



Ruszyło głosowanie w Budżecie Obywatelskim Małopolski!

POWIAT

Wiola Woźniczko, fot. Urząd Marszałkowski Województwa Małopolskiego

Do 14 czerwca mieszkańcy naszego województwa mogą głosować w siódmej już edycji Budżetu Obywatelskiego Małopolski: tym razem do głosowania zakwalifikowano łącznie 232 zadania, na realizację których zabezpieczono łącznie 16 milionów złotych.

Zgodnie z regulaminem BO, mieszkańcy mogli zgłaszać zadania ogólnowojewódzkie oraz regionalne: Małopolska została podzielona na cztery regiony, a powiat olkuski znalazł się w Krakowskim Obszarze Metropolitalnym (obejmującym Kraków oraz powiaty olkuski, krakowski

ciąg dalszy na str. 2

Spotkanie z Arturem Barcisiem
w olkuskiej Bibliotece

strona 3

Okradł sklep i próbował uciec z łupami

strona 3

161. rocznica bitwy pod Krzykawką

strona 4

Escape Truck w Srebrnym Mieście

strona 8

REKLAMA

Velum SERWIS OKIEN - MOSKITIERY
POGWARANCYJNY SERWIS OKIEN
biuro@pphvelum.pl 882-007-801
PRODUCENT MOSKITIER
OKIENNE I DRZWIOWE PRZECIW OWADOM

KOTŁY GAZOWE POMPY CIEPŁA
MONTAŻ, SERWIS, KONSERWACJA
KOMPLEKSOWA MODERNIZACJA
WYKONAJ Z NAMI KOTŁOWNIĘ, A POMOŻEMY CI UZYSKAĆ DOTACJĘ
czyste powietrze
Vaillant BOSCH JUNKERS
TECHNIKA GRZEWCZA MATEUSZ KULPA
Olkusz, ul. kr. K. Wielkiego 40 513-185-101

REMONTY WYKOŃCZENIA WNĘTRZ
608 640 581

AUTORYZOWANY PRZEDSTAWICIEL VETREX
KEMAR
PONAD 24 LATA NA RYNKU!
Sławkowska 13, piętro 1
Tel. 500 179 640
okna-kemar.pl

NAJWIĘKSZY WYBÓR PRZESŁON OKIENNYCH!

ROLETY <ul style="list-style-type: none">• materiałowe• plisy• dzień-noc	ŻALUZJE <ul style="list-style-type: none">• drewniane• bambusowe• aluminiowe	MOSKITIERY <ul style="list-style-type: none">• okna• drzwi balkonowe• drzwi przesuwne
---	---	--

PROMOCJA WIOSENNA!!!
Do końca kwietnia przebijemy każdą cenę.

DRZWI PODŁOGI OKNA olkus@panelpol.eu tel. 515 890 860
PANEL-POL
montaż gratis OLKUSZ ul. Parkowa 1a
OKAZJA - WYPRZEDAŻ EKSPOZYCJI
DZIĘKUJEMY NASZYM KLIENTOM ZA ZAUFANIE!
Uzyskujemy I MIEJSCE w plebiscycie ORŁY OKIEN I DRZWI w 2023 roku w Olkuszu!
W 2024 roku zapraszamy do kolejnych zamówień
TYLKO U NAS: niezawodne panele winylowe AQUATUS Weninger, PROMOCJE NA PANELE UP LINE

SFG-GLASS
SZKŁO LAMINOWANE
• BALUSTRADY I DRZWI SZKLANE
• BALKONY FRANCUSKIE
• DASZKI SZKLANE
• PANELE SZKLANE Z GRAFIKĄ
• LACOBELLE
• LUSTRA
• KABINY PRYSZNICOWE
ZAKŁAD SZKLARSKI PROMOCJA!!!
NA DASZKI, BALUSTRADY, BALKONY SZKLANE
694 486 860 | 794 477 666 K.K. WIELKIEGO 40, OLKUSZ

Małopolski Związek Bokserski oraz Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Olkuszu zapraszają na:
51. MIĘDZYNARODOWY GRAND PRIX MAŁOPOLSKI 2024 W BOKSIE
HONOROWY PATRONAT: BURMISTRZ MIASTA I GMINY OLKUSZ ROMAN PIAŚNIK
MIEJSCE: HALA SPORTOWO-WIDOWISKOWA W OLKUSZU, UL. WIEJSKA 1A
25.05.2024, GODZ. 12:00
Program zawodów:
8:00 - 9:00 - waga i badanie
10:30 - 11:00 - konferencja techniczna
12:00 - walki
U-12: 2012 ROK
MŁODZIKI: 2011-2010 ROK
KADET: 2009-2008 ROK
JUNIOR: 2007-2006 ROK
SENIOR: 2005 ROK I STARSZI
Zgłoszenia do 20.05.2024 na adres: zbksoolkusz@gmail.com

Ceny w Firmie "SOLEX"
Olkusz, ul. Żuradzka 21 b, Tel. (32) 643 21 79
Złom stalowy: min. 0,90 zł/kg
Żeliwo: 1,10 zł/kg
Przyjmujemy makulaturę (gazety, biały papier)
Od poniedziałku do piątku w godz. 7:00 - 16:00
Sobota w godz. 7:00 - 13:00
Własna laweta!

