



Mieszkańcy mogą zdecydować

Dwa warianty nowego wyglądu pl. Biegańskiego

■ s. 3

Statystyki w górę

Katowice Airport z rekordową liczbą podróżnych w lipcu

■ s. 6

Święto miasta

Seria imprez z okazji w ramach dni Czestochowy

■ s. 2

Torowiska po serwisie

Przez aleję Pokoju znów będą kursować tramwaje

■ s. 6

Uroda

Chroń swoją skórę przed promieniowaniem UV.

Czy słońce szkodzi włosom?

Sprawdź, jak o nie zadbać!

Jakie okulary przeciwsłoneczne są modne w tym sezonie?

■ s. 12



Od 1 września

Szczepienia przeciw HPV dla dzieci już od 9. roku życia

■ s. 10

Regaty o Puchar Prezydenta Czestochowy

Niemal setka żeglarzy rywalizowała w Poraju

■ s. 15



Festiwal Piwa

BEER & FOOD TRUCK FESTIVAL 2024
6-8 WRZESNIA



■ s. 7-9

fot. freepik



Resort zdrowia zabrał głos

Rejestr ciąż zostanie wycofany?

Resort zdrowia zapowiedział, że zmienione zostaną przepisy o przekazywaniu do rejestru zdarzeń medycznych informacji o ciąży - będą one mogły być przekazywane wyłącznie na wyraźne życzenie pacjentki.

Minister Zdrowia Izabela Leszczyna podjęła decyzję o nowelizacji obowiązującego rozporządzenia. Wprowadzi ono zasadę przekazywania informacji o ciąży do SIM wyłącznie na wyraźne życzenie pacjentki - poinformowało w piątek Ministerstwo Zdrowia i zapowiedziało, że jeszcze w sierpniu opublikowany zostanie projekt znowelizowanego rozporządzenia MZ, które wejdzie w życie we wrześniu br.

Głos w sprawie wzbudzającego kontrowersje „rejestru ciąż” zabrał premier Donald Tusk: „Dla nas jest rzeczą ważną, by nie było wątpliwości: nie będzie obowiązku wpisywania do takiego rejestru ciąży kobiety ciężarnej bez jej zgody, woli, bez jej chęci. Będziemy chcieli, aby informacja

o ciąży była wyłącznie do dyspozycji lekarzy, wtedy kiedy potrzebne jest to dla ratowania zdrowia, życia, bo mogą być takie przypadki. Ale obecność w rejestrze ciąż będzie wyłącznie za zgodą zainteresowanej. Skończy się ten okres przykryj ciemnej dwuznaczności wokół tego, jak się traktuje w Polsce ciężarne kobiety” - powiedział szef rządu.

Niebawem kraje członkowskie UE będą musiały wdrożyć usługi wymiany skróconej karty zdrowia pacjenta (Patient Summary), której jednym z elementów jest informacja o ciąży. Wynika to z rozporządzenia w sprawie europejskiej przestrzeni danych dotyczących zdrowia, które zostało uchwalone przez Parlament Europejski i zostanie opublikowane do końca 2024 roku. Termin wdrożenia przez państwa członkowskie UE tych rozwiązań, wynikający z rozporządzenia to 2028 r., czyli 4 lata od publikacji. Jak uspokaja MZ, na dziś nie ma formalnego, wynikającego z regulacji unijnych obowiązku obowiązkowego przekazy-

wania do Systemu Informacji Medycznej (SIM) informacji o ciąży, poza krajowym rozporządzeniem o raportowaniu tych informacji, wprowadzonym przez rząd PIS.

Wytyczne dla szpitali, dotyczące terminacji ciąży

Minister Zdrowia we współpracy z Ministrem Sprawiedliwości do końca sierpnia opracuje i prześle podmiotom leczniczym (szpitalom), szczegółową informację na temat obowiązujących przepisów prawa w zakresie dostępu do przerwania ciąży. Wytyczne będą instrumentem, który pozwoli podmiotom leczniczym na właściwe stosowanie przepisów prawa w tym zakresie, a tym samym spowoduje poprawę faktycznej dostępności do procedury terminacji ciąży (aborcji). Narzędzie to ma na celu jednakowe i zgodne z prawem traktowanie kobiet, które chcą skorzystać z przysługującego im w tym zakresie prawa.

■ Paula Nogaj

Święto miasta

Seria imprez z okazji w ramach dni Częstochowy 2024

Program 32. Dni Częstochowy i imprez im towarzyszących
23 sierpnia (piątek)

Plac za pętlą tramwajową w Dzielnicy Północ, ul. gen. Augusta Fieldorfa-Nila/aleja Wyzwolenia
16.30 – Ogłoszenie wyników i wręczenie nagród w konkursach:

„Najładniejsza działka ROD 2024”

„Najładniej ukwiecony balkon 2024”

17.00 – koncert Muzycznych Astronautów

„Lato Zet”

18.00 – Julia Żugaj

19.30 – Daria Marx

20.30 – Grzegorz Hyży

Organizatorzy – Miasto Częstochowa, Music Events Spółka z o.o., Ośrodek Promocji Kultury „Gaude Mater”

24 sierpnia (sobota)

Promenada im. Czesława Niemena

12.00 – Mistrzostwa Polski Pojazdów Zabytkowych – „Pokaz Elegancji”

Organizator – Automobilklub Częstochowski
Parking Galerii Jurajskiej

15.00 – Częstochowa Summer Festival

• PlanBe

• Smolasty

• DJ Max Kolankov

• DJ Chojrak

Organizatorzy – Imprezowy Kartel i Galeria Jurajska

25 sierpnia (niedziela)

Park Wypoczynkowy „Lisinec”

15.00 – Festiwal Kolorów

Organizator – Stowarzyszenie Festiwal Kolorów
Filharmonia Częstochowska im. Bronisława Hubermana

18.00 – Wręczenie nagród i wyróżnień:

• odznaczeń Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego „Zasłużony dla Kultury Polskiej”

• Nagród Miasta Częstochowy w Dziedzinie Kultury

• wyróżnienia „Mecenas Kultury”

potem:

Koncert Muzyki Filmowej w ramach Letniego Jurajskiego Festiwalu Muzycznego 2024

Orkiestra Symfoniczna Filharmonii Częstochowskiej

Adam Klocek – dyrygent, prowadzenie

Organizatorzy – Miasto Częstochowa, Regionalny Ośrodek Kultury, Filharmonia Częstochowska im. Bronisława Hubermana

Stary Rynek

18.00 – Koncerty z cyklu „Z Kulturą na Stary Rynek”

Organizator – Stowarzyszenie Aktywności Studentów „SAS”

26 sierpnia (poniedziałek)

Klasztor oo. Paulinów na Jasnej Górze

19.00 – Msza święta w intencji Miasta i jego mieszkańców

Organizator: Kuria Metropolitalna w Częstochowie



Fot. UM Częstochowy

Dni Częstochowy rozpoczną się w piątek, 23 sierpnia od koncertów w dzielnicy Północ – na scenie wystąpią Julia Żugaj, Daria Marx i Grzegorz Hyży. W sobotę z kolei będzie można zobaczyć rewię pięknych, zabytkowych aut, a w niedzielę wziąć udział w Festiwalu Kolorów. Sprawdźcie szczegóły program wydarzenia i imprez mu towarzyszących.

- W piątek, 23 sierpnia, kilkudniową serię specjalnych wydarzeń w Częstochowie rozpoczną koncerty w ramach ogólnopolskiej trasy „Lato ZET”. Na skwerze za pętlą tramwajową w dzielnicy Północ wystąpią Julia Żugaj, Daria Marx i Grzegorz Hyży. Dzień później, 24 sierpnia, odbędą się prezentacje zabytkowych aut na Promena-

dzie Niemena oraz koncerty na parkingu Galerii Jurajskiej – wystąpią tam Smolasty, PlanBE, DJ Max Kolankov i DJ Chojrak. Natomiast w niedzielę zwłaszcza młodzi mieszkańcy i mieszkanki Częstochowy – a pewnie regionu – chętnie przyjdą do Parku Lisinec na Festiwal Kolorów. Organizator zapowiada udział m.in. piosenkarza Ozuu oraz raperów Zeamsone i FILLO. Za oprawę muzyczną będzie odpowiadał DJ DAN – zapowiada częstochowski magistrat. Z kolei 25 sierpnia odbędzie się uroczysty koncert w Filharmonii Częstochowskiej połączony z wręczeniem nagród w dziedzinie kultury. Ostatni akcent miejskiego święta zaplanowano jeszcze na poniedziałkowy wieczór.

■ Oprac. pn

WIELKIE OTWARCIE

SKLEP MILITARNY

GUNSZOP.PL

Z BRONIĄ PALNĄ I AKCESORIAMI

24 SIERPNI

**UL. DZIKA 3/7
CZĘSTOCHOWA
GODZ. 10:00**

Mieszkańcy mogą zdecydować

Dwa warianty nowego wyglądu placu Biegańskiego

Na placu Biegańskiego stanęły wielkoformatowe plansze prezentujące dwa warianty zmian wyglądu placu i jego charakteru. Miasto zachęca do dyskusji na temat jego przyszłości i zapowiada początek wyścigu po pieniądze z unijnych programów.

– Prezentujemy dwie wersje, jedną „postępową”, odważną i drugą bardziej klasyczną. Zobaczymy, która przypadnie mieszkańcom i mieszkańcom bardziej do gustu. Będą oni mogli do 2 września podziwiać obie wersje na planszach. Będzie też możliwy wirtualny spacer – poprzez gogle VR zajrzemy na plac w obu wersjach, po to, by w ramach konsultacji społecznych między 3 a 16 września w ankiecie internetowej zdecydować, który wariant jest lepszy i bardziej przyjazny – mówił podczas konferencji Krzysztof Matyjaszczyk.

Prezydent Częstochowy zaprasza mieszkańców do zapoznania się z obiema koncepcjami i dyskusji. – Dla nas jest ważne, by przyspieszyć pracę nad tym projektem, przedyskutować go na wszelkie sposoby, żeby być gotowymi na składanie wniosków o fundusze europejskie. Już

niedługo będą ruszać programy unijne, a my musimy być na ten „pociąg z pieniędzmi” jak najlepiej przygotowani – dodaje wódtarz naszego miasta.

Nowy plac Biegańskiego w goglach VR

Przez najbliższe trzy weekendy w godzinach od 13 do 19 na placu Biegańskiego będzie można oglądać obie koncepcje nowego placu Biegańskiego za pomocą gogli VR. Reprezentanci Grupy Verso będą przy okazji tłumaczyli, co wpłynęło na powstanie każdego z wariantów.

Miasto przypomina, że do pierwszych dyskusji o możliwych zmianach zagospodarowania placu Biegańskiego Miasto zaprosiło w ubiegłym roku. 22 marca 2023 r. informowało o rozpoczęciu prac koncepcyjnych nad zmianami, a jednocześnie zwracało się do mieszkańek i mieszkańców z prośbą o sugestie w tej sprawie – tak, aby mogła powstać tam przestrzeń spełniająca ich oczekiwania. Skończył się okres trwałości projektu unijnego, co oznacza możliwość ingerowania w sam plac. Pojawia się możliwość skorzystania z nowych środków



unijnych na ten cel, a więc i konieczność odpowiednio wczesnego przygotowania się do ich wydatkowania. Zmiany na placu Biegańskiego wpisują się

w program „CzęstoZielona” – wprowadzania dodatkowych mini-parków, drzew, krzewów i łąk w miejską przestrzeń. Zieleni było zbyt mało w tworzonym kil-

kanaście lat wcześniej projekcie rewitalizacji, a aneks dołożony później tylko w pewnym stopniu poprawił udział zieleni we wprowadzonej w życie koncepcji.

