁ w Nowym Sączu!

Poszukujemy osób pełnych entuzjazmu, chętnych do zdobycia doświadczenia w pracy w instytucji kultury, a także do wzięcia czynnego udziału w organizowaniu wydarzeń artystycznych. Jeśli masz czas i ochotę oraz ukończone 16 lat – dołącz do grona wolontariuszy Małopolskiego Centrum Kultury SOKÓŁ.

Zapraszamy do współpracy!

SOKÓŁ Małopolskie Centrum Kultury INSTYTUCJA KULTURY WOJEWÓDZTWA MAŁOPOLSKIEGO

MAŁOPOLSKA

więcej informacji:

mcksokol.pl/wolontariat

Partnerzy wydania: TRADYCJA, Ford Wikar, Wyższa Szkoła Biznesu National-Louis University, Lideruj

Bądź na bieżąco - www.dts24.pl

Tu dzieci stają się otwarte i empatyczne

Rozmawia Gabriela Wolińska

W Nowym Sączu przy ul. Traugutta 44 znajduje się miejsce, które uczy empatii, chociaż większość zna je jako Niepubliczne Domowe Przedszkole Integracyjne. Ta instytucja z pasją każdego dnia odpowiada na potrzeby prawie 100 dzieci, w tym tych z orzeczeniem, dając im możliwość wzajemnej integracji. O tym, czym jest przedszkole integracyjne i dla kogo stanowi ono dobry wybór, opowiadają specjaliści z Niepublicznego Domowego Przedszkola Integracyjnego.

– Czym przedszkole integracyjne różni się od przedszkola specjalnego?

Natalia Jaśkiewicz – dyrektor ds. integracyjnych, psycholog, pedagog specjalny, terapeuta:

– Do przedszkola integracyjnego mogą uczęszczać dzieci w pełni zdrowe jak również te z różnym stopniem niepełnosprawności zarówno intelektualnej jak i ruchowej. Ideą przedszkola integracyjnego jest wspólne przebywanie ze sobą dzieci pełnosprawnych z dziećmi z niepełnosprawnością. Z kolei do przedszkola specjalnego przyjmowane są dzieci, które posiadają aktualne orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego, wydane przez poradnię psychologiczno-pedagogiczną.

– Co wyróżnia przedszkole integracyjne?

Katarzyna Ormanty – psycholog, logopeda, oligofrenopedagog, Beata Tokarczyk – wychowawca grupy:

– Człowiek jest niepowtarzalną, indywidualną jednostką posiadającą mocne i słabe strony, mającą prawo do samorealizacji i rozwoju w integracji ze środowiskiem społecznym. W przedszkolach integracyjnych dużo uwagi poświęca się zarówno osobom z niepełnosprawnością jak i ich zdrowym rówieśnikom. Skupienie się na mocnych stronach każdego dziecka, jego indywidualnych zdolnościach, zainteresowaniach i możliwościach, uwzględniając pojawiające się trudności i występujące deficyty, pozwala na odpowiednie dobranie metod i form pracy z całą grupą rówieśniczą. Z perspektywy dzieci zdrowych, ogromną zaletą przedszkoli integracyjnych jest możliwość kształtowania tolerancji i szacunku dla odmienności już od najmłodszych lat. Dla dzieci z niepełnosprawnościami takie miejsce stwarza przestrzeń, w której dzieci zdrowe są partnerami do zabawy, pomocą w sytuacjach trudnych i wzorem do naśladowania – a to pozytywnie wspiera ich potencjał i rozwój. Kolejną zaletą, wyróżniającą ten typ placówki edukacyjno-terapeutycznej, jest stała obecność specjalistów (np. psychologów, pedagogów specjalnych, logopedów oraz innych terapeutów), którzy zajmują się monitorowaniem rozwoju wszystkich dzieci. Wszelkie trudności pojawiające się u dzieci, zgłaszane przez rodziców i nauczycieli, są na bieżąco konsultowane. Pozwala to na szybkie ich zniwelowanie lub opracowanie strategii do dalszej pracy terapeutyczno-wychowawczej.

– Jak wygląda praca z dziećmi i prowadzenie zajęć w przedszkolach integracyjnych? Na co kładziony jest nacisk?