DZIEŃ ŚMERFA
8 | 06 | 2024
szczegóły niebawem
na osiedle Słowiki zapraszają:
K.S. FLIKR SM Nowa

„Ruszyło głosowanie ...” ciąg dalszy ze str. 1

i miechowski). Wykaz wszystkich zadań dostępny jest na stronie internetowej www.bo.malopolska.pl

Każdy mieszkaniec Małopolski, który ukończył 16 lat, może oddać dwa głosy: jeden na zadanie regionalne i jeden na zadanie ogólnowojewódzkie. „Na zadania z puli ogólnowojewódzkiej może zgłaszać każda osoba, natomiast na zadania regionalne tylko mieszkańcy danego regionu, czyli na np. zadania z Regionu Małopolska Zachodnia, mogą głosować tylko mieszkańcy miasta Oświęcim oraz powiatów suskiego, myślenickiego, wadowickiego, chrzanowskiego oraz oświęcimskiego. Pełen wykaz regionów można znaleźć w Regulaminie BOWM, który dostępny jest na stronie bo.malopolska.pl. W przypadku, kiedy mieszkaniec oddał głos na zadanie z regionu, w którym nie mieszka, głos uznaje się za nieważny. Każdy głosujący ma maksymalnie 2 głosy, ale nie musi z tego prawa korzystać. Jeśli odda tylko 1 głos, na zadanie regionalne lub ogólnowojewódzkie, to zostanie on zaliczony. Niedopuszczalne są sytuacje, kiedy 1 osoba odda 2 głosy na jeden typ zadania lub w ogóle więcej, niż 2 głosy. Przykładowo, jeśli mieszkaniec odda 2 lub więcej głosów na zadania ogólnowojewódzkie, wszystkie te głosy zostaną unieważnione. Głos oddany na zadania regionalne, o ile jest oddany prawidłowo, pozostaje ważny. Analogicznie sytuacja wygląda, jeśli 2 lub więcej głosów jest oddane na zadania regionalne, wszystkie te głosy będą nieważne. Głos oddany na zadanie ogólnowojewódzkie, o ile jest oddany prawidłowo, będzie za-

liczony.” - informuje Urząd Marszałkowski Województwa Małopolskiego.

Podobnie, jak w poprzednich edycjach, głosować można na trzy sposoby:

- na stronie internetowej bo.malopolska.pl
- korespondencyjnie, wysyłając go na adres Urzędu Marszałkowskiego Województwa Małopolskiego (ul. Raclawicka 56, 30-017 Kraków lub ul. Basztowa 22, 31-156 Kraków) albo jednej z agend zamiejscowych. Należy przy tym pamiętać, że liczy się data wpływu, a nie data nie data stempla pocztowego na kopercie!
- poprzez wrzucenie wypełnionej karty do głosowania do jednej

z urn zlokalizowanych w całej Małopolsce (ich wykaz dostępny jest na stronie internetowej bo.malopolska.pl)

„Uwaga! Podobnie, jak rok temu, głosować można również hybrydowo, tzn. przy użyciu dwóch różnych sposobów głosowania. Przykładowo, jeśli mieszkaniec na zadanie regionalne zgłasza na karcie papierowej, którą wrzuci do urny, ale nie wskaże wtedy zadania ogólnowojewódzkiego, to może to zrobić później przez Internet (oddając tylko 1 brakujący głos).” - czytamy na stronie internetowej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Małopolskiego.

Lista zadań, karty do głosowania oraz wszelkie niezbędne informacje dostępne są na stronie internetowej bo.malopolska.pl, a ogłoszenie wyników nastąpi do 1 października 2024 roku.



OGŁOSZENIE PŁATNE

XIII Spartakiada Przedшкоłaków



OLKUSZ

MOSiR Olkusz

W poniedziałek 13 maja, w Hali Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Olkuszu, odbyła się XIII Miejsko-Gminna Spartakiada Przedшкоłaków pod hasłem: „Jestem silny, zdrowy, do zawodów gotowy”. Do sportowej rywalizacji w szesnastu różnych konkurencjach przystąpiło trzynaście barwnych reprezentacji, z których ostatecznie najlepsze okazało się Przedszkole z Zedermana.

Pozostałe miejsca na podium zajęły miejskie placówki – reprezentacje Przedszkoli nr 4 i 7. Klasyfikacja końcowa jak zwykle była jedynie symboliczna, bowiem wszystkie zespoły zostały nagrodzone dyplomami oraz nagrodami rzeczowymi. Pierwsza trójka otrzymała ponadto okolicznościowe puchary.

W spartakiadzie, łącznie udział wzięły trzynaście przedszkoli, a szesnastoosobowe ekipy miały do pokonania „tor przeszkód” złożony z szesnastu różnych zadań sprawnościowych, w których liczyły się spryt, precyzja i szybkość. Tegoroczne konkurencje w swoich nazwach nawiązywały do zwierząt. Dzieci rywalizowały między innymi w: języku kameleona, leniwcu, torbie kangura, gibkich węzłach,

gąsienicy, czy w spacerze goryla. Każde z zadań do wykonania było punktowane, a drużyny, które po wykonaniu wszystkich konkurencji zdobyły największą ilość oczek, zapewniły sobie miejsca w ścisłej czołówce przedszkolnej klasyfikacji. W tym roku po rywalizacji najmłodszych o dodatkowe punkty dla swoich drużyn walczyli również opiekunowie grup. Jak zwykle nie zabrakło też czasu na wspólne tańce oraz słodki poczęstunek.

Wzorem poprzednich edycji, impreza miała swoją odpowiednią oprawę. Spartakiadę w imieniu Burmistrza Romana Piaśnika otworzył Dyrektor Samorządowego Zespołu Edukacji w Olkuszu Paweł Czarnota, a wśród zaproszonych gości nie zabrakło Przewodniczącego Rady Miejskiej w Olkuszu Grzegorza Grucy, Przewodniczących Komisji: Oświaty Marii Beszterdo, Kultury Fizycznej i Turystyki Mariusza Gaszczyka, Dyrektora MOSiR w Olkuszu Jacka Bujasa, Zastępcy Dyrektora ZSPI nr 1 Marcina Bujasa, a także Zarządu Osiedla Młodych w osobach Jana Durańskiego i Wojciecha Ozdoby. Przedszkolaki jeszcze przed startem sportowych zmagani złożyły ślubowanie, a z głośników wybrzmiał hymn olimpijski.