Cele metamorfozy to m.in. zaakcentowanie reprezentacyjnego charakteru placu oraz jego uniwersalność – ma łączyć funkcję lokalizacji uroczystych wydarzeń z funkcją rozrywkową. Intencją jest stworzenie chętniej i częściej odwiedzanego miejsca spotkań, ale i przestrzeni, która mogłaby być pokazywana z dumą gościom miasta.

Architektoniczna pracownia Verso w ostatnich latach zdobyła m.in.: I nagrodę w konkursie „Baumit – Fasada Roku 2018” w kategorii dom jednorodzinny nowy oraz nagrodę główną i wyróżnienie w konkursie „Architektura Roku Województwa Śląskiego 2019” w kategorii dom jednorodzinny. Grupa realizuje obiekty mieszkalne, usługowe, projekty urbanistyczne oraz instalacje przestrzenne, ma na koncie m.in. projekt koncepcyjny zagospodarowania terenów zielonych wokół stołecznej Galerii Północnej, ale i tego samego rodzaju projekt przy Galerii Jurajskiej w Częstochowie.

■ Oprac. pn





PIXEL CLINIC

CYFROWA STOMATOLOGIA

NOWA PORADNIA STOMATOLOGICZNA W CENTRUM MEDYCZNYM KLARA

- Ⓢ CYFROWA ORTODONCJA
- Ⓢ STOMATOLOGIA DZIECIĘCA
(ZABIEGI W SEDACJI PODTLENKIEM AZOTU ORAZ ZABIEGI W NARKOZIE)
- Ⓢ ENDODONCJA LASEROWA
- Ⓢ IMPLANTOLOGIA NAWIGOWANA
- Ⓢ CHIRURGIA
- Ⓢ PROTETYKA
- Ⓢ LASEROWE LECZENIE PRÓCHNICY
- Ⓢ PROFILAKTYKA
- Ⓢ PEŁNA DIAGNOSTYKA
W CENIE KONSULTACJI





576 43 09 09
34 343 09 09



ul. Wały Dwernickiego 43/45,
42-202 Częstochowa (w CM KLARA)



www.pixelclinic.pl

Inwestycje

Trwają wakacyjne remonty w Filharmonii Częstochowskiej

W Filharmonii Częstochowskiej trwają niezbędne prace modernizacyjne i renowacyjne. Zdania, których łączny koszt to ok. 2 mln 150 tys. zł powinny zostać zakończone przed rozpoczęciem nowego sezonu artystycznego.

Jak informuje częstochowski magistrat, realizacja tych zadań możliwa jest dzięki decyzji o współprowadzeniu Filharmonii Częstochowskiej obok Miasta Częstochowy – także przez samorząd Województwa Śląskiego, czego efektem było przekazanie przez władze marszałkowskie Fil-

harmonii pierwszej dotacji pod koniec ubiegłego roku.

- Część prac rozpoczęła się już w grudniu, natomiast te, które utrudniałyby funkcjonowanie tej instytucji kultury w czasie sezonu artystycznego zaplanowano na wakacyjną przerwę. Z zewnątrz najbardziej widoczny jest obecnie remont schodów frontowych i ewakuacyjnych, realizowany kosztem 691 tys. zł. Ważna była też naprawa dachu o powierzchni 1,8 tys. m kw. (koszt 380 tys. zł), remont oświetlenia muszli koncertowej (270 tys. zł), podłogi sceny sali

koncertowej (70 tys. zł) oraz kurtyny horyzontowej (44 tys. zł). W zakres już zakończonych lub jeszcze trwających robót wszedł także: remont klubokawiarni (odgrzybianie i tynki renowacyjne – 275 tys. zł), remont agregatów wody lodowej (80 tys. zł), remont bramy wjazdowej, wejścia służbowego i ogrodzenia parkingu od placu Armstronga (65 tys. zł), malowanie pomieszczeń Filharmonii (157 tys. zł) oraz remont ścian po zalaniach (82 tys. zł). Na drugą połowę sierpnia planowane jest jeszcze pranie tapicerki i mycie elewacji Filharmonii – wylicza częstochowski magistrat.

Urząd Miasta Częstochowy przypomina, że Filharmonia Częstochowska im. Bronisława Hubermana przeszła rozbudowę i modernizację kosztem 38 mln zł (z dofinansowaniem unijnym) kilkanaście lat temu (zakończoną w 2012 r.). Później trwały w niej naprawy gwarancyjne i doraźne prace pogwarancyjne, ale narastała potrzeba przeprowadzenia prac modernizacyjnych w szerszym zakresie, co udało się zaplanować i zrealizować w obecnym roku.

Oprac. pn



Fot. Grzegorz Skowronek (UM)

Częstochowa

7 osób skazanych w związku z nielegalnym przewozem migrantów

7 osób zostało skazanych na pozbawienie wolności przez Sąd Okręgowy w Częstochowie w związku z organizowaniem obywatelom Syrii nielegalnego przekraczania granic polsko-słowackiej i polsko-niemieckiej.

W marcu 2024 roku do Sądu Okręgowego w Częstochowie trafił akt oskarżenia przeciwko 7 osobom, dotyczący organizowania obywatelom Syrii nielegalnego przekraczania granic polsko-słowackiej i polsko-niemieckiej. - W akcie oskarżenia prokurator przedstawił 5 mężczyznom i 2 kobietom w wieku od 23 do 61 lat zarzuty udziału w zorganizowanej grupie przestępczej i organizowania przekraczania wbrew przepisom granicy Rzeczypospolitej Polskiej. Ponadto Pawłowi B. i Robertowi K. przedstawiono zarzuty prowadzenia bezpośredniego niebezpieczeństwa katastrofy w ruchu lądowym. Pawłowi B. prokurator przedstawił także zarzut naruszenia sądowego zakazu prowadzenia pojazdów mechanicznych, a Robertowi K. zarzut przygoto-

wania do posłużenia się sfałszowanym prawem jazdy.

Sąd Okręgowy wydał wyrok, którym skazał oskarżonych na kary pozbawienia wolności od 1 roku i 6 miesięcy do 2 lat i 11 miesięcy. Przed sądem wszyscy oskarżeni złożyli wnioski o dobrowolne poddanie się karze. Prokuratura Okręgowa w Częstochowie ocenia wyrok jako słuszny – informuje prok. Tomasz Ozimek, rzecznik prasowy częstochowskiej prokuratury. Grupa przestępcza składająca się z mieszkańców Łodzi i okolic działała w 2023 roku, organizując obywatelom Syrii przekraczania wbrew przepisom granicy Rzeczypospolitej Polskiej. W grupie tej w ramach podziału ról część członków zajmowała się werbowaniem osób do przewożenia cudzoziemców oraz dostarczaniem im środków transportu i łączności, część przekazywała instrukcje dotyczące miejsc odbioru Syryjczyków na Słowacji i trasy przejazdu, a pozostali dokonywali fizycznego przewozu osób.

Oprac. pn

Zagraj z ZUSem w Częstochowie

Gra terenowa z okazji 90-lecia ZUS

W najbliższą środę, 21 sierpnia, mieszkańcy Częstochowy będą mogli wziąć udział w jedynej takiej grze terenowej „Bezpieczna przyszłość” z okazji jubileuszu 90 lat ZUS. Udział w niej jest bezpłatny, każdy może się zgłosić, a organizatorzy gwarantują dobrą zabawę, sporą dawkę wiedzy i ciekawe nagrody.

Gra terenowa „Bezpieczna przyszłość” z okazji jubileusz 90-lecia ZUS odbędzie się 21

sierpnia w Częstochowie w godzinach 09.00 – 14.00. Warunkiem uczestnictwa jest rejestracja odbywająca się bezpośrednio przed przystąpieniem do gry, czyli 21.08.2024 r. począwszy od godz. 8:50 w siedzibie Oddziału ZUS w Częstochowie przy ul. Dąbrowskiego 43/45, wtedy też zostaną wydane Karty Gry. - W grze uczestniczyć mogą zarówno dzieci, młodzież, jak i osoby starsze, bo trasa jest tak przygotowana, że każdy ją spokojnie pokona. To zaledwie 4 km. Na tym odcinku znajdzie się pięć punktów kontrolnych, gdzie trzeba będzie rozwiązać zagadkę, krzyżówkę, odpowiedzieć poprawnie na pytania. Zadania związane będą z ubezpieczeniami społecznymi i ZUS, a odpowiedzi łatwo będzie znaleźć



fot. freepik

w przygotowanych materiałach lub od pracowników dyżurujących w punktach kontrolnych – wyjaśnia Beata Kopczyńska, regionalna rzeczniczka prasowa ZUS w województwie śląskim.

Gra terenowa ZUS to jedyne takie wydarzenie w kraju. Jej celem jest włączenie uczestników w uroczyste obchody jubileuszu 90-lecia ZUS, promocja wiedzy o ubezpieczeniach społecznych i Zakładzie Ubezpieczeń Społecznych, ze szczególnym uwzględnieniem jego historii, ale też aktywizacja

małych i dużych mieszkańców Częstochowy. Zaletą gry jest możliwość aktywnego spędzenia końcówki wakacji, zdobycia ważnej dla każdego wiedzy na temat ubezpieczeń społecznych, ale też otrzymanie jubileuszowych gadżetów. - W tej grze nie ma przegranych. Każdy uczestnik otrzyma na koniec nagrodę, natomiast dla pierwszych 20 osób, które prawidłowo rozwiążą zadania i najszybciej dotrą do mety – ufundowano dodatkowe nagrody. Serdecznie zapraszamy do świętowania naszych urodzin – 90 lat ZUS – informuje Beata Kopczyńska

Informacje na temat Gry Terenowej „BEZPIECZNA PRZY-SZŁOŚĆ” Jubileusz 90-lecia ZUS można uzyskać od Katarzyny Siwczyńskiej - koordynatorki ds. komunikacji społecznej i edukacji w częstochowskim ZUS, tel. 034 368 91 16, 665 090 588, email: katarzyna.siwczynska@zus.pl lub na stronie internetowej.

Partnerzy wydarzenia: Politechnika Częstochowska, Uniwersytet Jana Długosza w Częstochowie Śląski Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia Delegatura w Częstochowie.

Oprac. pn

www.szpieg.sklep.pl

NIGDY NIE WIESZ
KTO CIĘ OBSERWUJE

SZPIEG
sklep detektywistyczny

ALKOMATY
KALIBRACJA

PODSIĘCZNI
KALIBRACJA
WYKRYWACZE

ZMIANA ADRESU
MONTAŻ I KOMPJUTER

DYKTAFONY
KAMERY UKRYTE

Aleja NMP 21a, Częstochowa
tel. 510 506 996, 693 297 071



Uniwersytet Jana Długosza w Częstochowie



Uniwersyteckie zajęcia dla wszystkich!