Ewelina Plata – wychowawca grupy, Anna Bąba – oligofrenopedagog:

– W naszym przedszkolu wszystkie dzieci realizują te same zagadnienia programowe, jednak dla dzieci z trudnościami czy deficytami treści te są dostosowywane do ich potrzeb i możliwości. Tworzymy przyjazną przestrzeń, w której rozwijają się i poprzez zabawę uczą dzieci o zróżnicowanym poziomie rozwoju oraz różnym stopniu sprawności psychofizycznej. Wszystkie dzieci włączamy w aktywne uczestnictwo w życie grupy rówieśniczej na miarę ich możliwości. W codziennej pracy z dziećmi staramy się zapewnić im wszechstronny i harmonijny rozwój poprzez zróżnicowane, wielozmysłowe aktywności, oddziaływujące na wszystkie sfery: emocjonalną, społeczną, fizyczną i poznawczą. Korzyści z przebywania dzieci w grupach integracyjnych są obopólne – dzieci z trudnościami są stymulowane rozwojowo (zdrowi rówieśnicy dostarczają prawidłowych wzorców), mają szansę poznać siebie, swoje mocne strony. Jest też większa motywacja do pracy nad trudnościami, wykształca się i rozwija samodzielność. Dzieci zdrowe w naturalny sposób uczą się, że choć ludzie są różni, mają różne możliwości – mają takie same prawa; mają szansę nauczyć się akceptacji, empatii, tolerancji, szacunku do chorych czy słabszych, w naturalny sposób uczą się pokonywać egoizm.

ZDJĘCIA: ARCH. NIEPUBLICZNEGO DOMOWEGO PRZEDSZKOLA INTEGRACYJNEGO

Kładziemy nacisk na integrację społeczną dzieci, ich wszechstronny rozwój na miarę ich możliwości i wrodzonego potencjału. Dzieci z trudnościami są zachęcane do udziału we wszystkich aktywnościach na zasadach dobrowolności, z dostosowaniem do możliwości indywidualnych. Dbamy o terapię, ale też staramy się, aby wszystkie dzieci odczuwały jak największą radość z obcowania z rówieśnikami.

– Czego dzieci masowe mogą nauczyć się będąc w takich przedszkolach?

Natalia Jaśkiewicz: – Wybierając przedszkole integracyjne, rodzic stwarza dziecku od najmłodszych lat możliwość rozwijania się w środowisku otwartym na potrzeby drugiego człowieka, pełnym otwartości, akceptacji i tolerancji. Przedszkolaki stają się bardziej empatyczne, uczą się wielu prospołecznych postaw oraz odbywają wyjątkowy trening komunikacyjny.

U każdego dziecka czasem pojawiają się jakieś trudności, mniejsze czy większe, nie wie jak sobie z czymś poradzić, coś je przerasta, czegoś się boi czy ma słabszy dzień i potrzebuje większego wsparcia. W grupie integracyjnej przedszkolaki uczą się, że każdy ma prawo do działania w swoim własnym tempie, ma prawo do indywidualnego sposobu działania, innych pomysłów. Ma prawo wyglądać inaczej, porozumiewać się w mniej konwencjonalny sposób czy przejawiać różne reakcje emocjonalne. Poprzez akceptację odmienności rówieśników, dzieci uczą się akceptować siebie, nie boją się inności, stają się otwarte i empatyczne, co sprzyja budowaniu ich poczucia własnej wartości i pozytywnej samooceny.

– Jak obecność dzieci masowych wpływa na rozwój dzieci z orzeczeniem?

Ewa Smoter – wychowawca grupy, terapeuta zajęciowy, Agnieszka Trojan – oligofrenopedagog:

– Obecność dzieci masowych w grupie przedszkolnej pozytywnie wpływa na rozwój dziecka z orzeczeniem, aczkolwiek wiele również zależy od indywidualnych potrzeb i możliwości rozwojowych dziecka z orzeczeniem. Poprzez interakcje z rówieśnikami dzieci z niepełnosprawnością mogą obserwować i uczyć się od innych, co pozytywnie wpływa na rozwój poznawczy, emocjonalny i społeczny. Dzięki kontaktom dziecka z niepełnosprawnością z pełnosprawnymi rówieśnikami ma ono możliwość nawiązywania kontaktów społecznych i relacji z innymi dziećmi oraz nauki norm i zasad panujących w grupie rówieśniczej. Ponadto dziecko z orzeczeniem będąc w grupie integracyjnej ma możliwość rozwijania umiejętności komunikacyjnych, wzbogacania poczucia właśnie wartość i pewności siebie a także nauki poprzez obserwacje w trakcie pobytu w grupie. Interakcja miedzy dziećmi umożliwia nawiązywanie przyjaźni oraz uwrażliwienia dzieci na potrzeby osób z niepełnosprawnością.

– Jak dostosowane jest przedszkole do wymagań poszczególnych dzieci?