Zgodnie z założeniami, XIII spartakiada była dla jej uczest-

ników nie tylko świetną zabawą, ale i możliwością integracji całego przedszkolnego środowiska. Organizatorami wydarzenia byli: Przedszkole Integracyjne Nr 9 w Zespole Szkolno-Przedszkolnym Integracyjnym Nr 1 w Olkuszu, Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Olkuszu, a rolę współorganizatora pełniło Stowarzyszenie Dobroczynne „Res Sacra Miser”. Honorowy Patronat nad XII Spartakiadą objął Burmistrz Miasta i Gminy Olkusz Roman Piaśnik, który dodatkowo ufundował nagrody w postaci zabawek dla przedszkoli. Partnerami zawodów i fundatorami nagród oraz słodkiego poczęstunku byli: MOSiR w Olkuszu, Zarządy Osiedli – Młodych i Słowiki. Nieocenioną pomocą w przeprowadzeniu wszystkich konkurencji wykazali się niezastąpieni w takich chwilach wolontariusze z Zespołu Szkół Nr 4 w Olkuszu pod opieką Józefa Słazaka.

Kolejność na podium:

1. Przedszkole w Zedermanie,
2. Przedszkole Nr 4 w Olkuszu,
3. Przedszkole Nr 7 w Olkuszu.

Kolejna, XIV Miejsko-Gminna Spartakiada Przedшкоłaków za rok!

OGŁOSZENIE PŁATNE

Spotkania ze szczypiorniakiem

Dobiegła końca seria konsultacji szkoleniowych, prowadzonych w ramach „Spotkań ze szczypiorniakiem” – projektu realizowanego w ramach 6. edycji Budżetu Obywatelskiego Województwa Małopolskiego. Propagując aktywność fizyczną wśród uczniów szkół podstawowych z terenu powiatu olkuskiego, jako Stowarzyszenie Piłki Ręcznej Olkusz staramy się „zarażać” handballem młode pokolenie. W projekt realizowany ze środków finansowych Województwa Małopolskiego zaangażowanych jest blisko 250 osób.

„Spotkania ze szczypiorniakiem” to forma promocji aktywności fizycznej środowisk szkolnych powiatu olkuskiego. Głównym celem zadania jest rozwój sportowy dzieci ze szkół podstawowych, poprzez gry i zabawy z zakresu piłki ręcznej, a także integracja środowisk szkolnych poprzez organizację cyklu konsultacji edukacyjno-sportowych, w trakcie dni wolnych od zajęć lekcyjnych. Zajęcia praktyczne i teoretyczne zostaną zwieńczone Turniejem Piłki Ręcznej Dziewcząt i Chłopców, który wyłoni Mistrza Szczypiorniaka. Projekt realizowany ze środków finansowych Województwa Małopolskiego w ramach 6. edycji Budżetu Obywatelskiego Województwa Małopolskiego, skierowany jest do uczniów z klas czwartych i młodszych szkół podstawowych z terenu powiatu olkuskiego.

Za nami dziesiątki godzin dodatkowych lekcji szczypiorniaka w ośmiu szkołach, pięć konsultacji szkoleniowych w Hali Sportowo-Widowskiej prowadzonych przez trenerów SPR Olkusz,

a w perspektywie także turniej wieńczący całą dotychczasową pracę wykonywaną przez nauczycieli w szkołach oraz naszych klubowych opiekunów.

Zakończone 11 maja konsultacje, były cyklem kilkugodzinnych spotkań przy Wiejskiej 1a ze wszystkimi uczestnikami projektu, który oprócz dodatkowych zajęć sportowych, zapewnił im gadżety w postaci okolicznościowej koszulki, bidonu i workoplecaka. W trakcie zajęć trenerki SPR Olkusz sprawdzały ogólną sprawność dzieci, w aktywność fizyczną włączając elementy piłki ręcznej. Uczestnicy ćwiczyli celność rzutów, szybkość oraz pracowali nad sferą mentalną. Konsultacje łączyły w sobie ruch z teorią. Do realizacji projektu wszyscy podeszli kompleksowo, chcąc jak najlepiej przygotować dzieci do wydarzenia kończącego cały projekt, a więc do czerwcowego turnieju Mistrza Szczypiorniaka.

W realizację projektu „Spotkania ze szczypiorniakiem”, od samego początku zaangażowanych jest blisko ćwierć tysiąca osób. Oprócz uczniów, także nauczyciele, trenerzy oraz wolontariusze. W sumie społeczność ośmiu szkół podstawowych: SP 1 Olkusz, SP 6 Olkusz, SP 9 Olkusz, SP Klucze, SP Dłużec, SP Bolesław, SP Sucha oraz SP Zederman.

Powoli zmierzamy do finału projektu. W harmonogramie, oprócz dodatkowych lekcji wychowania fizycznego pozostaje jeszcze turniej z udziałem wszystkich uczestników zadania, który wyłoni najlepsze zespoły. Rywalizację zaplanowano na sobotę 15 czerwca w HSW MOSiR w Olkuszu.



Stowarzyszenie „ZEDERMAN”
zaprasza z dobrym humorem na

SOBÓTKI

20 maja 2024 r. godz. 15⁰⁰
Plac remizy OSP w Zedermanie

Co zapewniamy?

kiełbaski z grilla (dla pierwszych 300 osób gratis),
zjeżdżalnie, trampoliny, ściankę spinaczkową,
konkursy, animacje dla dzieci, TEATR OGNIA

WSZYSTKO GRATIS!