Oferujemy:

- kursy języka ogólnego oraz specjalistycznego
- kursy językowe dla osób w każdym wieku
- kursy maturalne
- kursy dla ósmoklasistów
- konwersacje
- zajęcia indywidualne
- różne poziomy zaawansowania
- bardzo atrakcyjne ceny (zniżki dla osób związanych z UJD)
- certyfikowanie wybranych kursów
- zajęcia w 3 systemach: stacjonarnym, online i mieszanym

Zapisz się już dziś i zapewnij sobie miejsce w grupie!

Pełna oferta kursów na stronie <http://www.ucku.ujd.edu.pl/>
Zadzwoń do nas lub wyślij maila, a my skontaktujemy się z Tobą!
Znajdziesz nas w Uniwersyteckim Centrum Kształcenia
Ustawicznego Uniwersytetu Jana Długosza w Częstochowie
Adres: **ul. Zbierskiego 2/4, pok. 3.09**
Telefon: +48 34 378 31 19; 34 378 31 20; 34 378 31 43
E-mail: ucku@ujd.edu.pl

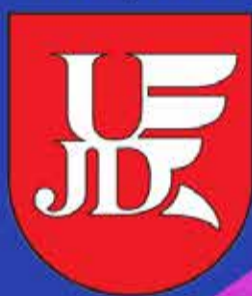


KURSY JĘZYKOWE

- *angielski*
- *niemiecki*
- *polski dla obcokrajowców*
- *francuski*
- *chiński*
- *japoński*
- *hiszpański*
- *portugalski*
- *słowacki*
- *czeski*
- *włoski*
- *koreański*
- *chorwacki*
- *szwedzki*



Uniwersytet Jana Długosza w Częstochowie



**ZAINWESTUJ W SIEBIE
ZAPISZ SIĘ!**

STUDIA PODYDPLOMOWE

Uniwersyteckie Centrum Kształcenia Ustawicznego

tel. 343783119; 343783120; 343783143

ucku@ujd.edu.pl

www.studiapodyplomowe.ujd.edu.pl

zakładka "KIERUNKI"



Rekrutacja trwa!

- Spectrum Autyzmu. Komunikacja. Diagnoza i terapia
- Specjalista ds. kadr i płac
- Bezpieczeństwo i Higiena Pracy
- Dietetyka - poradnictwo żywieniowe
- Prawo i zarządzanie w sporcie
- Bezpieczeństwo i jakość żywności
- Surowce naturalne w dietetyce, kosmetyce i lecznictwie
- Instrumentalistyka



Torowiska po serwisie

Przez al. Pokoju znów
będą kursować tramwaje

fot. Łukasz Kolewiński UM

Prace serwisowe torowisk dobiegły końca. W związku z finalizacją tego zadania, od 19 sierpnia tramwaje wrócą do kursowania przez Aleję Pokoju.

– Prace remontowe torowisk na terenie całego miasta dobiegły końca. Dzięki temu do kurso-

wania w swoich pełnych relacjach powrócą linie tramwajowe 1, 2 i 3. Zostanie wprowadzony na nich nowy rozkład jazdy. Jednocześnie zastępcza linia autobusowa 93 ulegnie likwidacji – informuje Wydział Inżynierii Miejskiej i Kontroli

■ Oprac. pn

Statystyki w górę

Katowice Airport z rekordową liczbą
podróżnych w lipcu

W lipcu 2024 roku na katowickim lotnisku obsłużono w ruchu ogółem 847 410 pasażerów, to jest o 90 851 więcej (+12,0%) w porównaniu z tym samym okresem w zeszłym roku. Jednocześnie pierwszy raz w historii Katowice Airport została przekroczona granica 800 tys. podróży obsłużonych miesięcznie.

Z siatki połączeń regularnych – obsługiwanych w Pyrzowicach przez linie Wizz Air, Ryanair, PLL LOT oraz Air Dolomiti/Lufthansa – w lipcu br. skorzystało 315 630 podróżnych, tj. o 19 248 więcej (+6,5%) niż rok wcześniej. Największym zainteresowaniem w tym czasie cieszyły się loty do Dortmundu, Londynu-Luton, Londynu-Stansted, Frankfurtu i Eindhoven.

Na połączeniach czarterowych obsłużono w Pyrzowicach 527 692 osób, czyli o 69 892 więcej (+15,3%) niż w lipcu 2023 roku. W gronie najpopularniejszych tras realizowanych na zlecenie biur podróży znalazły się: Antalya, Hurghada, Marsa Alam, Dżerba oraz Heraklion.

W poniedziałek 15 lipca w Pyrzowicach obsłużono trzymilionowego pasażera w 2024 roku. Nigdy



wcześniej w historii lotniska nie odnotowano takiej liczby podróży w takim czasie. Pobity został rekord z 2023 roku, kiedy taki wynik zanotowano 31 lipca.

W siódmym miesiącu 2024 roku w Katowice Airport odnotowano 5 598 startów i lądowań statków powietrznych, czyli o 132 więcej (+2,4%) niż w tym samym czasie rok wcześniej.

„Za nami półmetek wakacji i już teraz możemy powiedzieć, że będzie to najlepszy szczyt sezonu letniego w historii portu. W sierpniu spodziewamy się również około

840 tys. podróży. Według aktualnej prognozy, cały 2024 rok powinniśmy zamknąć wynikiem powyżej 6,2 mln pasażerów” – mówi Artur Tomasik, prezes Zarządu Górnośląskiego Towarzystwa Lotniczego SA.

Od stycznia do końca lipca br. na lotnisku im. Wojciecha Korfanteo obsłużono w ruchu ogółem 3 463 319 podróży, to jest o 460 815 więcej (+15,3%) w porównaniu z tym samym okresem minionego roku.

■ Mat. pras.

CRISTAL
WODA ŹRÓDLANA

Nawodnienie
i przejrzysty smak

CRISTAL WODA ŹRÓDLANA LEKKO GAZOWANA
CRISTAL WODA ŹRÓDLANA NIEGAZOWANA
CRISTAL WODA ŹRÓDLANA GAZOWANA

Piwo KALEA



Kalea to mała firma kochająca piwo, która została założona w Salzburgu w 2010 roku i współpracuje z wieloma rzemieślniczymi austriackimi i niemieckimi browarami. Firma zastąpiła ze swojego piwnego kalendarza adwentowego, który od 2010 roku zaskakuje nowym wyborem piwa, a teraz stał się prawdziwym kultem. Sukces kalendarza zainspirował zespół do stworzenia wielu innych ofert i piwnych pudełek. W 2016 roku Kalea opracowała pierwszą niemieckojęzyczną platformę oceny piwa. Obecnie na tej platformie (BeerTasting.APP) prezentowanych jest około 150 000 piw z ponad 14 500 browarów.

Nasz cel:

- dać radość i entuzjazm dzięki naszym produktom
- promować austriacką i niemiecką charakterystyczną kulturę piwną
- stworzyć świadomość różnorodności odmian piwa.

American Chicken



Kolejna zwariowana ekipa przyjedzie do Was na Festiwal. 🍗 Wieziemy dla Was pyszne chrupiące kawałki kurczaka 🍗🍗 (skrzydełka i stripsy)! Będą zestawy z kawałkami kurczaka 🍗 i frytkami 🍟 oraz Soczyste Burgery 🍔🍔 z kurczakiem i pysznymi dodatkami 🥕🍅🍌

American Burger



Będziemy smażyć dla Was nasze Bugsy🍔!!!

A co dla Was mamy ?

Przygotowaliśmy dla Was między innymi 🍔🍔🍔

- ✓ Solidną porcję wysmażonej w punkt wołowiny! 160g mięsa 🍖
- ✓ Sosy, o których recepturze marzą nawet najwięksi krytycy! 🍷
- ✓ Dodatki, skomponowane zawsze z największą starannością 🍌
- ✓ No i ona 🍞 Wypiekana na specjalne zamówienie bułka maślana 🍞 Przyjdź, sprawdź, powiedz czy ci smakowało 🍔🍔🍔 To co, WIDZIMY SIĘ ! ?

Browar Magic Road



Ponad 10 lat temu, kiedy piwna rewolucja zawitała do Polski, zaangażowaliśmy się w nią całym sercem. Od tej pory uczestniczymy aktywnie, prywatnie i zawodowo, w rozwoju piwa rzemieślniczego. Trzy lata temu postawiliśmy wszystko na jedną kartę i otworzyliśmy kontraktowy browar rzemieślniczy. Nazywamy się Magic Road, poznaj naszą magiczną drogę.

Browar Zamkowy w Raciborzu



Browar Zamkowy w Raciborzu posiada spośród wciąż działających w Polsce browarów jedną z najstarszych tradycji warzenia piwa. Pierwsze oficjalne wzmianki o browarze pochodzą aż z 1567 roku. Browar Zamkowy hołduje raciborskiej tradycji warzenia. Piwo, niezmiennie, powstaje tylko z pełnowartościowych i naturalnych składników, a cały proces fermentacji odbywa się jak przed wiekami w otwartych kadziach. W skarpie zamkowego wzgórza piwo leżakuje przez okres minimum 4 tygodni do nawet kilku miesięcy w zależności od stylu. W tym czasie nabiera swoich wyjątkowych walorów smakowych i zapachowych, a także w sposób naturalny nasycy się dwutlenkiem węgla.

Plan B - szarpana wieprzowina



Kolejny Food Truck to wyjątkowy Street Food w Waszym mieście! Tu zaczyna się pasja i miłość do gotowania. Szanujemy produkt. Udowadniamy, że jedzenie może być przygodą. Nasz PULLED PORK przeniesie Cię w klimat Nowojorskiego street foodu PLAN B street food.

Taurus Street Food



Zapraszamy do Taurus Street Food który powstał dla największych żartków. Nasze Hot Dogi to 30 cm starannie zapiekanej bułki z grillowaną parówką, serem bekonem no i oczywiście cebulką prażoną i warzywami. A jeśli chcielibyście spróbować hot doga innego niż wszystkie, wybierzcie z kurczakiem w chrupiącej panierce. Nie możecie też przejść obojętnie obok corn doga, amerykańskie danie typu fast food, jest to gorąca parówka na patyku, pokryta ciastem kukurydzianym, polana wybranym sosem.

Hop Head



Jesteśmy jednym z pionierów polskiego kraftu. To spod naszych rąk wyszły legendarne już marki jak Roving Jack, Crazy Mike czy Smoky Joe. Przez 12 lat działalności stworzyliśmy już ponad 250 unikalnych piw. Jesteśmy Hop Headami, dlatego naszą wizytówką od zawsze są dobrze pochmielone IPA, ale nie unikamy też bardziej klasycznych stylów. Do dzisiaj, jako jedni z nielicznych, a być może jedyni na taką skalę, nie pasteryzujemy i nie filtrujemy naszych produktów.