Iwona Urban- Mrówka – neurologopeda:

– Przedszkole posiada przestronne, wyposażone sale, dostosowane dla dzieci z niepełnosprawnościami. Na każdej z nich jest nauczyciel wychowawca oraz nauczyciel wspomagający (zajmujący się dziećmi posiadającymi orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego). W przedszkolu znajdują się gabinety specjalistyczne, w których prowadzone są zajęcia logopedii, integracji sensorycznej, terapia psychologiczna i terapia pedagogiczna oraz TUS i Terapia Ręki. Dzieci mają możliwość korzystania z sali doświadczania świata, która wpływa na rozwój zmysłów i polisensoryczne doznania świata.

– Dla kogo przedszkole integracyjne będzie dobrym wyborem?

Anna Ruchała Glińska – psycholog, oligofrenopedagog:

– Przedszkole integracyjne będzie dobrym wyborem dla każdego dziecka. U każdego z nas czasem pojawiają się jakieś trudności. Podobnie jest z dziećmi. Każde rozwija się w innym tempie, przeżywa różne trudności, ma słabsze i lepsze dni. Dzięki wykształconej kadrze i opiece specjalistów wychowawcy konsultują każdą trudność przedszkolaka, przekazując wskazówki rodzicom. Dzięki bardzo dobrej współpracy nauczyciel – rodzic przedszkolak w naszej placówce ma szansę na intensywny rozwój na miarę swoich możliwości. W grupie integracyjnej przedszkolaki uczą się, że każdy ma prawo do działania w swoim własnym tempie, ma prawo do indywidualnego sposobu działania, innych pomysłów.

Partnerzy wydania:

TEKST PARTNERA

PEDAGOGICZNA BIBLIOTEKA WOJEWÓDZKA W NOWYM SĄCZU

INSTYTUCJA WOJEWÓDZTWA MAŁOPOLSKIEGO

70 lat

ul.Jagiellońska 61 Nowy Sącz

NARODOWE CZYTANIE 2023 – CZYTANIE NA SZCZYCIE

Za nami 12. edycja Narodowego Czytania. W sobotę, 9 września wraz z całą Polską czytaliśmy powieść Elizy Orzeszkowej Nad Niemnem.

Na miejsce naszej akcji Narodowe Czytanie 2023 – Czytanie na Szczycie wybraliśmy wyjątkowe miejsce - znane Sądeczanom i przyjezdnym - Chatę Cyrla w Rytrze.

Pogoda była wspaniała i dużo turystów odwiedziło to piękne i przyjazne miejsce. Wielu było zaskoczonych, że na Cyrli spotkali nauczycieli bibliotekarzy z Pedagogicznej Biblioteki Wojewódzkiej w Nowym Sączu. Na nasze pytanie, czy podejmą wyzwanie czytelnicze głośnego czytania powieści „Nad Niemnem" ich początkowe zaskoczenie przeradzało się w radosne TAK! Inni zaś, początkowo niechętni, po wysłuchaniu poprzedników, dołączali się do czytania pokonując nieśmiałość. To bardzo budujące, że doceniamy tak wartościowy projekt, jakim jest coroczne Narodowe Czytanie.

Miło było patrzeć jak Uczestnicy z przejęciem przygotowywali się na stronie do czytania wybranych fragmentów, a potem siadali na ławeczce przed wejściem do Chaty i czytali słuchającym turystom. Rodzice dawali przykład dzieciom, które też chętnie włączały się w głośne czytanie. Trema szybko znikała. My – nauczyciele bibliotekarze - również czytaliśmy.

Na uczestników wyzwania czytelniczego, którzy dołączyli do nas czekały niespodzianki: wyjątkowo piękne wydanie „Nad Niemnem" z okazjonalną pieczęcią, którą otrzymaliśmy z Kancelarii Prezydenta RP lub słodka niespodzianka w postaci wielce smakowitej szarlotki (palce lizać!).

DZIĘKUJEMY GOSPODARZOM CHATY CYRLA ZA PRZYJĘCIA NAS, A WSZYSTKIM UCZESTNIKOM ZA UDZIAŁ W NARODOWYM CZYTANIU 2023 – CZYTANIU NA SZCZYCIE.

KAMPANIA „MAŁA KSIĄŻKA – WIELKI CZŁOWIEK" W PBW W NOWYM SĄCZU

Nieubłaganie zbliża się czas długich, jesiennych popołudni i wieczorów, podczas których nie powinno zabraknąć dobrej książki – dla rodzica jak i dziecka. Warto zatem udać się do Nowego Sącza, na ulicę Jagiellońską 61, do Pedagogicznej Biblioteki Wojewódzkiej, gdzie na każdego Małego Czytelnika w wieku przedszkolnym czeka wyjątkowa Wyprawka Czytelnicza przygotowana przez Instytut Książki. Znajdziecie w niej Kartę Małego Czytelnika – karta biblioteczna do zbierania naklejek za wypożyczone książki, a po zebraniu dziesięciu zostanie wręczony imienny dyplom, potwierdzający czytelnicze zainteresowania dziecka. Oprócz dyplomu przedszkolak otrzyma również drobny czytelniczy upominek. W Wyprawce znajdzie się też coś dla rodzica – broszura przypominająca o niedocenianych korzyściach płynących z codziennego czytania dzieciom oraz podpowie, skąd można czerpać nowe inspiracje czytelnicze. Dzięki akcji dziecko będzie miało szansę na poznanie ważnego miejsca na edukacyjnej mapie dzieciństwa (bibliotekę) i zostanie pełnoprawnym uczestnikiem życia kulturalnego.