Olkuski
Przegląd

www.przeglad.olkuski.pl
Codziennie nowe wiadomości!

Spotkanie z Arturem Barcisiem w olkuskiej Bibliotece

IOLKUSZ

Powiatowa i Miejska Biblioteka Publiczna w Olkuszu, fot. Powiatowa i Miejska Biblioteka Publiczna w Olkuszu

W czwartkowe popołudnie, 9 maja b.r. w wypełnionej po brzegi Czytelnicy olkuskiej Biblioteki, mieszkańcy Srebrnego Grodu mieli niepowtarzalną okazję uczestniczyć w wyjątkowym spotkaniu z Arturem Barcisiem - aktorem filmowym, dubbingowym, teatralnym i telewizyjnym, reżyserem oraz scenarzystą.

Aktor podczas spotkania, z charakterystycznym dla siebie poczuciem humoru, opowiadał o swojej

karierze aktorskiej oraz kulisach pracy nad różnymi projektami filmowymi. Czytelnicy olkuskiej Biblioteki dowiedzieli się również o trudnościach, z jakimi musiał się zmierzyć na początku swojej drogi artystycznej. Aktor zachęcał również uczestników spotkania do tego, aby się nie poddawali i dbali o swoje pasje i marzenia.

Spotkanie odbyło się w ramach obchodów XXI Ogólnopolskiego Tygodnia Bibliotek.

Artur Barciś: absolwent Wydziału Aktorskiego łódzkiej PWSFTviT, którą ukończył w 1979 r. Przed kamerami zadebiutował w roku 1978 niewielką rolę w obrazie pt. „Do krwi

ostatniej”. Największą popularność zyskał w latach 80., wtedy też zagrał swoje najważniejsze role. Barciś jest aktorem warszawskich teatrów. W latach 1979 - 1981 występował w teatrze Na Targówku, w latach 1982 - 1984 na deskach Teatru Narodowego, a od 1984 r. jest związany z Teatrem Ateneum. Barciś to aktor wszechstronny. Tworzy doskonałe kreacje w dramatach, ale sprawdza się również w komediach. Grał m.in. w filmach Krzysztofa Kieślowskiego, Andrzeja Wajdy, Kazimierza Kutza i Jerzego Hoffmana.

Udzielił dwóch wywiadów rzek, które ukazały się w formie książek: „Rozmowy bez retuszu”



Okradł sklep i próbował uciec z łupami, ale został zatrzymany przez policjanta po służbie



IOLKUSZ

KPP w Olkuszu

Policjant podczas zakupów w jednym ze sklepów na terenie Olkusza, zauważył mężczyznę, który zabrał z półek alkohol i słodycze, a następnie, nie płacąc za towar, wybiegł ze sklepu omijając linię kas. Funkcjonariusz bez chwili wahania zareagował i zatrzymał złodzieja odzyskując skradzione produkty. Czujność i zachowanie policjanta

to dowód, że funkcjonariuszem się jest nawet poza służbą.

W ubiegły wtorek (07.05. br.), około godziny 12.15 policjant Komendy Powiatowej Policji w Olkuszu, w czasie wolnym od służby, robił zakupy w jednym z olkuskich marketów. W pewnym momencie zauważył nerwowe zachowanie mężczyzny, który przekładał towar na półkach kierując się z nim w stronę wyjścia. Policjant podszedł do ekspedientki, wskazując

na mężczyznę i poinformował o jego nietypowym zachowaniu.

Funkcjonariusz ustalił również, że w sklepie nie ma pracownika ochrony, co mogło być okazją dla złodzieja. W pewnym momencie mężczyzna zabrał towar i wybiegł ze sklepu, omijając linię kas. Funkcjonariusz bez wahania wybiegł za tym mężczyzną i po krótkim pościgu zatrzymał rabusia.

Na miejsce wezwano patrol policji, który przejął sprawcę kra-

dzieży. W związku z tym, że mężczyzna dopuścił się wykroczenia został ukarany mandatem karnym. Skradzione artykuły trafiły na półki do dalszej sprzedaży.

Czujność i szybka reakcja policjanta będącego w czasie wolnym od służby, jak też jego skuteczność działania, przyczyniły się do zatrzymania sprawcy kradzieży. To kolejny dowód na to zaangażowanie policjantów nie zna granic, nawet poza godzinami służby.

Działania olkuskich policjantów i funkcjonariuszy Straży Leśnej na terenie „Pojezierza Olkuskiego” i obszarów leśnych, w których występują zapadliska

IPOWIAT

KPP w Olkuszu

Od 29 kwietnia do 8 maja funkcjonariusze Straży Leśnej wraz z policjantami z Komendy Powiatowej Policji w Olkuszu prowadzili ogólnopolskie działania Straży Leśnej pod kryptonimem „Majówka 24” ukierunkowane na zwalczanie i przeciwdziałanie szkodnictwu leśnemu na terenach Lasów Państwowych. Akcja miała na celu zapewnienie możliwości bezpiecznego korzystania z lasu przez społeczeństwo, ochronę zasobów przyrodniczych a w szczególności egzekwowanie od osób przebywających na obszarach leśnych zachowań zgodnych z obowiązującymi przepisami.