PAN KOŁACZ



Czyli mobilny punkt gastronomiczny z kołaczami węgierskimi. Nasze kurtosze wypiekamy na świeżo z przyrządzonego wcześniej ciasta, które również robimy na miejscu sami na każdej imprezie plenerowej. Każdą oddzielną porcję ciasta nawijamy na drewniany wałek i wypiekamy w specjalnym piecu - tak powstają wspaniałe i pyszne kołacze. Podajemy je zazwyczaj na gorąco, prosto po wyjściu ich z pieca tak jak nakazuje węgierska tradycja. Najbardziej popularną wersją jest kołacz cytrynowy lub waniliowy. Do wyboru są jeszcze inne smaki takie jak: kakao, kokos, orzech i kolorowy, za którym najbardziej przepadają dzieci. Jest również wersja tradycyjna, czyli bez żadnych dodatków. Oprócz posypek możemy również zaproponować kremy, którymi kołacz jest cały wysmarowany w środku. Najpopularniejszy krem? Oczywiście, że nutella, ale mamy jeszcze białą czekoladę, słony karmel, masło orzechowe, krem kokosowy, krem ciasteczkowy i krem truskawkowy. Dla największych łasuchów proponujemy kołacz na wypasie, czyli kołacz różkowy wysmarowany dowolnym kremem z dodatkiem bitej śmietany i owoców (ananas i brzoskwinia) z polewą czekoladową lub owocową. Zapraszamy na pyszne węgierskie ciasteczka.

Browar Turek



Browar Turek to wyjątkowe miejsce prowadzone z pasją i pomysłem. Oprócz znakomitych wyrobów piwowarskich, Goście znajdą tutaj doskonałą kuchnię oraz wyjątkową atmosferę. Warzymy kilkanaście gatunków piwa. Do produkcji używamy najwyższej jakości składników i najnowszej technologii, pozwala to warzyć piwo o znakomitych walorach smakowych i doskonałym aromacie. Nasze Piwa to wielokrotni laureaci najbardziej prestiżowych konkursów piwnych: Konkursu Piv Rzemieślniczych KPR, Good Beer oraz Greater Poland

Browar Skrzat



Powstał z połączenia dwóch odmiennych pasji czyli do bajkowych postaci i dobrego piwa. Pamiętajcie niby takie niepozorne, małe skrzaty ale i też psotne bo potrafią niezłe kopnąć. A gdy nie psocą, mają oko na proces produkcji piwa.

Z beer trucka będą serwowane takie piwa jak, IPA oraz APA. Lekkie piwa owocowe oraz również w wersji podwójnej. Będą też kwaśne owocówki. Nie zabraknie też klasyków a mianowicie lagera, ciemnego lagera i pszenicy. Oczywiście nie zapominaamy o zmotoryzowanych dla których mamy bezalko.

Pan Pita



Food Truck w którym znajdziecie klasyczne greckie pity. W ich skład wchodzi oryginalny, grecki chlebek pita, domowy sos tzatziki, świeży pomidor, chrupiąca cebula oraz frytki. Do tego można zamówić wiele dodatków takich jak oliwki, chrupiący 7 boczek, ser cheddar, ser feta oraz wiele wiele innych

Do wyboru mam wersje wege - z grillowanym serem halumi lub mięsne wersje z marynowanymi kawałkami kurczaka lub Wolowo-jagnięcy biftek. Pycha!

Ziemniaczarnia Kraków



Frytki to jedno z tych potraw, które zawsze potrafią poprawić nastrój i dodać energii, niezależnie od tego, czy są podawane jako przekąska, czy też jako dodatek do głównego dania. W końcu, kto z nas nie uwielbia chrupiących, złocistych słupków ziemniaczanych, które idealnie komponują się z różnorodnymi sosami lub dipami. Jeśli jesteś, miłośnikiem frytek zapraszamy.

Browar Mentzen



Powołany został z zadaniem przypomnienia miłośnikom piwa, jak smakuje dobre i klasyczne piwo. Chcieliśmy, aby każdy mógł cieszyć się tym, co najlepsze. Nasze piwo produkujemy bez dodatków żadnych przyspieszaczy czy ulepszcaczy, nie znajdziecie tam w składzie kukurydzy, nie używamy cukru w żadnej fazie produkcji, bo uzyskujemy to wszystko z natury. Używamy naturalnych składników i tworzymy piwo, które cechuje się oryginalnym charakterem, posiada swoje unikalne walory smakowe. Wierzymy, że dzięki tym cechom nasze piwo jest ewenementem na polskim rynku, a historia naszego browaru dopiero się zaczyna.

AleBrowar



AleBrowar to dobre piwo i dobrzy ludzie. To pionierzy polskiego kraftu i współtwórcy piwnej rewolucji. To ludzie, którzy nie tylko chcieli zmian, ale także mieli odwagę, by wprowadzić je w życie. Jesteśmy jedynym browarem na świecie, który nie pasteryzuje ani nie filtruje swoich piw, a także zapewnia 12 miesięcy terminu przydatności do spożycia. NASZE PRODUKTY: Piwo; Piwo Bio; Napoje; Napoje Bio.

Naturkanka



Pamiętajcie gdy jedliście najlepszą zapiekankę w swoim życiu? Zapomnijcie o tym! Dzięki Naszym autorskim kompozycjom zrozumiecie co to znaczy pyszna zapiekanka.

Nasze zapiekanki:

- Wegerita: sos pomidorowy, ser
- Biała Dama: farsz pieczarkowy, ser
- Niezwykła: farsz pieczarkowy, ser, pomidorki koktajlowe, ogórki kiszony, szczypiorek, cebulka prażona
- Halny: farsz pieczarkowy, ser, kiełbasa, ogórek kiszony, oscypek
- Mięśny Jez: sos pomidorowy, ser, kiełbasa, salami, cebulka prażona
- Pieczara Smoka: farsz pieczarkowy, ser, płatki chilli, płatki czosnku, jalapeño
- Los Nachos: salsa, nachosy, ser, salami, gorący sos serowy
- Peppa Pig: sos pomidorowy, ser, mięso kebab, salami, boczek

Browar Rzemieślniczy Gryfus



Z wielką przyjemnością zapraszamy na częstochowski festiwal piwa, gdzie będziecie mieli okazję poznać szczeciński Browar Rzemieślniczy Gryfus, który z pasją i zaangażowaniem warzy wyjątkowe piwa kraftowe. Nasza przygoda z piwowarstwem rozpoczęła się w 2012 roku, kiedy to w zaciszu domowym doskonaliliśmy nasze umiejętności, tworząc pierwsze eksperymentalne receptury.

Zdobywając liczne wyróżnienia w konkursach dla piwowarów domowych, postanowiliśmy podzielić się naszymi medalowymi piwami z szerszym gronem odbiorców. Od 2019 roku z sukcesem warzymy piwo komercyjnie, oferując unikalne, nowofalowe trunki, które nie tylko wpisują się w najnowsze trendy, ale także oddają nasze osobiste upodobania i pasje.

Podczas festiwalu nie tylko zaprezentujemy naszą ofertę piw, ale również przywieziemy ze sobą prawdziwą perełkę regionalnej kuchni - kultowy paprykarz szczeciński. Ten wyjątkowy przysmak przywróci Wam wspomnienia z dzieciństwa racząc Wasze podniebienia.

Dołącz do nas na częstochowskim festiwalu piwa, aby odkryć fascynujący świat piw rzemieślniczych i skosztować wyjątkowych specjałów prosto ze Szczecina. Czekamy na Was z niecierpliwością!



FISZKA



Tym, co wyróżnia FISZKĘ jest forma podania potrawy wpisująca się idealnie w ideę TAKE AND GO, co sprawia, że klient może spożywać nasz wyjątkowy produkt w dowolny sposób siedząc lub idąc. Dotychczas w Polsce szprot kojarzył się przede wszystkim z rybą wędzoną. FISZKA postanowiła to zmienić i zaproponować znacznie smaczniejszą wersję. Szprotki są źródłem wysokowartościowego białka. Zawierają witaminy rozpuszczalne w tłuszczach - A, E i D. Dostarczają też składniki mineralne - fosfor magnez, żelazo, potas, selen, witaminy z grupy B oraz witaminy PP. Witamina D i fosfor z wapniem wzmacniają zęby, kształtują budowę kości, wpływają na proces wzrostu i odnowę komórek. Witamina A chroni oczy. Są też bogatym źródłem jodu, który zapobiega chorobom tarczycy i który wspomaga odchudzanie.

Browar Dzikie Wschód



- Łączymy nowoczesność z tradycją. Jeśli oczekujesz ciekawego produktu, nasza oferta jest szeroka - od chmielowego piwa bezalkoholowego przez tradycyjne lagery z polskim chmielem po owocowe kwaśne i dzikie piwa, jesteśmy Dzikie Wschód" tak o sobie mówi ekipa Browar Dzikie Wschód.

Browar Zamkowy Racibórz



posiada spośród wciąż działających w Polsce browarów jedną z najstarszych tradycji warzenia piwa. Pierwsze oficjalne wzmianki o browarze pochodzą aż z 1567 roku. Browar Zamkowy hołduje raciborskiej tradycji warzenia. Piwo, niezmiennie, powstaje tylko z pełnowartościowych i naturalnych składników, a cały proces fermentacji odbywa się jak przed wiekami w otwartych kadziach. W skarpi zamkowego wzgórza piwo leżakuje przez okres minimum 4 tygodni do nawet kilku miesięcy w zależności od stylu. W tym czasie nabiera swoich wyjątkowych walorów smakowych i zapachowych, a także w sposób naturalny nasycę się dwutlenkiem węgla.

Los Santos Bar



Jest food truckiem, serwującym kuchnię międzynarodową. Właściciele, którzy są kucharzami od kilkunastu lat skupili w jednym miejscu pasję do gotowania i podróży, a ich efektem jest marka, która istnieje od 2015r. Selekcja produktów oraz dbałość o szczegóły to według nich klucz do sukcesu. Dania podawane są w tortillach (meksykańskie burrito wołowe, tajski wrap z kurczakiem, bądź jako dania jednogarnkowe w kubeczkach (indyjski kurczak tikka masala, meksykańskie chilli sin carne).

Sprawdźcie koniecznie na ich FB, jakie menu zasługują podczas wizyty w Waszym mieście!

Browar Rzemieślniczy Jan Olbracht



Browar Rzemieślniczy Jan Olbracht to dynamicznie rozwijający się browar, który powstał w 2014 roku w Piotrkowie Trybunalskim. Według opinii środowiska piwowarskiego jeden z kilku projektów browarniczych ostatnich lat, które miały istotny wpływ na rozwój browarnictwa rzemieślniczego.

W sercu zakładu znajduje się warzelnia o wybitcu 80 hL, której towarzyszą dwie fermentownie o łącznej pojemności 840 hL. Wyjątkowość naszego browaru polega zarówno na tworzeniu wyśmienitych piw do których etykiety stworzył sam Andrzej Mleczek oraz m.in. na aktywnej współpracy z piwowarami domowymi w projekcie Kuźnia Piwowarów. Browar Jan Olbracht Rzemieślniczy nawiązuje do bogatych lokalnych tradycji piwowarskich w historii Piotrkowa. Wytwarza kilka stałych gatunków piw oraz okresowo limitowane i niepowtarzalne partie piw specjalnych pod nazwą Piotrek z bagien nawiązujących do lokalnych legend. Zwieńczeniem wiedzy, umiejętności oraz pracy naszych piwowarów jest niepowtarzalne piwo Kord, leżakowane w dębowych beczkach po whisky, którego proces wytwarzania może trwać nawet do 12 miesięcy. Dodatkową prężnie rozwijającą się działalnością browaru jest produkcja napojów bezalkoholowych z kultowymi postaciami Bolka i Lolka, Pana Jałowca i napoje z serii BJORN.