Serdecznie zachęcamy do wzięcia udziału już w czwartej odsłonie kampanii „Mała książka – wielki człowiek" w bibliotece.

Szczegółowe informacje w Wypożyczalni bądź pod nr. tel. 18 4407372.

Lista czytelników nagrodzonych imiennym dyplomem ciągle rośnie!

Uśmiechnięte, przesympatyczne i .... zaczytane dzieci! Ogromne gratulacje – szczególnie dla mamy! Życzymy wielu ciekawych książek do czytania!

OFERTA ROZWOJU Z PEDAGOGICZNĄ BIBLIOTEKĄ WOJEWÓDZKĄ W NOWYM SĄCZU

Istniejemy, aby inspirować do życia.

Pracujemy od poniedziałku do piątku, od 8:00 do 17:00, żeby każdy mógł dotrzeć do wiedzy i informacji. Tworzymy przestrzeń do myślenia, rozmowy i odkrywania kim jesteśmy.

To, co my jako biblioteka robimy dzisiaj, będzie miało wpływ na całą Państwa przyszłość...

Jesteśmy pasjonatami zachęcania dzieci do czytania.

Przez cały rok organizujemy wydarzenia promujące przyjemność czytania.

Organizujemy:

- **Wycieczki biblioteczne**
- **Lekcje biblioteczne**
- **Biblioterapię**
- **Warsztaty:**
  - **Trudne emocje – jak rozmawiać z dziećmi,**
  - **Słowa mają moc – jak budować relacje w grupie**
  - **tematyczne – tworzone wspólnie z wychowawcami grup**
- **Projekt „EKO – MIECIO – odwiedza szkołę" – chronimy drzewa z biblioteką**

Jeśli masz jakiekolwiek pytania dotyczące pracy biblioteki, propozycje zajęć skontaktuj się z nami - tel. 18 440 73 72, wypozyczalnia@pbwnowysacz.pl, FB

PEDAGOGICZNA BIBLIOTEKA WOJEWÓDZKA W NOWYM SĄCZU 70 lat — INSTYTUCJA WOJEWÓDZTWA MAŁOPOLSKIEGO — MAŁOPOLSKA

Partnerzy wydania: TRADYCJA, Ford Wikar, Wyższa Szkoła Biznesu National-Louis University, Liderzy

REGIONALNA KONFERENCJA NAUKOWA “CO CZYTANIE ROBI Z MÓZGIEM”

Dnia 18 września 2023 roku, w Pedagogicznej Bibliotece Wojewódzkiej w Nowym Sączu, odbyła się Konferencja Naukowa, której tematem przewodnim było badanie wpływu czytania na funkcjonowanie mózgu. Wydarzenie zgromadziło zarówno ekspertów z dziedziny neurologii, psychologii, edukacji, jak i ponad 100 dyrektorów i nauczycieli z regionu oraz pasjonatów czytania.

Witając gości, Pan Witold Kozłowski – Marszałek Województwa Małopolskiego, podkreślił kluczową rolę jaką odgrywa Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka w rozwoju lokalnej społeczności.

„To miejsce, w którym bez względu na wiek i zainteresowania, otrzymają Państwo ofertę „szytą” na miarę Waszych potrzeb.

Dyrektor Biblioteki Alina Marek w swoim powitaniu podziękowała obecnym dyrektorom i nauczycielom za dotychczasowe zaufanie i przekazała zaproszenie na cały rok szkolny:

„Państwo w szkołach przekazują wiedzę, realizują podstawę programową, oceniają prace domowe. Proszę jeszcze na początku każdego miesiąca odwiedzić stronę internetową, FB biblioteki i korzystać z naszej oferty. Proszę przyjść z młodzieżą – my zrobimy warsztaty jak się uczyć, zajęcia o skutecznych metodach zapamiętywania, warsztaty dla uczniów, z dużą korzyścią dla nauczycieli”.

Pierwszy z zaproszonych gości, prof. Marek Kaczmarzyk – biolog, neurodydaktyk, memetyk, podkreślił, że biologia naszego gatunku wymusza na nas wczesne urodzenie, a jego następstwa wpływają na całe nasze życie w biologicznym i społecznym wymiarze. Nasze dzieci rodzą się z niedojrzałym mózgiem i rozwijają go intensywnie przez pierwsze lata swojego życia.