Policjanci i funkcjonariusze Straży Leśnej prowadzili działania prewen-

cyjno-kontrolne na najczęściej uczęszczanych szlakach turystycznych oraz w miejscach szczególnie niebezpiecznych. Kontroli poddano teren „Pojezierza Olkuskiego”, a także lasów, gdzie obowiązują zakazy wstępu ze względu na występujące tam zapadliska. Podczas akcji mundurowi ujawnili prawie 30 wykroczeń. Na osoby łamiące zakazy i zachowujące się niezgodnie z prawem nakładano mandaty karne. „Pojezierze Olkuskie” w ostatnim czasie cieszy się ogromną popularnością zarówno wśród mieszkańców, jak i turystów odwiedzających to miejsce. W mediach społecznościowych ciągle pojawiają się filmiki i zdjęcia z relacji osób tam przebywających. Są to rowerzyści, młodzież korzystająca z powstałego „zalewiska”, rodziny odpoczywające na piasku, miłośnicy grilla, a nawet osoby pływające skuterem wodnym. Niestety osoby te zapominają o obo-

wiązujących tam od dawna zakazach wstępu i lekceważą powyższe przepisy, nie mając świadomości o poważnych konsekwencjach i zagrożeniach. Nadleśnictwo Olkusz, które jest właścicielem terenu umieściło na tym obszarze wiele tabliczek informacyjnych. Część z nich informuje o tym, że obszar jest objęty stałym zakazem wstępu ze względu na znajdujące się na nim uprawy leśne oraz na zagrożenie w postaci możliwej erozji. Inne informują o zakazie kąpieli ze względu na grząskie dno. Pomimo tego mieszkańcy i turyści bezmyślnie łamią przepisy i wchodzą na ten teren. Niektórzy wręcz niszczą znaki, co powoduje, że wiele turystów nie ma świadomości o istniejącym tam zagrożeniu i zakazie wstępu. Akcja prowadzona była również na terenach leśnych w Olkuszu, Bukownie oraz Kluczach, gdzie występują niebezpieczne zapadliska. Obszary te są stosownie oznaczone

taśmami oraz tabliczkami informującymi o zakazie wstępu i występującym niebezpieczeństwie. Niestety podczas kontroli można tam było spotkać wielu młodych ludzi, którzy urządzali sobie w tych miejscach imprezy. W okresie letnim i wakacyjnym można spodziewać się, że takich sytuacji będzie znacznie więcej, a co za tym idzie, zwiększonej liczby kontroli prowadzonych przez Policję wspólnie ze Strażą Leśną. Przypominamy po raz kolejny, że przebywanie w takich miejscach jest szczególnie niebezpieczne i stanowi zagrożenie dla życia i zdrowia człowieka. Nieprzestrzeganie niniejszego prawa miejscowego jest wykroczeniem, które zagrożone jest karą grzywny.

Apelujemy do mieszkańców, a także do turystów o przestrzeganie zakazu wstępu na obszar „Pojezierza Olkuskiego”, a także na tereny leśne, gdzie występują zapadliska.



**OGŁOSZENIE BURMISTRZA MIASTA I GMINY OLKUSZ**

Burmistrz Miasta i Gminy Olkusz informuje, że w budynku Urzędu Miasta i Gminy w Olkuszu na tablicy ogłoszeń obok głównego wejścia, na stronach internetowych Urzędu oraz w Biuletynie Informacji Publicznej w dniach **od 17.05.2024 r. do 28.06.2024 r.** wywieszony będzie wykaz nieruchomości tj.

- działka nr 5396/4 o pow. 0,1862 ha, położona w Olkuszu, przeznaczona do sprzedaży w trybie przetargowym.

Bliższe informacje można uzyskać w Wydziale Geodezji i Gospodarki Mieniem (pok. nr 125) w godzinach pracy Urzędu lub pod numerem telefonu (32) 626 01 25.



**WYCIĄG Z OGŁOSZENIA
O I PRZETARGU PISEMNYM NIEOGRANICZONYM
WÓJT GMINY BOLESŁAW**

informuje,

że na stronie internetowej Urzędu Gminy, w Biuletynie Informacji Publicznej, na tablicy ogłoszeń w siedzibie w/w Urzędu i na tablicach ogłoszeń na terenie Gminy, zostało podane do publicznej wiadomości ogłoszenie o organizowanym I przetargu pisemnym nieograniczonym na sprzedaż nieruchomości położonej w Kolonii, o pow. 0,0062 ha, oznaczonej jako działka nr 1717, uregulowanej w KW Nr KR10/00058386/4.

Cena wywoławcza nieruchomości: **9.840,00 zł brutto** (8.000 zł netto + 23% VAT).

Pisemne oferty w zamkniętych kopertach opatrzone napisem „Przetarg – Kolonia działka nr 1717”, można składać w Sekretariacie Urzędu Gminy Bolesław, pok. nr 15, do dnia **9 lipca 2024 r., do godz. 15⁰⁰**.

Pisemna oferta powinna zawierać:

- imię, nazwisko i adres oferenta albo nazwę lub firmę oraz siedzibę, jeżeli oferentem jest osoba prawna lub inny podmiot,
- datę sporządzenia oferty,
- oświadczenie, że oferent zapoznał się z warunkami przetargu i przyjmuje te warunki bez zastrzeżeń,
- oferowaną cenę i sposób jej zapłaty,
- kopię dowodu wniesienia wadium i wskazanie sposobu zwrotu wadium w przypadku nie wygrania przetargu (w przypadku wniesienia wadium w pieniądzu należy podać nr rachunku bankowego oferenta).

Oferowana cena winna być wyższa od ceny wywoławczej.

Osoby pozostające w związku małżeńskim (nie posiadające umowy o rozdzieleniu majątkowej) obydwie przystępują do przetargu.

Ogłoszenie dostępne na stronie internetowej: www.gminaboleslaw.pl, Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Gminy Bolesław, na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy Bolesław: ul. Główna 58, 32-329 Bolesław oraz na tablicach ogłoszeń na terenie Gminy Bolesław.