Wysoka jakość i tradycyjny smak produktów każdego dnia znajdują nowych klientów, natomiast elastyczne warunki współpracy i rzetelność firmy stale poszerzają grono zadowolonych odbiorców.



Resort zdrowia informuje

Jest plan dla Chorób Rzadkich na lata 2024-2025

Plan dla Chorób Rzadkich na lata 2024-2025" zawiera rozwiązania, których celem jest poprawa sytuacji pacjentów z chorobami rzadkimi i ich rodzin. Plan przewiduje kompleksową i skoordynowaną opiekę zdrowotną. Zakłada większy dostęp do nowoczesnej aparatury medycznej oraz leków i środków specjalnego przeznaczenia żywieniowego, które wykorzystywane są w chorobach rzadkich. Na ten cel przeznaczono prawie 100 mln zł.

Choroby rzadkie to całe spektrum różnorodnych, przewlekłych chorób, łączy je niska częstość ich występowania, która nie przekracza progu 5 chorych na 10 tys. osób. Diagnoza jest trudna i potrafi trwać latami. Wszystkie te choroby mają charakter poważny, przewlekły i często zagrażający życiu. Szacuje się, że w Polsce na choroby rzadkie cierpi od 2 do 3 mln osób.

Proponowane w dokumencie rozwiązania zakładają:

- powstanie kolejnych Ośrodków Ekspertkich Chorób Rzadkich - ich zadaniem będzie realizacja świadczeń opieki zdrowotnej ze szczególnym uwzględnieniem pacjentów z chorobami rzadkimi;
- poprawę dostępu do badań wykorzystywanych w diagnostyce i leczeniu chorób rzadkich;
- do 31 grudnia 2024 roku przeprowadzone zostaną analizy dotyczące uzupełnienia wykazu świadczeń gwarantowanych oraz określenia sposobu finansowania badań genetycznych,

- przeanalizowanie sposobu finansowania wysokospecjalistycznych niegenetycznych badań laboratoryjnych, które są wykorzystywane w diagnostyce i monitorowaniu chorób rzadkich. Na tej podstawie do 31 marca 2025 roku zostaną uzupełnione świadczenia gwarantowane w tym zakresie,

- wprowadzenie kontroli jakości laboratoriów, które wykonują wielkoskalowe badania genomowe stosowane w diagnostyce genetycznej chorób rzadkich;
- poprawę dostępu do nowoczesnej aparatury medycznej oraz leków i środków specjalnego przeznaczenia żywieniowego w chorobach rzadkich;
- poprawę infrastruktury podmiotów leczniczych;
- uruchomiona w październiku 2023 roku Platforma Informacyjna „Choroby Rzadkie” (<https://choroby-rzadkie.gov.pl/>) będzie aktualizowana i uzupełniana o nowe informacje, aby poszerzać i rozwijać wiedzę o chorobach rzadkich;
- w celu podnoszenia świadomości o chorobach rzadkich przeprowadzona zostanie ogólnopolska kampania społeczna;
- powstanie Systemu dla Chorób Rzadkich, gdzie będą gromadzone dane zasilaające Polski Rejestr Chorób Rzadkich oraz Kartę Pacjenta z Chorobą Rzadką – składowe Systemu, niezbędne do monitorowania procesów związanych z opieką medyczną oraz podnoszące bezpieczeństwo pacjentów z chorobą rzadką.

To już obowiązuje

Recepta roczna już tylko z informacją o dawkowaniu

Od 1 sierpnia, aby wystawić receptę roczną, trzeba wprowadzić do systemu gabinetowego informacje o dawkowaniu leku i okresie stosowania.

Recepta roczna jest oparta na dawkowaniu. Jeśli lekarz chce ją wystawić, musi wprowadzić do systemu informacje o:

- okresie stosowania leku,
- ilości i jednostce dawki (leku),
- częstotliwości podania,
- liczbie opakowań,
- opcjonalnie: szczegółowych informacji o stosowaniu dla pacjenta.

Dawkowanie może być wprowadzone w różny sposób – w zależności od postaci leku.

Szczegóły zmian oraz dopuszczalne schematy dawkowania znajdują się w Komunikacie nr V Ministra Zdrowia dot. schematów dawkowania w receptach rocznych. Do tej pory wytyczne dotyczące przyjmowania leków były podawane łącznie i w sposób opisowy. System nie mógł na tej podstawie wyliczyć ilości leku, niezbędnej do kontynuacji leczenia lub wydania.

Czas stosowania i sposób przyjmowania leku rzadko były podawane na receptie. Przez to pacjenci mogli różnie interpretować zalecenia i np. przyjmować lek do wyczerpania zawartości opakowania.

Nadal można wystawiać recepty do 120 dni ze wskazaniem liczby opakowań leku. Jeżeli kuracja jest dłuższa – można wystawić kilka recept z odroczoną datą realizacji – tak jak dotychczas.

Wprowadzona zmiana nie dotyka w żaden sposób pacjentów i nie ogranicza ich dostępu do leków.

Co, jeżeli pojawią się problemy techniczne z wystawieniem recepty?

Ministerstwo Zdrowia prosi o zgłaszanie ewentualnych problemów i błędów do Centrum e-Zdrowia: <https://p1pomoc.cez.gov.pl/otwiera> się w nowej karcie. Resort przypomina także, że najprostszym rozwiązaniem w przypadku ewentualnych problemów technicznych będzie wystawienie kolejnych, następujących po sobie recept z krótszym okresem stosowania do 120 dni oraz „datą realizacji od” tak, by zapewnić pacjentowi ciągłość kuracji.

Od 1 września

Szczepienia przeciw HPV dla dzieci już od 9. roku życia

Ministerstwo Zdrowia poinformowało, że grupa wiekowa objęta programem bezpłatnych szczepień przeciw HPV zostanie poszerzona. Od 1 września 2024 roku programem zostaną objęte dzieci w wieku po ukończeniu 9. roku życia do ukończenia 14. roku życia.

Obecnie bezpłatne szczepienia przeciw HPV przysługują dzieciom po ukończeniu 11. roku życia do ukończenia 14. roku życia w schemacie dwudawkowym. Aby poprawić skuteczność programu, rozpoczęliśmy prace nad zwiększeniem dostępności do szczepień w POZ i uproszczeniem zasad realizacji programu dla świadczeniodawców. - W ramach programu bezpłatnie dostępne są dwie szczepionki przeciw HPV: 2-walentna szczepionka Cervarix i 9-walentna szczepionka Gardasil 9. Dla osób urodzonych w 2010 roku szczepienie musi rozpocząć się przed ukończeniem 14 roku życia, ale może być zakończone po ukończeniu 14. roku życia (z zachowaniem dwudawkowego schematu szczepienia). Dodatkowo szczepionka Cervarix dostępna jest bezpłatnie w ramach refundacji osobom w wieku od ukończenia 9. roku życia do ukończenia 18. roku życia oraz w ramach 50% refundacji osobom dorosłym – wyjaśnia resort.

Dlaczego warto się szczepić przeciw HPV?

Szczepionka chroni przed zakażeniem HPV, czyli ludzkim wirusem brodawczaka, przeniesionego głównie drogą płciową.

Szczepiąc nastolatka i nastolatka możemy zapobiec wystąpieniu w przyszłości stanów nowotworowych, w których przyczyną są wirusy HPV. Do tych nowotworów należą: rak szyjki macicy, pochwy, odbytu, prącia. Szczepionki mogą dodatkowo chronić przed rozwojem kłykcin kończystych – zmian powstających na błonach śluzowych narządów płciowych.

Szczepionki przeciw HPV są stosowane w 125 krajach,



fot. freepik

w tym Stanach Zjednoczonych, Kanadzie, Australii jako jeden z podstawowych elementów profilaktyki raka szyjki macicy oraz innych nowotworów wywołanych przez wirusy HPV. Dotychczas na świecie podano ponad 72 mln dawek szczepionki.

Po 10 latach programów szczepień przeciw HPV, kraje oceniające ich efektywność odnotowały 90% redukcję infekcji wirusem HPV oraz 90% zmniejszenie zachorowalności na brodawki narządów płciowych. Ponadto aż o 85% zmniejszyła się liczba patologii wysokiego stopnia szyjki macicy.

Szczepienia przeciwko HPV to jeden z najprostszych i najskuteczniejszych sposobów zapobiegania nowotworom związanym z HPV. Szczepienie HPV zapewnia długotrwałą ochronę przed zakażeniem HPV i chorobami wywołanymi wirusem brodawczaka ludzkiego.

Szczepienie to inwestycja w zdrowie – efekty widać po latach.

Szczepienie przeciw HPV jest wymieniane w Programie Szczepień Ochronnych jako szczepienie zalecane. Nie jest więc obowiązkowe.

Czy szczepienia przeciw HPV są też zalecane chłopcom?

Zakażenia HPV dotyczą obu płci. Nowotwory złośliwe i choroby związane z zakażeniem HPV u mężczyzn obejmują: raka

prącia, raka odbytu, a także brodawki narządów płciowych (kłykcin kończyste).

Szczepienia, którym poddają się teraz chłopcy będą w przyszłości chronić również pośrednio kobiety, które w ten sposób unikną od nich zakażenia wirusem HPV. Zaszczepieni mężczyźni, którzy nie będą nosicielami wirusa HPV, przerywają łańcuch zakażenia. To zmniejsza liczbę przypadków raka szyjki macicy oraz innych nowotworów wywołanych przez HPV wśród kobiet.

Jak powstaje i jak działa szczepionka przeciw HPV?

Szczepionki przeciw HPV są preparatami oczyszczonych, wirusopodobnych cząstek VLP składających się z głównego białka kapsydu L1 wybranych typów wirusa. Białka wchodzące w skład szczepionek otrzymywane drogą rekombinacji genetycznej.

Szczepionkę podajemy w postaci domięśniowej iniekcji, w mięsień naramienny. Szczepionka mobilizuje układ odpornościowy do wytworzenia przeciwciał i uruchamia mechanizmy organizmu służące zapewnieniu długotrwałej odporności.

Przeciwciała, które powstają po szczepieniu chronią przed zakażeniem HPV. W sytuacji kontaktu z prawdziwym HPV oplatczają go i uniemożliwiają mu wnikiwanie do komórek nabłonka. W ten sposób nie dochodzi do zakażenia prawdziwym HPV.