Ich bezradność i potrzeby tworzą konieczność opieki ze strony dorosłych wszystko, co je w tym czasie spotyka, będzie miało wpływ na ostateczny stan ich mózgów, a zapewnienie prawidłowych warunków rozwoju jest niezwykle ważne. Neurobiologia rozwoju, oraz jej edukacyjne wcielenie w postaci neurodydaktyki, daje możliwość nowego spojrzenia na rolę rodziców i nauczycieli na tym etapie życia. Badania pokazują, że czytanie angażuje różne obszary mózgu, w tym te odpowiedzialne za analizę, wyobraźnię, koncentrację i empatię.

Podkreślił również, że czytanie przyczynia się do poprawy zdolności poznawczych, takich jak pamięć, myślenie krytyczne, a także umiejętności stawiania granic i rozwiązywanie problemów.

Kolejnym prelegentem był Pan Karol Baranowski – Bibliotekarz Roku, zafascynowany sztuczną inteligencją oraz możliwościami jakie dają nowoczesne technologie w pracy bibliotekarza. Dzielił się wiedzą o narzędziach multimedialnych, mobilnych, oraz prognozami, jaki będzie ich wpływ na przyszłość edukacji.

Kontynuacją konferencji była część warsztatowa, która zgromadziła rzeszę zainteresowanych uczestników:

- „Metody szybkiego zapamiętywania w praktyce”,
- „Rozszerzona rzeczywistość w klasie: praktyczne aspekty wprowadzania AR do procesu nauczania”.

Konferencja była doskonałą okazją do uhonorowania naszych czytelników i wspierania miłośników literatury, dlatego po każdym wykładzie zostały rozlosowane nagrody książkowe.

Na każdego uczestnika czekał słodki poczęstunek i obiad.

Warto podkreślić, że równolegle, w Małopolskim Centrum Kultury SOKÓŁ, zgromadziło się ponad 300 uczniów sądeckich szkół, którzy mieli możliwość wysłuchania tych samych wykładów co nauczyciele i dyrektorzy, czyli dowiedzieli się co czytanie robi z mózgiem. Był to wspaniały „ZAPALNIK” do rozpoczęcia dyskusji międzypokoleniowych.

ZAPRASZAMY DO ŚLEDZENIA NASZEJ STRONY INTERNETOWEJ WWW.PBWNOWYSACZ.PL I FB.

Witold Kozłowski – Marszałek Województwa Małopolskiego

Alina Marek – Dyrektor PBW i prof. Marek Kaczmarzyk

Wykład dla uczniów z sądeckich szkół

Szkolenie powodujące zmniejszenie liczby punktów za naruszenie przepisów ruchu drogowego

Szkolenie jest skierowane do osób, które nie przekroczyły 24 punktów karnych, a które chciałyby zmniejszyć liczbę posiadanych punktów o sześć.

WARUNKI PRZYSTĄPIENIA DO SZKOLENIA:

- posiadanie prawa jazdy dłużej niż rok, licząc od dnia wydania go po raz pierwszy,
- przed rozpoczęciem szkolenia suma punktów nie może przekraczać 24,
- w szkoleniu można uczestniczyć nie częściej niż raz na 6 miesięcy,
- Komenda Wojewódzka odpisuje 6 najstarszych punktów karnych,

Osoby spełniające powyższe warunki, na co najmniej cztery dni przed rozpoczęciem szkolenia powinny ponadto przesłać na adres e-mail lub osobiście:

- wypełnioną kartę zgłoszenia,
- dowód wpłaty.

SPOSÓB WPŁATY:

Wpłatę za kurs należy dokonać na poczcie, w banku lub przelewem na rachunek bankowy Małopolskiego Ośrodka Ruchu Drogowego w Nowym Sączu.

Płatność za kurs należy wnieść najpóźniej 4 dni przed rozpoczęciem szkolenia.

Pisemna rezygnacja ze szkolenia na 2 lub mniej dni roboczych przed rozpoczęciem szkolenia nie stanowi podstawy do ubiegania się o zwrot opłaty za kurs.

CZAS TRWANIA I ORGANIZACJA SZKOLENIA:

Szkolenie składa się z 8 godzin wykładów, a także z ćwiczenia praktycznego i jest realizowane w ciągu jednego dnia w grupach liczących do 15 osób.

KOSZT SZKOLENIA:

Opłata za szkolenie w Małopolskim Ośrodku Ruchu Drogowego w Nowym Sączu wynosi 900 zł

Obecność na wszystkich zajęciach jest obowiązkowa i stanowi jedyną podstawę do wydania zaświadczenia o odbyciu szkolenia.