Przystępujący do przetargu zobowiązany jest wnieść wadium w wysokości **1.500,00 zł** w pieniądzu, przelewem na rachunek bankowy, w terminie **najpóźniej do dnia 9.07.2024r.**

Nr konta bankowego – Bank Pekao SA 68 1240 4748 1111 0000 4877 8530.

Przetarg odbędzie się w dniu **12 lipca 2024r. godz. 10⁰⁰** w siedzibie Urzędu Gminy, ul. Główna 58, 32-329 Bolesław, pok. nr 22.

Dodatkowe informacje można uzyskać w UG pok. nr 6, telefon (32) 642 45 01 wew. 227.



**Spółdzielnia Mieszkaniowa „NOWA” w Olkuszu
ul. Gen. Stefana Buchowieckiego 37, tel. (32) 643 37 98
ogłasza**

PRZETARG nieograniczony

i zaprasza Wykonawców do składania pisemnych ofert na przewidziane do realizacji w zasobach Spółdzielni Mieszkaniowej „Nowa” w Olkuszu następujące roboty remontowo-budowlane związane z poprawą efektywności cieplnej budynków, w tym między innymi:

- ocieplenia ścian szczytowych i podpiwniczeń
- uszczelnienie dylatacji dachowych z wymianą obróbek blacharskich
- wymiana rur spustowych itp.

W przetargu mogą uczestniczyć podmioty gospodarcze, które złożą ofertę zgodną z SIWZ.

Termin realizacji zamówienia do 15.10.2026 r.

Specyfikację Istotnych Warunków Zamówienia (SIWZ) można odebrać w Sekretariacie SM „Nowa” w godz. od 8⁰⁰ do 14⁰⁰ od dnia 20.05.2024 r. po wpłaceniu kwoty **123,00 zł (brutto)** w kasie Spółdzielni.

Wadium w wysokości **35.000,00 zł** (słownie: trzydzieści pięć tysięcy zł) należy dokonać na konto Zamawiającego do dnia **31.05.2024 r.** (decyduje data wpływu środków)

Nr konta PKO BP SA O/Olkusz **08 1020 2430 0000 8102 0000 5611**

Oferty należy składać w Sekretariacie Spółdzielni w zamkniętych kopertach do dnia **31.05.2024 r.**

Komisyjne otwarcie kopert nastąpi w dniu **6.06.2024 r. o godz. 11⁰⁰** w siedzibie Zamawiającego

Zamawiający zastrzega sobie prawo swobodnego wyboru Wykonawcy oraz prawo unieważnienia przetargu bez podania przyczyny.

ZARZĄD SM „NOWA” w OLKUSZU

161. rocznica bitwy pod Krzykawką

IKRZYKAWKA

Karolina Potok

W sobotę o godzinie 12:00 przy pomniku Francesco Nullo w Krzykawce odbyły się uroczystości związane ze 161. rocznicą bitwy pod Krzykawką. Kolejno dworek w Krzykawce wypełnił się mieszkańcami i gośćmi, na których czekały zorganizowane koncerty oraz stoiska gastronomiczne.

Polana Nullo w Krzykawce

W wydarzeniu brał udział Oddział Żandarmerii Wojskowej oraz zaproszeni goście, w tym komendant Oddziału Żandarmerii Wojskowej w Krakowie Robert Musiel, Wójt Gminy Bolesław Krzysztof Dudziński, a także Konsul Honorowa Republiki Włoskiej Katarzyna Likus. Nie zabrakło też oczywiście mieszkańców Gminy Bolesław. Pod pomnikiem bohaterów powstania, w tym pułkownika Francesco Nullo, zostały złożone kwiaty, a wiatr rozwiewał flagi polską i włoską.

„Zawsze pamiętajmy naszą historię, zawsze pamiętajmy o tym,



że historię, którą dzisiaj piszemy, będą wspominały przyszłe pokolenia. Bohaterom powstania hołd składa ziemia, której broniliście.” - mówił Wójt Dudziński.

Dworek w Krzykawce

Po oficjalnych obchodach mieszkańcy i zaproszeni goście zgromadzili się z kolei pod Dworkiem w Krzykawce, gdzie na scenie występowali kolejno Orkiestra Wojskowa z Krakowa, uczniowie Zespołu Przedszkolno-Szkolnego w Krzykawie, zespół Jazz Duo Simo-

na&Paolo, zespół Lunaria oraz gwiazda wieczoru Alexander Martinez.

Goście zostali poczęstowani tradycyjną włoską grochówką z kuchni polowej oraz przekąskami Koła Gospodyń Wiejskich z terenu Gminy Bolesław. Miejsce miało też degustacja włoskich makaronów, przygotowana przez Szeffa Nestora Grojewskiego.

Takie wydarzenia, poza historycznym kontekstem, są też świetną okazją do spotkania się mieszkańców, czego dowodem był chociażby słyszalny z każdego kąta wesoły gwar rozmów.



zobacz fotorelację na: www.przeglad.olkuski.pl

OGŁOSZENIE PŁATNE

**OGŁOSZENIE BURMISTRZA MIASTA I GMINY OLKUSZ**

Informacja o wyborach na Sołtysów/Przewodniczących Zarządów Osiedli i Członków Rad Sołeckich/Członków Zarządów Osiedli

Zgodnie ze statutami Sołectw/Osiedli Burmistrz Miasta i Gminy Olkusz zarządził na dzień 23.06.2024r. wybory organów jednostek pomocniczych - Sołtysów/Przewodniczących Zarządów Osiedli i Członków Rad Sołeckich/Członków Zarządów Osiedli.