■ Opracowanie kolumny: Paula Nogaj

ZAKŁAD ORTOPEDYCZNY

SKLEP ZAOPATRZENIA ORTOPEDYCZNEGO, REHABILITACYJNEGO I MEDYCZNEGO

W ofercie m.in.:

- protezy kończyn dolnych i górnych,
- gorsety,
- kołnierze,
- aparaty
- oraz inne art. ortopedyczne i sprzęt rehabilitacyjny





Częstochowa

Zakład Ortopedyczny, ul. Kordeckiego 54 | Sklep, ul. Nowowiejskiego 24

tel. (34) 368 06 14 | tel. (34) 368 32 91

ORGANIZATORZY



MIASTO CZĘSTOCHOWA

RP

Patronat Honorowy
Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej
Andrzeja Dudy

WSPÓŁORGANIZATORZY



Województwo
Śląskie



Regionalny
Ośrodek
Kultury
w Czestochowie

Institucja kultury Samorządu Województwa Śląskiego



PZHiPBM



MUZEUM
CZĘSTOCHOWSKIE



KRAJOWA WYSTAWA ROLNICZA



31 SIERPNIĄ - 1 WRZEŚNIA 2024 R.

31 SIERPNIĄ 2024 R. (SOBOTA)

- GODZ. 10:00** UROCZYSTE OTWARCIE WYSTAWY STOISKO
MINISTERSTWA ROLNICTWA I ROZWOJU WSI
(OKOLICE PARKINGU I POLA NAMIOTOWEGO JASNEJ GÓRY)
- GODZ. 11:30-13:00** ZWIEDZANIE WYSTAWY
- GODZ. 14:00-15:00** PRZEJAZD ZABYTKOWYCH MASZYN ROLNICZYCH
(PARKING JASNOGÓRSKI, III AL. NMP, PLAC BIEGAŃSKIEGO)
- GODZ. 14:30** WRĘCZENIE PUCHARÓW DLA HODOWCÓW BYDŁA
MIĘSNEGO I KONI FINAŁ REGIONALNY
- TEREN WYSTAWY ZWIERZĄT HODOWLANÝCH
- GODZ. 16:00** KONCERT ZESPOŁU PIEŚNI I TAŃCA „ŚLĄSK”
IM. STANISŁAWA HADYNY - FILHARMONIA CZĘSTOCHOWSKA
IM. BRONISŁAWA HUBERMANA (WSTĘP BILETOWANY)
PRZED KONCERTEM WRĘCZENIE PUCHARÓW I STATUETEK.

1 WRZEŚNIA 2024 R. (NIEDZIELA)

- GODZ. 11:00-13:00** UROCZYSTA MSZA ŚWIĘTA DOŻYŃKOWA
- BŁONIA JASNOGÓRSKIE

IMPREZY TOWARZYSZĄCE

- 30.08. - 13.09.2024 R. GODZ. 17:00**
GALERIA ART FOTO REGIONALNY OŚRODEK KULTURY W CZĘSTOCHOWIE
WYSTAWA PT. „ANIOŁY DNIA CODZIENNEGO” AUTORSTWA
ZOFII GOŁĘBIEWSKIEJ-TABUSZEWSKIEJ (WSTĘP WOLNY)
- 31 SIERPNIĄ (SOBOTA) OD GODZ. 12:00** - PLAC BIEGAŃSKIEGO
W CZĘSTOCHOWIE, WYSTĘPY MIĘDZYNARODOWYCH
ZESPOŁÓW LUDOWYCH

- 1 WRZEŚNIA 2024 R. (NIEDZIELA) GODZ. 17:00-19:00**
PLAC BIEGAŃSKIEGO W CZĘSTOCHOWIE, KONCERT FOLKLORYSTYCZNY
„GÓRALSKI KOLORYT”

- 31 SIERPNIĄ - 1 WRZEŚNIA 2024 R. (SOBOTA, NIEDZIELA)**
GODZ. 11:00 -17:00 MUZEUM CZĘSTOCHOWSKIE
- PAWILON WYSTAWOWY VIII KONKURS SZTUKI LUDOWEJ
„STWORZONE BY CIESZYĆ”. RZEŻBY I ZABAWKI.

ZAPRASZAMY



SKANUJ KOD
I ZOBACZ WIECEJ

To ważne – zwłaszcza latem

Chroń swoją skórę przed promieniowaniem UV

Lato to czas, gdy nasza skóra jest szczególnie narażona na działanie szkodliwych czynników zewnętrznych, takich jak promieniowanie UV, wysokie temperatury czy zanieczyszczenia powietrza. Dlatego dbanie o skórę w tym okresie jest niezwykle ważne. Jednym z kluczowych elementów pielęgnacji latem jest regularne stosowanie kremów z filtrem SPF.

Dlaczego promieniowanie UV jest szkodliwe?

Promieniowanie ultrafioletowe (UV) emitowane przez słońce jest jednym z głównych czynników odpowiedzialnych za starzenie się skóry, a także za rozwój nowotworów skóry, w tym czerniaka. Promienie UV dzielą się na trzy rodzaje: UVA, UVB i UVC, z czego to UVA i UVB są najistotniejsze w kontekście ochrony skóry.

- Promieniowanie UVA: przenika głębiej w skórę, powodując fotostarzenie, czyli przedwczesne starzenie się skóry. Odpowiada za powstawanie zmarszczek, utratę elastyczności skóry oraz plamy pigmentacyjne.

- Promieniowanie UVB: odpowiada głównie za oparzenia słoneczne oraz zwiększa ryzyko wystąpienia raka skóry.

Co to jest SPF i jak działa?

SPF, czyli Sun Protection Factor, to wskaźnik, który informuje nas o tym, jak długo można przebywać na słońcu bez ryzyka oparzeń słonecznych w porównaniu do czasu, jaki spędzilibyśmy na słońcu bez żadnej ochrony. Na przykład SPF 30 oznacza, że można przebywać na słońcu 30 razy dłużej niż bez ochrony, zanim pojawią się objawy oparzenia słonecznego.

Dlaczego używanie kremów z SPF jest ważne latem?

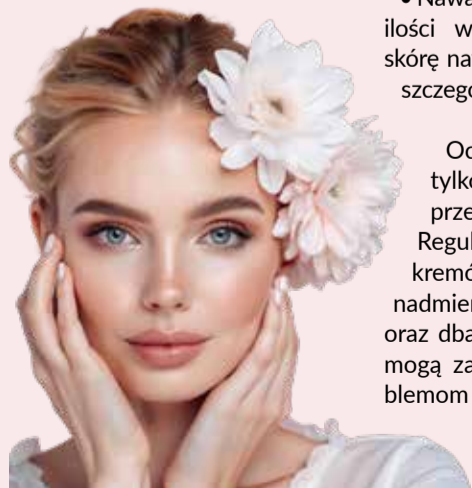


foto. freepik (wszystkie)

- Ochrona przed nowotworami skóry: Regularne stosowanie kremów z SPF może znacząco zmniejszyć ryzyko rozwoju nowotworów skóry, w tym czerniaka, który jest najgroźniejszą formą raka skóry.

- Zapobieganie przedwczesnemu starzeniu: Kremy z filtrem SPF pomagają chronić skórę przed promieniami UVA, które są głównym czynnikiem przyspieszającym starzenie się skóry. Dzięki temu można zachować młodszy wygląd na dłużej.

- Ochrona przed oparzeniami słonecznymi: Oparzenia słoneczne są nie tylko bolesne, ale także szkodliwe dla skóry. Mogą prowadzić do powstawania blizn i zwiększać ryzyko uszkodzeń skóry.

Jak prawidłowo stosować kremy z SPF?

- Wybór odpowiedniego SPF: Wybierając krem z SPF, warto dostosować go do typu skóry i czasu, jaki planujemy spędzić na słońcu. Dla skóry jasnej lub wrażliwej, lepiej wybrać wyższy faktor, np. SPF 50.

- Aplikacja kremu: Krem z filtrem należy nakładać na skórę na około 15-30 minut przed wyjściem na słońce. Ważne jest, aby nałożyć odpowiednią ilość – zbyt mała ilość zmniejsza efektywność ochrony.

- Powtórna aplikacja: Krem należy ponownie nałożyć co 2-3 godziny, a także po każdej kąpieli, spoceniu się lub wytarciu skóry ręcznikiem.

Inne metody ochrony skóry latem

- Noszenie odpowiedniej odzieży: Długie rękawy, kapełuszki i okulary przeciwsłoneczne to dodatkowe elementy ochrony przed słońcem.

- Unikanie słońca w godzinach szczytu: Promieniowanie UV jest najsilniejsze między godziną 10:00 a 16:00, więc warto w tym czasie ograniczyć ekspozycję na słońce.

- Nawadnianie skóry: Picie dużej ilości wody pomaga utrzymać skórę nawilżoną i zdrową, co jest szczególnie ważne latem.

Ochrona skóry latem to nie tylko kwestia estetyki, ale przede wszystkim zdrowia. Regularne stosowanie kremów z filtrem SPF, unikanie nadmiernego nasłonecznienia oraz dbałość o nawilżenie skóry mogą zapobiec poważnym problemom zdrowotnym i pozwolić cieszyć się zdrową, młodzieńczą skórą przez długie lata.

Spraw, by były zdrowe i lśniące

Czy słońce szkodzi włosom? Sprawdź, jak o nie zadbać



Latem często koncentrujemy się na ochronie skóry przed słońcem, zapominając o włosach, które również są narażone na szkodliwe działanie promieni słonecznych. Promieniowanie słoneczne, wysoka temperatura, słona woda z morza i chlorowana woda z basenów mogą negatywnie wpływać na kondycję naszych włosów, prowadząc do ich osłabienia, wysuszenia i zniszczenia. Jak więc latem zadbać o włosy? Oto kilka wskazówek.

Jak słońce wpływa na włosy?

Słońce może wyrządzić wiele szkód naszym włosom:

- Wysuszenie: Promieniowanie UV wysusza włosy, powodując, że stają się one szorstkie, matowe i podatne na łamanie. Włosy tracą wilgoć, co może prowadzić do ich osłabienia.

- Blaknięcie koloru: Słońce przyspiesza proces utleniania melaniny, co może powodować blaknięcie naturalnego koloru włosów oraz szybkie wypłukiwanie się farby z włosów farbowanych.

- Osłabienie struktury włosa: Promieniowanie UV może uszkodzić białka włosa, co skutkuje jego osłabieniem, łamliwością i rozdławianiem się końcówek.

- Uszkodzenia mechaniczne: Włosy stają się bardziej podatne na uszkodzenia mechaniczne, zwłaszcza podczas czesania, gdy są suche i łamliwe.

Jak chronić włosy latem?

Aby zminimalizować negatywny wpływ słońca na włosy, warto zastosować kilka prostych zasad ochrony:

- Nakrycie głowy: Noszenie kapelusza, chustki lub czapki to jedna z najskuteczniejszych

metod ochrony włosów przed promieniowaniem UV. Dodatkowo, nakrycie głowy chroni skórę głowy przed oparzeniami słonecznymi.

- Kosmetyki z filtrem UV: Na rynku dostępne są specjalne spraye, odżywki i olejki do włosów, które zawierają filtry UV. Regularne stosowanie tych produktów przed wyjściem na słońce może chronić włosy przed szkodliwym działaniem promieniowania.

- Unikanie gorących narzędzi do stylizacji: Latem warto ograniczyć korzystanie z suszarek, prostownic i lokówek, które dodatkowo wysuszają włosy. Jeśli musisz ich używać, wybierz niższe temperatury lub zastosuj termoochronne kosmetyki.

Pielęgnacja włosów latem

Latem włosy wymagają szczególnej troski, aby zachować zdrowy wygląd i blask:

- Nawilżanie i odżywianie: Włosy potrzebują dodatkowego nawilżenia, dlatego warto stosować nawilżające maski i odżywki po każdym myciu. Dobrym rozwiązaniem są produkty z zawartością olejków naturalnych, takich jak olejek arganowy, kokosowy czy jojoba, które głęboko nawilżają i regenerują włosy.