ZAPISY:

Osoby zainteresowane proszone są o przesłanie czytelnie wypełnionej karty zgłoszenia do pobrania na adres: szkolenia@mord.pl lub faxem pod nr 18 449 08 81. Przesłanie wypełnionej karty zgłoszenia nie jest równoznaczne z zapisem na kurs ze względu na ewentualny brak wolnych miejsc.

W związku z powyższym zapisy przyjmujemy telefonicznie pod nr tel. 18 449 08 99.

Uwaga! Na kurs należy zgłosić się z dokumentem tożsamości.

TEMAT ZAJĘĆ	LICZBA GODZIN LEKCYJNYCH (WYKŁAD/ĆWICZENIA)
Psychologiczne aspekty kierowania pojazdem	2
Zasady i przepisy ruchu drogowego	2
Wypadki drogowe w Polsce – przyczyny, skutki, zapobieganie	2
Prawne i społeczne skutki wypadków drogowych oraz odpowiedzialność karna sprawców za przestępstwa i wykroczenia przeciwko bezpieczeństwu i porządkowi w komunikacji	2
Awaryjne hamowanie przy prędkości: 1. 30 km/h 2. 50 km/h	Czas niezbędny na zaliczenie ćwiczenia przez każdego z uczestników szkolenia

MAŁOPOLSKA

MAŁOPOLSKI OŚRODEK RUCHU DROGOWEGO NOWY SĄCZ

INSTYTUCJA WOJEWÓDZTWA MAŁOPOLSKIEGO

Małopolski Ośrodek Ruchu Drogowego w Nowym Sączu
ul. 29 Listopada 10, 33-300 Nowy Sącz, www.mord.pl, tel. 18 449 08 80

Partnerzy wydania:
TRADYCJA Ford Wikar WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU NATIONAL-LOUIS UNIVERSITY Liderui

Bądź na bieżąco - www.dts24.pl

Prezydent nagrodził uczestników rywalizacji o Puchar Rowerowej Stolicy Polski

Nowy Sącz zajął pierwsze miejsce w rywalizacji o Puchar Rowerowej Stolicy Polski. Miasto wygrało w kategorii ośrodków liczących 65 - 100 tys. mieszkańców. Nowosądeczanie przejechali rekordową liczbę 324 735 km. Prezydent Ludomir Handzel nagrodził najaktywniejszych uczestników rywalizacji. Dodatkowo każdy kto przejechał minimum 1000 kilometrów otrzymał pamiątkowa koszulkę.

Odsłonięcie Pomnika Wolności w rocznicę agresji wojsk sowieckich na Polskę

W 84. rocznicę agresji wojsk sowieckich na Polskę odsłonięto w Nowym Sączu Pomnik Wolności. W uroczystościach towarzyszących temu wydarzeniu wzięły udział władze miasta, w tym prezydent Ludomir Handzel oraz wiceprezydent Magdalena Majka a także Jarosław Jakubowski, redaktor naczelny "Rocznika Sądeckiego". Pomnik mieści się na skwerze przy kościele pw. św Kazimierza. Monument upamiętnia Polaków, którzy zginęli na nieludzkiej ziemi obozów i miejsc straceń w czasie drugiej wojny światowej. Autorem projektu jest prof. Czesław Dźwigaj.

Polskie Stowarzyszenie Diabetyków świętowało 35 – lecie

Nowosądecki oddział Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków świętował 35 - lecie swojego istnienia. Z członkami stowarzyszenia spotkał się prezydent Ludomir Handzel. Prezydent uhonorował także Michalinę Czaplę, prezes nowosądeckiego oddziału Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków, najwyższym odznaczeniem prezydenta miasta czyli Denarem św. Małgorzaty.

Jubileusz 50 - lecia Domu Pomocy Społecznej

Dom Pomocy Społecznej przy ul. Emilii Plater obchodzi jubileusz 50 - lecia istnienia tej instytucji. Nowosądecką placówkę odwiedził prezydent Ludomir Handzel, który podczas uroczystej gali pogratulował pracownikom i dyrekcji pięknego jubileuszu. Złożył również życzenia zdrowia i pogodnych dni pensjonariuszom ośrodka.

GALERIA
Trzy Korony

ODKRYJ STYL TEJ JESIENI!

T.K.maxx
BERSHKA
H&M
Dealz
RESERVED
Kaufland

Partnerzy wydania:

Bądź na bieżąco - www.dts24.pl

„Nie żyję za karę”. Matterhorn i kot...

Sportsmenka rodem z Limanowszczyzny w symboliczny sposób upamiętniła swojego tragicznie zmarłego męża – Kacpra Tekieli. Na Tatrzańskim Cmentarzu Symbolicznym pod Osterwą odsłoniono tablicę ku pamięci alpinisty.