W terminie od 20.05.2024 r. do 03.06.2024 r. można zgłaszać kandydatów na Sołtysów/Przewodniczących Zarządów Osiedli i Członków Rad Sołeckich/Członków Zarządów Osiedli. Zgłoszenia kandydatów mogą dokonać mieszkańcy danego Sołectwa/Osiedla zgodnie ze wzorem dostępnym na stronie internetowej i w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Miasta i Gminy Olkusz oraz w Urzędzie Miasta i Gminy Olkusz, pokój 101.

Zgłoszenie kandydata powinno być poparte podpisami co najmniej 25 mieszkańców danego Sołectwa/Osiedla.

Kandydatów na Sołtysów/Przewodniczących Zarządów Osiedli i Członków Rad Sołeckich/Członków Zarządów Osiedli zgłasza się do Gminnej Komisji ds. wyborów w Urzędzie Miasta i Gminy Olkusz pokój 101.

Kalendarz Wyborczy

Do 15.05.2024r.	Powołanie przez Burmistrza Miasta i Gminy Olkusz Gminnej Komisji ds. Wyborów
Do 17.05.2024r.	Podanie do publicznej wiadomości informacji Burmistrza Miasta i Gminy Olkusz o terminie wyboru Przewodniczącego Zarządu/Sołtysa oraz Członków Zarządu Osiedla/Członków Rady Sołeckiej, ogłoszenie kalendarza wyborczego oraz wskazanie lokali wyborczych
Od 20.05.2024r. do 03.06.2024r.	Zgłaszanie kandydatów na Przewodniczącego Zarządu/Sołtysa oraz Członków Zarządu Osiedla/Członków Rady Sołeckiej
Od 20.05.2024r. do 03.06.2024r.	Zgłaszanie kandydatów do Osiedlowych/Sołeckich komisji wyborczych
05.06.2024r.	Powołanie Osiedlowych/Sołeckich komisji wyborczych
Do 14.06.2024r.	Podanie do publicznej wiadomości informacji o zarejestrowanych kandydatach na Przewodniczącego Zarządu/Sołtysa oraz Członków Zarządu Osiedla/Członków Rady Sołeckiej
Od 20.05.2024r. do 21.06.2024r.	Możliwość dopisania się do spisu wyborców
Od 12.06.2024r. do 14.06.2024r.	Sporządzenie spisu wyborców
23.06.2024r.	Głosowanie Lokal wyborczy otwarty w godzinach 8.00 - 18.00

- Możliwość dopisania do spisu (tj. osoby zamieszkałe na terenie sołectwa, a nie zameldowane, pok.101 Urzędu)

SPORT

GRETA SPORT – BSG CUP

VI Memoriał im. Czesławy Mentlewicz

OLKUSZ

MOSiR Olkusz

Za nami VI edycja Międzynarodowego Memoriału Lekkoatletycznego im. Czesławy Mentlewicz. Na bieżni olkuskiego stadionu w OSW „Czarna Góra” 11 maja rywalizowali biegacze w różnym wieku i na różnych dystansach. Patronką memoriału była wielokrotna medalistka Mistrzostw Polski, a na dystansie 800 metrów przeprowadzono rywalizację elity. Czasy uzyskane przez zawodników sprawiły, że sobotni bieg przy ul. 29-listopada zasłużył na miano jednego z dwóch najszybszych startów w tym roku w całej Polsce.

Zgodnie z harmonogramem imprezy, pobiegli ci mali i ci więksi od 60 do 1000 metrów, łącznie ponad 200 osób reprezentujących kluby z różnych stron kraju. Po sprintach najmłodszych, w górę poszły nie tylko kategorie wiekowe, ale i długość dystansów.

Koronne biegi zarówno wśród kobiet jak i wśród mężczyzn odbyły się na 800 metrów. Do Olkusza ścigała krajowa czołówka zawodniczek i zawodników, co przełożyło się na znakomite czasy zwycięzców. Szczególnie zaimponował Filip Rak z AZS KU Politechniki Opolskiej, który na mecie zameldował się z doskonałym rekordem życiowym 1:45,97s. Tuż za nim finiszowali: Maciej Wyderka

(KS AZS AWF Katowice) 1:47;15s oraz Jakub Augustyniak (GKS Olimpia Grudziądz) 1:48;34.

Podobnie jak u Panów, tak i u Pań zdecydowanie szybszy był drugi bieg memoriału. W tym przypadku również pierwsza trójka z drugiej serii w komplecie stanęła na podium. Wygrała faworyzowana Aleksandra Płocińska (SRS Kondycja Piaseczno) z czasem 2:04;44s. Srebro dla Moniki Małek (KS AZS AWF Kraków) 2:18;44s, a brąz dla Michaliny Typer (KS AZS AWF Katowice) 2:18;87s.

Wysoki poziom sportowy towarzyszył nie tylko biegiem głównym, ale i tym z kategorii młodzieżowych. Wśród startujących w kategoriach od U-10 do U-20 rozdano 22 kom-

plety medali, a grono z triumfatorów i osób stojących na podium w Olkuszu, pobiło swoje dotychczasowe „życiówki”, co tylko potwierdza, że bieżnia w OSW „Czarna Góra” rzeczywiście należy do szybkich obiektów tego typu.

Sobotnia, szósta już odsłona Memoriału im. Czesławy Mentlewicz, była nie tylko okazją do rywalizacji sportowej na wysokim poziomie, ale i wspomnieniem postaci Patronki, za życia wieloletniej zawodniczki LKS Kłos Olkusz, która po zakończeniu czynnych startów, objęła w klubie funkcję trenera pracującego z młodzieżą.