- Regularne podcinanie końcówek: Latem końcówki włosów są szczególnie narażone na rozdławianie. Regularne podcinanie pomoże utrzymać włosy w dobrej kondycji.

- Delikatne czesanie: Po kąpieliach w morzu czy basenie warto dokładnie wypłukać włosy, a następnie delikatnie je rozczesać, używając szerokozębnego grzebienia. Mokre włosy są bardziej podatne na uszkodzenia, więc warto unikać

szarpania ich podczas czesania.

- Ochrona przed słońcem i chlorowaną wodą: Przed wejściem do morza lub basenu warto nałożyć na włosy odżywkę bez spłukiwania lub olejek, który stworzy ochronną barierę przed działaniem soli i chloru. Po kąpieli należy dokładnie spłukać włosy czystą wodą.

Na co uważać podczas wakacji?

Podczas wakacji, gdy jesteśmy bardziej narażeni na słońce i kontakt z wodą morską lub chlorowaną, warto pamiętać o kilku dodatkowych zasadach:

- Nie zostawiaj mokrych włosów na słońcu: Mokre włosy są bardziej podatne na uszkodzenia słoneczne. Po kąpieli warto je delikatnie osuszyć ręcznikiem i nałożyć na nie produkt ochronny.

- Unikaj mocnych detergentów: Wybieraj delikatne szampony, które nie wysuszają włosów, a po każdym myciu stosuj nawilżające odżywki.

- Pij dużo wody: Nawodnienie organizmu wpływa również na kondycję włosów. Pijąc odpowiednią ilość wody, wspomagasz nawilżenie włosów od wewnątrz.

Podsumowanie

Ochrona włosów latem jest równie ważna, jak ochrona skóry. Promieniowanie UV, wysoka temperatura oraz kontakt z solą i chlorem mogą negatywnie wpłynąć na kondycję włosów, dlatego warto zadbać o ich odpowiednią pielęgnację. Stosowanie produktów z filtrem UV, nawilżających kosmetyków oraz unikanie nadmiernego wystawiania włosów na słońce to klucz do utrzymania zdrowych i pięknych włosów przez całe lato.

Spraw, by były zdrowe i lśniące

Jakie okulary przeciwsłoneczne są modne w tym sezonie?

W sezonie 2024 modne są okulary przeciwsłoneczne o dużych, odważnych kształtach, inspirowane stylem retro. Wybierając okulary, warto zwrócić uwagę na klasyczne awiatory, okulary w kształcie kocich oczu oraz oversize'owe modele z grubymi oprawkami. Popularne są także oprawki w jasnych, pastelowych kolorach oraz transparentne, które dodają lekkości i nowoczesnego stylu.

Przy wyborze okularów przeciwsłonecznych kluczowe jest jednak nie tylko ich wygląd, ale także ochrona oczu. Upewnij się, że okulary mają filtr UV400, który chroni przed szkodliwym promieniowaniem UVA i UVB. Warto również zwrócić uwagę na jakość soczewek – polaryzacyjne soczewki redukują odbłaski, co jest szczególnie przydatne podczas jazdy samochodem czy spędzania czasu nad wodą.



Pamiętaj, że okulary przeciwsłoneczne powinny być dopasowane do kształtu twarzy – wybierając odpowiedni model, możesz podkreślić swoje rysy i dodać sobie stylu.

■ Opracowanie kolumny: Paula Nogaj



UNIWERSYTET JANA DŁUGOSZA W CZĘSTOCHOWIE



ZNAJDŹ
KIERUNEK

- administracja I° i II°
- analityka i kreatywność społeczna I°
- bezpieczeństwo narodowe I° i II°
- biotechnologia I° i II°
- chemia I° i II°
- **Chemistry I° i II°**
- **Computer Science II°**
- dietetyka I°
- dziennikarstwo i kultura mediów I° i II°
- **Economics I°**
- edukacja artystyczna w zakresie sztuki muzycznej I° i II°
- edukacja artystyczna w zakresie sztuk plastycznych I° i II°
- ekonomia I° i II°
- farmacja *jednolite magisterskie*
- filologia angielska I° i II°
- filologia germańska I° i II°
- filologia polska I° i II°
- filozofia I° i II°
- fizyka I° i II°
- fotografia i kreacja przekazu wizualnego I° i II°
- grafika I° i II°
- historia I° i II°
- iberoznawstwo I° i II°
- informatyka I° i II°
- innowacyjne technologie i nowoczesne materiały I° *studia dualne*
- inżynieria bezpieczeństwa I° i II°
- inżynieria medyczna II°
- inżynieria multimediów I°
- kosmetologia I° i II°
- kryminalistyka i systemy bezpieczeństwa I°
- lekarski *jednolite magisterskie*
- malarstwo I° i II°
- matematyka I°
- **Medical Engineering II°**
- muzyka w przestrzeni publicznej I° i II°
- **Painting I° i II°**
- pedagogika I° i II°
- pedagogika przedszkolna i wczesnoszkolna *jednolite magisterskie*
- pedagogika specjalna *jednolite magisterskie*
- **Philosophy I°**
- **Physics I° i II°**
- pielęgniarstwo I° i II°
- **Political Science I°**
- politologia I°
- poradnictwo rozwojowe i pomoc psychologiczna II°
- praca socjalna I°
- prawo *jednolite magisterskie*
- **produkcja i marketing żywności I°**
- psychoprofilaktyka I°
- rachunkowość i podatki I°
- ratownictwo medyczne I°
- **Specialized English for Business II°**
- studia wschodnioeuropejskie i bałkańskie I°
- turystyka i rekreacja I° i II°
- usługi społeczne II°
- wychowanie fizyczne I° i II°
- żywienie człowieka i dietetyka II°

- studia w języku angielskim
- **nowości edukacyjne**
- studia inżynierskie

UWAGA: warunkiem uruchomienia kierunku jest zgłoszenie się odpowiedniej liczby kandydatów



www.ujd.edu.pl



Firma SORAL
Sprzedaż hurtowa i detaliczna

- Krótki termin realizacji zamówienia.
- Wykonujemy zdjęcia na porcelanie i szkle.
- Konkurencyjne ceny.

Częstochowa, Lisiniec
ul. Wielkoborska 28 A
Tel.: 691-315-144
601-315-190
E-mail: soral1@wp.pl
www.soral.com.pl

Krzyże

Piety

Lampiony

Litery

Kwiaty

Ramki

Urny

Wazony

SERWIS BLACHARSKO - LAKIERNICZY

- ▶ sprzedaż części
- ▶ wymiana tłumików
- ▶ bezgotówkowa likwidacja szkód
- ▶ naprawa powypadkowa wszystkich marek samochodów
- ▶ wynajem auta zastępczego

Krzysztof Siudeja
ul. Jasnogórska 214
Biała | 42-125 Kamyk
tel. 34 362 75 51
601 928 931 | 601 889 884
siudeja@gmail.com

OKNA Anmar

PRODUCENT OKIEN I DRZWI PCV I ALU

BRAMY GARAŻOWE
ROLETY

RUDNIKI
UL. ŁÓDZKA 4
34 328 90 03
609 025 204

Sprzedam działki budowlane 5 km od Radomska. Szczepocice Prywatne. tel. 698 097 717

- Sprzedam drzwi pokojowe i wejściowe. Tel. 501 109 822
- Malowanie obrazów, szkice. Przyjmę zużyte telefony komórkowe. Przyjmę zużyte tusze z drukarek nr tel. 667 499 164

■ Malowanie obrazów olejnych oraz na szkle. Przyjmę stare koce i kołdry Tel. 667 499 164

■ Mężczyzna lat 47 podejmie pracę jako tokarz-ślusarz. Tel. 694 200 794

■ Pracownik gospodarczy, drobne remonty tel. 536 512 396

■ Sprzedam rower. Składak. 26 cali. 750 zł. nr tel. 602 307 570

■ Sprzedam działkę w Piasku okolice Janów Żłoty Potok tel. 793 476731

■ Sprzedam kombinezon termiczny do usuwania tkanki tłuszczowej, cellulitu, ujędrniania poszczególnych partii ciała tel. 602 307 570

■ Sprzedam ławę składaną. Cena do uzgodnienia nr tel. 503 570 920

■ Mieszkanie do wynajęcia. 2 pokoje, kuchnia, łazienka, balkon w dzielnicy Tysiąclecie. Koszt 800 zł + czynsz + media. Tel. 881 255 600

■ STOICKIE DIALOGI Spotkania w kręgu dwa razy w miesiącu tel. 725 608 583

■ Oddam bezpłatnie okna drewniane z demontażu z wykorzystaniem na szklarnię. Sprzedam tanio hydroizol. dwuskładnikową firmy Mapei. Sprzedam tanio muszę komplet. kompletną z deską sedesową - białą. Sprzedam drzwi 80 i 70, cena za 1 szt 50 zł. tel. 693 629 529

■ Wynajem mieszkania w dzielnicy Tysiąclecie. Umeblowane, gotowe do zamieszkania. Koszt 1400 zł + czynsz, media. Wolne od 30 marca. Tel. 609 586 752.

Sprzedam 30 uli pustych typu: "Warszawski zwykły", ocieplone styropianem, do nabycia w cenie od 60 zł do 110 zł. Ule do odbioru w Zawadzie koło Mstowa. Są też izolatory do tych uli - nowe i używane 3-rankowe. Jest też 10 izolatorów do uli typu Wielkopolski. Nr tel. 510-527-670



Miejskie Przedsiębiorstwo Komunikacyjne w Częstochowie Spółka Akcyjna

Kontakt telefoniczny: 34 377 91 01 lub 34 377 91 20

Więcej informacji na : www.mpk.czyst.pl

OGŁOSZENIE

Miejskie Przedsiębiorstwo Komunikacyjne w Częstochowie Spółka akcyjna poszukuje kandydata do pracy na stanowisko: **KIEROWCA AUTOBUSU**

Osoby zainteresowane pracą na w/w stanowisku pracy proszone są o składanie ofert pracy bezpośrednio do Biura Podawczego-Sekretariat MPK z dopiskiem „kandydat na kierowcę autobusu” lub na adres mailowy: sekretariat@mpk.czyst.pl.

KONTAKT TELEFONICZNY: 34 377 91 20

Oferta powinna zawierać: CV+podanie+Oświadczenie RODO dla kandydata ubiegającego się o zatrudnienie (oświadczenie dostępne na stronie internetowej Spółki: www.mpk.czyst.pl w zakładce: O firmie – informacja dotycząca rekrutacji;

https://www.mpk.czyst.pl/uploads/pages/oswiadczenie_dane_osobowe_rekrutacja_mpk_czwa.pdf)

MPK w Częstochowie Sp. z o.o. zastrzega sobie prawo do kontaktu tylko z wybranymi kandydatami.

Gwarantujemy pełną dyskrecję w trakcie i po zakończeniu procesu rekrutacyjnego.

Dodatkowe informacje:

praca w równoważnym systemie czasu pracy

praca we wszystkie dni tygodnia oraz niedziele i święta

Oferujemy:

1. umowę o pracę – cały etat,
2. wsparcie Patrona w pierwszych dniach pracy
3. pakiet świadczeń socjalnych w tym dofinansowanie do wypoczynku.