„Mój Mąż był osobą skromną i daleką od megalomanii, jednak uznałam, że w ten sposób pamięć o Nim i przede wszystkim o Jego fantastycznych górskich wyczynach powinnam uczcić. Jestem z Niego ogromnie dumna” – wyznała w mediach społecznościowych Justyna Kowalczyk. **(NS)**

PRZECZYTAJ WIĘCEJ NA DTS24.PL

Padła „szóstka” w Nawojowej! Kupon za 4 zł dał wygraną na 2,3 miliona

Mamy kolejnego szczęściarza na Sądecczyźnie. W czwartkowym losowaniu Lotto padła „szóstka” w Nawojowej. Szczęśliwy kupon został wysłany w kolekturze, która znajduje się w sklepie Hitpol przy ulicy Krynickiej 19. Jak ustalił portal DTS24, laureatem jest dziewczyna, która zdecydowała się wysłać kupon za 4 złote. Wygrała 2 miliony 307 tysięcy złotych. Jak mówi w rozmowie z naszą redakcją właściciel sklepu, jest to pierwsza wygrana od pół roku funkcjonowania kolektury w Nawojowej. **(DK)**

PRZECZYTAJ WIĘCEJ NA DTS24.PL

Plakaty w pasie drogowym „zalewają” region. Można wieszać, czy nie?

Kampania wyborcza w pełni. Banery kandydatów do Sejmu i Senatu zawisły na płotach, słupach, barierkach, tablicach ogłoszeniowych. Zdarza się, że takowe reklamy pojawiają się także przy wyjazdach z dróg podporządkowanych, co stanowi zagrożenie dla kierowców, którzy mają ograniczony widok na nadjeżdżające samochody.

Powiatowy Zarząd Dróg w Nowym Sączu jest obecnie zalewany zapytaniami i interwencjami dotyczącymi wykorzystywania urządzeń znajdujących się w pasie drogowym – np. słupów, barier, poręczy, elementów mostów i przepustów – do umieszczania na nich plakatów i innych materiałów wyborczych.

Banery wyborcze umieszczone w polu widzenia użytkownika drogi stanowią reklamę i ich lokalizacja wymaga przeprowadzenia postępowania w trybie przepisów ustawy. **(NS)**

PRZECZYTAJ WIĘCEJ NA DTS24.PL

Nowy serial Netflixa nagrywano w wiosce romskiej w Maszkowicach

Zyskujący popularność na Netflixie serial „Infamia” był kręcony m.in. w Maszkowicach, w wiosce romskiej. Dramat opowiada o nastoletniej Romce, która mierzy się zarówno z dyskryminacją ze strony Polaków, jak i z własną rodziną.

Światowa premiera „Infamii” odbyła się 6 września. Zdjęcia do serialu były kręcone w: Nowej Rudzie, Wałbrzychu, wsi Maszkowice na Sądecczyźnie i w Walii (Wielka Brytania). Serial stworzyła Anna Maliszewska. Odtwórczynią głównej roli jest Zofia Jastrzębska, znana z takich produkcji jak „Warszawianka” i „Dziewczyna i kosmonauta”. **(NS)**

PRZECZYTAJ WIĘCEJ NA DTS24.PL

Potrzebna armia dobroczyńców dla Bogdana Gumulaka

Wcześniej to on ratował życie ludzi. Teraz my mamy okazję odwdzięczyć się i pomóc ratować jego. Zdrowie i życie strażaka – Bogdana Gumulaka zależy między innymi od tego, czy i jak szybko osiągnięty zostanie wstępny etap zbiórki pieniędzy na jego leczenie (250 tysięcy złotych). Ta kwota otwiera szansę na pierwszą wizytę strażaka w klinice w Szwajcarii. To jedyna nadzieja...

Bogdan Gumulak zachorował w 2019 roku. Diagnoza brzmiała: złośliwy nowotwór nerki. Gdy pojawiły się przerzuty, walka okazała się zbyt nierówna. Strażak obecnie jest leczony przy użyciu najbardziej zaawansowanych metod jakie dostępne są w Polsce. Nie odpuszcza – dzisiaj zwyczajowo pełnił powierzone mu obowiązki zastępcy komendanta PSP. Nie poddaje się. **(GW)**

PRZECZYTAJ WIĘCEJ NA DTS24.PL

Matka Sybiraczka w Nowym Sączu

Kilkaset tysięcy Polaków wywieziono na Sybir. Co trzeci został tam na zawsze. Niech ten mural skłania ku refleksji, że nie chcemy, aby kiedykolwiek jeszcze powtórzył się scenariusz, w którym dzieci cierpią za poczynania dorosłych – zaznaczył Kazimierz Korczyński, Sybirak, prezes Związku Sybiraków w Nowym Sączu.

18 września nastąpiło uroczyste odsłonięcie muralu pamięci Matki Sybiraczki, który powstał z inicjatywy społeczności Zespołu Szkół nr 2 im. Sybiraków w Nowym Sączu. Twórcą niezwykłego muralu jest Mariusz Brodowski, znakomity artysta znany również jako Mgr Mors. Chociaż jak skromnie podkreślał, on był zaledwie dyrygentem i czuwał nad postępem prac. **(DK)**

PRZECZYTAJ WIĘCEJ NA DTS24.PL

dts24

Wydawca:
Wydawnictwo DOBRE
Sp. z o.o. 33–300 Nowy Sącz,
ul. Żywiecka 25.
ISSN 2082–209X.

Redakcja:
„Dobry Tygodnik Sądecki”,
www.dts24.pl,
tel.18 544 64 41,
redakcja@dts24.pl

Redaktor naczelny Wydawnictwa Dobre:
Wojciech Molendowicz,
w.molendowicz@dts24.pl

Z-ca redaktora naczelnego ds. tygodnika DTS:
Jolanta Bugajska,
j.bugajska@dts24.pl

Redaguje Zespół:
Katarzyna Gajdosz-Krzak,
Iwona Kamieńska,
Dawid Kulig,
Agnieszka Małecka,
Kinga Nikiel-Bielak,
Natalia Nikiel,
Ireneusz Pawlik,
Natalia Sekuła

Redaktor senior:
Jerzy Wideł

Dyrektor Biura Reklam i Ogłoszeń:
Katarzyna Magiera,
k.magiera@dts24.pl,
tel. 530 032 633

Biuro Reklam i Ogłoszeń:
Bożena Baran,
b.baran@dts24.pl
Beata Ziemba,
b.ziemba@dts24.pl,
tel. 889 020 766

Dyrektor ds. kolportażu:
Mateusz Węglowski-Król,
tel. 665 270 230

Grafika i łamanie:
Piotr Płachta,
tel. 602 522 291

Druk:
Polska Press Grupa
Oddział Poligrafia Drukarnia Sosnowiec.

Partnerzy wydania:
TRADYCJA Wikar Liderui

TRADYCJA
FABRYKA OKIEN

SZYBKO, TANIO, SOLIDNIE

OKNA PCV

DRZWI PCV

ROLETY

Tradycja Fabryka Okien Sp. z o.o. Sp.K.
ul. Elektrodowa 47
33-300 Nowy Sącz

Tel.: +48 18 44 44 028

www.tradycja.biz

-20%
Z KODEM "TRADYCJA"

Partnerzy wydania:

Hitówki

GRUPA psb MRÓWKA
PODRZECZE

OFERTA WAŻNA
od 2.10 do 21.10.2023 r.
lub do wyczerpania zapasów

1899 zł szt.

Drzwi VICTORIA INOX ECO THERMO

4-przylgowe, ciepłe skrzydło 70 mm
ościeżnica stalowa + próg systemowy
system podwójnej uszczelki,
szerokość: 90 cm

1689 zł szt.

Drzwi zewnętrzne TULUZA

kolory: antracyt, orzech, szer. 90 cm,
w komplecie klamka, szyld, wkładki,
system podwójnej uszczelki

39 zł szt.

Termowentylator 1000/2000 W

moc 2000 W,
2-stopniowa regulacja
mocy

9,99 zł opak.

Drewno rozpałkowe 5l

Podrzecze 196, tel. 18 541 64 20, godz. otwarcia: pn.-pt.: 7^{00} - 20^{00}, sob.: 8^{00} - 18^{00}

Hitówki

GRUPA psb MRÓWKA
PODRZECZE

OFERTA WAŻNA
od 2.10 do 21.10.2023 r.
lub do wyczerpania zapasów

1,39 zł szt.

Butelka MONOPOL 500ml

idealna na nalewki i wina

15,99 zł szt.

Gąsior DAMA 5l

5 l, koszyk plastikowy

377 zł szt.

NAC pilarka spalinowa

silnik dwusuwowy o pojemności 49,3 cm^3, moc nominalna 1,9 kW, długość prowadnicy 45 cm

127 zł szt.

NAC odkurzacz/dmuchawa elektryczna do liści

moc 3200 W, regulowana prędkość powietrza 160-250 km/h, wbudowany rozdrabniacz liści, redukcja objętości liści 10:1

Podrzecze 196, tel. 18 541 64 20, godz. otwarcia: pn.-pt.: 7^{00} - 20^{00}, sob.: 8^{00} - 18^{00}