Od kandydatów oczekujemy:

1. prawa jazdy kat.D z kodem 95,
2. świadectwa kwalifikacji zawodowej w zakresie przewozu osób,
3. orzeczenia psychologicznego (art.39 ustawy o transporcie drogowym),
4. odpowiedzialności i dyspozycyjności,
5. opanowania i odporności na stres,
6. umiejętności pracy z ludźmi.

Zgłoszenia przyjmowane są na bieżąco aż do odwołania.

Regaty o Puchar Prezydenta Częstochowy

Niemal setka żeglarzy rywalizowała w Poraju

3 sierpnia w podczęstochowskim Poraju odbyły się Regaty o Puchar Prezydenta Częstochowy. Impreza odbywała się na terenie ośrodka Marina Poraj. Zorganizował ją Klub Środowiskowy AZS Częstochowa – jego Sekcja Żeglarska. Tym razem udział wzięło 96 zawodników i zawodniczek w 6 klasach – jachtów kabinowych (10 załóg), otwartopokładowych (9 załóg), jachtów 470 (7 załóg), Laser (8 załóg), Optimis Sport (4 załogi) i Optymist UKS (8 załóg).

Samo żeglowanie nie wyczerpywało programu imprezy, bo organizatorzy pomyśleli też o dzieciakach i o integracji – środowiska już po zawodach. Dla najmłodszych był więc kreatywny kącik (m.in. z „pirackimi” tatuażami – a jakże!), dzieci mogły też bawić się na wodnym placu zabaw i w parku linowym. A po regatach było jeszcze wspólne śpiewanie z formacją

Szantersi. Dla każdej uczestniczki i każdego uczestnika regat była pamiątkowa koszulka oraz dyplom. Dla zwycięzców – oczywiście puchary i nagrody. Imprezę odwiedził też prezydent Częstochowy Krzysztof Matyjaszczyk. Miasto dofinansowało wydarzenie w ramach małego grantu w wysokości 10 tys. zł – informuje częstochowski magistrat.

Wyniki:

- Klasa Jachtów Kabinowych:

- 1 miejsce: Jacht Storm: Jacek Porada i Jerzy Sikorski
- 2 miejsce: Jacht Dziunia: Wojciech Sołtys, Marek Sieradzki i Łukasz Bejm.
- 3 miejsce: Jacht VIS 45: Łukasz Brzozowski i Mateusz Ludnikowski

- Klasa Jachtów Otwartopokładowych:

- 1 miejsce Jacht Malina: Mariusz Wy-pych i Tomasz Szwejkowski
- 2 miejsce Jacht Piotruś Pan: Jarosław

Cieślak i Bartosz Cieślak
3 miejsce Jacht Lion: Tomaz Tamiola i Sebastian Kmieć

- Klasa Jachtów 470:

- 1 miejsce: Jacht Xd: Karol Furmanek i Marcelina Bożemska
- 2 miejsce: Jacht Adhd: Antonina Wrońska i Gabriel Wiśniewski
- 3 miejsce: Jacht Oliwka: Zuzanna Chłód i Patrycja Nowakowska

- Klasa Jachtów Laser:

- 1 miejsce: Piotr Grabski
- 2 miejsce: Aleksandra Jędryka
- 3 miejsce: Maciej Czech

- Klasa Jachtów Optimis Sport: 4 załogi

- 1 miejsce: Filip Glos
- 2 miejsce: Jan Mastalerz
- 3 miejsce: Bartosz Sulkowski

- Klasa Jachtów Optymist UKS: 8 załóg

- 1 miejsce: Martyna Góźdz
- 2 miejsce: Mikołaj Dościąg
- 3 miejsce: Oliwia Fijałkowska

Po raz trzeci z rzędu

Matylda Krawczyńska z tytułem Mistrzyni Polski Juniorów

Matylda Krawczyńska to utalentowana młoda golfistka, która wyróżnia się na polskiej scenie juniorskiego golfa. Jest zawodniczką Śląskiego Klubu Golfowego i ma na swoim koncie liczne sukcesy, w tym obronę tytułu Mistrzyni Polski Juniorów w 2024 roku.



Podczas zmagania (6-8.08.2024r) w XXX Międzynarodowych Mistrzostwach Polski Juniorów na polu golfowym w Kraków Valley Golf & Country Club, Matylda obroniła tytuł Mistrzyni Polski Juniorów po raz trzeci z rzędu. Jej osiągnięcia w golfie młodzieżowym umacniają jej pozycję jako

najlepszej juniorki w Polsce. Matylda regularnie rywalizuje na najwyższym poziomie w krajowych i zagranicznych turniejach i jest uznawana za jedną z najbardziej obiecujących mło-

dych golfistek w Polsce. Na co dzień trenuje i gra w Konopiskach koło Częstochowy na polu golfowym Rosa Private Golf.

Nordic Team Częstochowa

Częstochowscy kijkarze znów na podium

W podkarpackiej Wiśniowej odbył się drugi Pucharu Polski Nordic Walking 2024 będący częścią Polskiej Ligi Nordic Walking. Wystartowało w nim piętnastu zawodników Nordic Team Częstochowa na trzech dystansach.

Nasi kijkarze wywalczyli siedem miejsc na podium indywidualnie - pierwsze miejsca zajęli - Małgorzata Niedźwiecka i Bogdan Barczyk, drugie - Agnieszka Pinis, Adrian Szew-

czykowski, Janusz Król, Wenczysław Maciejewski, a trzecie Anna Kweczka-Janeczek. W klasyfikacji drużynowej częstochowianie uplasowali się na drugiej lokacie. Kolejny etap Pucharu już 18 sierpnia w naszej pięknej Błachowni.

Wyniki NTCz:

5,5km

- Adrian Szewczykowski - 5m open, 2m kat. M18
- Daniel Wojtasiński - 5m kat. M40
- Anna Kweczka-Janeczek - 4m open, 3m

- kat. K40
- Zbigniew Szczęśniak - 6m kat. M60
- Piotr Paludkiewicz - 8m kat. M50
- Małgorzata Niedźwiecka - 1m kat. K65
- Kamila Mika - 17m kat. K40
- Jan Machowski - 8m kat. M70
- Jolanta Barczyk - 6m kat. K60

11km

- Bogdan Barczyk - 3m open, 1m kat. M55
- Janusz Król - 7m open, 2m kat. M55
- Wenczysław Maciejewski - 2m kat. M65+
- Ewa Gembuś - 4m kat. K55

22km

- Miroslaw Bartczak - 8m open, 4m kat. M55+
- Agnieszka Pinis - 5m open, 2m kat. K45

PKO Ekstraklasa

Raków zmierzy się na wyjeździe z Górnikiem

Już w najbliższą niedzielę, 18 sierpnia Raków Częstochowa zmierzy się na wyjeździe z Górnikiem Zabrze w meczu 5. kolejki PKO Ekstraklasy. Początek tego spotkania o godz. 20:15.

Raków ma na swoim koncie zwycięstwo w wyjazdowym meczu z Motorem Lublin (2:0), przegraną w domowym

meczu z Cracovią (0:1), zwycięstwo z GKS-em Katowice na wyjeździe (1:0) i bezbramkowy remis w poprzedniej, 4. kolejce PKO Ekstraklasy z Lechem Poznań. Częstochowscy kibice wciąż czekają na pierwsze domowe zwycięstwo swojej drużyny. Najbliższy mecz na stadionie przy ul. Limanowskiego zostanie rozegrany dopiero 30 sierpnia. Wówczas rywalem czerwono-niebieskich będzie zespół Piasta Gliwice.

PGE Ekstraliga

To koniec sezonu dla Włókniarza Częstochowa



KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa przegrał w ostatnim meczu rundy zasadniczej z ZOO-lezcz GKM-em Grudziądz 30:60. Gospodarze w tym meczu zapewnili sobie awans do play-offów, a biało-zieloni znaleźli się w bardzo trudnej sytuacji.

Ten wynik jest bardzo zły i nie spełnia absolutnie oczekiwań zarówno Waszych, jak i naszych. W tym momencie możemy jedynie przeprosić wszystkich, którzy wierzyli i kibicowali nam do samego końca. Przepraszamy – napisał klub w mediach społecznościowych tuż po zakończonym meczu. - Na pewno jest przykro, jeśli dru-

żyna jedzie w takim stylu. Robiliśmy wszystko, co było możliwe, aby było lepiej, ale ja zawodników nie przestawię w 100% w drugą stronę. Zawodnicy tutaj w Grudziądzu byli nie pierwszy raz, więc powinni wiedzieć, co robić, który silnik zabrać i na którym silniku jechać – mówił z kolei trener Janusz Ślącza i dodał, że takiego wyniku nie spodziewał się nawet w najczarniejszym scenariuszu. Ostatecznie tego samego dnia było już pewne, że dla Włókniarza to koniec sezonu – o fakcie tym zdecydował mecz Falubazu z Apatorem. Biało-zielona drużyna zakończyła sezon na 7. miejscu w tabeli, a do play-offów wchodzi 6 drużyn.

Inauguracja sezonu

FC Skra Ladies przegrywa w debiucie Orlen Ekstraligi

W minioną niedzielę, 11 sierpnia FC Skra Ladies rozegrała swój pierwszy mecz w Orlen Ekstralidze. Był to debiut częstochowskich zawodniczek w najwyższej klasie rozgrywkowej – niestety nieudany. FC Skra Ladies przegrała z Rekord Bielsko-Biała 0:2.

FC Skra Ladies Częstochowa – Rekord Bielsko-Biała 0-2 (0-2)

Bramki:

- 0:1 Gąsiorek (1. min.)
- 0:2 Adamek (33. min.)

Skład:

Martina Geletova – Weronika Szmatuła (63' Nikola Mtynek), Justyna Matusiak, Stefania Wodarz (46' Natalia Liczko), Oliwia Krysmán, Oliwia Frontczak, Aleksandra Sudyk, Pola Lulkowska (46' Zofia Dubiel), Joanna Krzyżanowska, Marianna Litwiniec, Pavlina Hrdlickova oraz Karolina Szulc, Kinga Baszewska, Maja Ozieriańska, Kaja Cierpiat

■ Opracowanie kolumny: Paula Nogaj

RENOWACJA FELG SAMOCHODOWYCH

Tel.: 693 645 223



Województwo Śląskie

Honorowy patronat
Marszałka Województwa Śląskiego
Wojciecha Satugi



PATRONAT
PREZYDENTA MIASTA CZĘSTOCHOWY
KRZYSZTOFA MATYJASZCZYKA

CZĘSTO
CZOWA

CZĘSTOCHOWA SUMMER Festival

IMPREZA TOWARZYSZĄCA 32. DNIOM CZĘSTOCHOWY

15:30

PREZENTACJA DRUŻYNY
KS CZĘSTOCHOWIANKA
CZĘSTOCHOWA



16:30

PREZENTACJA DRUŻYNY
STEAM HEMARPOL NORWID
VOLLEYBALL CLUB



18:00

SMOLASTY



19:30

PLANBE



PROWADZĄCY

IREK JAKUBEK

24.08

SOBOTA 15:00 - 21:00

WSTĘP WOLNY!

SUPPORT DJ'S
MAX KOLANKOV
+ DJ CHOJRAK

PARKING GALERII JURAJSKIEJ

SPONSOR GŁÓWNY

ORGANIZATOR

PATRONAT MEDIALNY

PARTNERZY I SPONSORZY



Galeria
Jurajska