Organizatorami Greta Sport – BSG Cup VI Lekkoatletycznego Memoriału im. Czesławy Mentlewicz byli LKS Kłos Olkusz oraz MOSiR w Olkuszu.



OGŁOSZENIA PŁATNE

OGŁOSZENIA PŁATNE

Masz PIT?

Weź pożyczkę!



Nawet do 50 000 zł

Przygotuj PIT-11 lub PIT-40A za 2023 rok oraz dowód osobisty i przyjdź do placówki, a przedstawimy propozycję najlepszą dla Ciebie.

OLKUSZ, ul. K. K. Wielkiego 22
tel. 32 641 39 72

KASA STEFCZYKA

Zawsze u siebie

kasastefczyka.pl

801 600 100 (koszt wg taryfy operatora)

Decyzja kredytowa zależy od indywidualnej oceny zdolności kredytowej. Przedstawiona procedura dokumentowania dochodu dostępna jest dla Klientów uzyskujących dochód z umowy o pracę, emerytury bądź świadczeń przedemerytalnych, wnioskujących o pożyczkę w placówce. W przypadku pozostałych, akceptowalnych przez Kasę źródeł dochodu mogą być wymagane dodatkowe dokumenty. Koszt połączenia wg taryfy operatora.

Przyjdź do Placówki Pośrednika Kredytowego spółki Stefczyk Finanse S.A. z siedzibą w Gdyni przy ul. Legionów 126-128 wpisanej do KRS w Sądzie Rej. Gdańsk-Północ w Gdańsku VIII Wydz. Gosp. KRS pod nr. 0000903136, kapitał zakładowy: 125.709.830,19 zł (wpłacony w całości), NIP 586-227-79-20, umocowanego do dokonywania czynności faktycznych i prawnych w imieniu i na rzecz SKOK im. F. Stefczyka z siedzibą w Gdyni, związanych z przygotowaniem, oferowaniem, zawieraniem i wykonywaniem umów o kredyt konsumencki.

OGŁOSZENIA PŁATNE



OGŁOSZENIE BURMISTRZA MIASTA I GMINY OLKUSZ

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGU
BURMISTRZ MIASTA I GMINY OLKUSZ
Rynek 1

ogłasza III przetarg ustny, nieograniczony, na sprzedaż udziału w wysokości 0,892 części w nieruchomości zabudowanej, składającej się z działki nr 2603 o powierzchni 480 m², położonej w Olkuszu przy ulicy Króla Kazimierza Wielkiego 44, objęty księgą wieczystą: KR1O/00059082/0. Działka zabudowana jest budynkiem mieszkalno-użytkowym wzniesionym na przełomie XIX-XX wieku, murowanym, składającym się z budynku frontowego trzykondygnacyjnego, podpiwniczono-ego, przechodzącego od strony południowej w oficynę również trzykondygnacyjną, niepodpiwniczoną. Powierzchnia użytkowa budynku: 580,33 m², powierzchnia piwnic i komórek lokatorskich: 99,58 m². Gmina Olkusz jest właścicielem udziału w wysokości 892/1000 w w/w nieruchomości. Udział Gminy stanowi: 9 lokali mieszkalnych o łącznej powierzchni: 506,59 m² wraz z piwnicami i 5 komórkami o łącznej powierzchni: 99,58 m².

Nieruchomość nie jest wpisana do rejestru zabytków ale jest ujęta w gminnej i wojewódzkiej ewidencji zabytków oraz jest chroniona na podstawie ustaleń w/w miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego.

Cena wywoławcza do przetargu wynosi 1 000 000,00 zł (słownie: jeden milion złotych). Przystępujący do przetargu zobowiązany jest wnieść wadium w wysokości: **200 000,00 zł (słownie: dwieście tysięcy złotych) w terminie do dnia 15.07.2024 r.** włącznie na konto Urzędu Miasta i Gminy Olkusz w Banku Pekao SA nr: 03 1240 4748 1111 0000 4868 9878.

Przetarg odbędzie się w dniu 19.07.2024 r. o godzinie 9⁰⁰ w budynku Urzędu Miasta i Gminy w Olkuszu, sala narad-parter.

Pełny tekst ogłoszenia o przetargu podaje się do publicznej wiadomości poprzez wywieszenie na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta i Gminy w Olkuszu obok wejścia do Urzędu, zamieszczenie na stronie internetowej Urzędu www.umig.olkusz.pl w dziale: Nieruchomości oraz www.bip.malopolska.pl/umigolkusz w dziale: Zamówienia Publiczne i Ogłoszenia Różne. Szczegółowe informacje można uzyskać w Wydziale Geodezji i Gospodarki Mieniem Urzędu Miasta i Gminy w Olkuszu w godzinach od 8.00 do 15.00 w pokoju 125, tel. (32) 6260125.

OGŁOSZENIA PŁATNE



OGŁOSZENIE BURMISTRZA MIASTA I GMINY OLKUSZ

Burmistrz Miasta i Gminy Olkusz
Rynek 1

informuje, że w budynku Urzędu Miasta i Gminy w Olkuszu, na tablicy ogłoszeń obok wejścia do Urzędu oraz na stronie internetowej Urzędu www.umig.olkusz.pl w dziale Nieruchomości, oraz www.bip.malopolska.pl/umigolkusz w dziale: Zamówienia publiczne i ogłoszenia, ogłoszenia różne w dniach od 17.05.2024 r. do dnia 07.06.2024 r. opublikowany będzie wykaz nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży w drodze bezprzetargowej na rzecz najemców:

- lokal mieszkalny nr 10, położony w Olkuszu przy ulicy Sosnowej 42 wraz z udziałem w wysokości 0,0117 części nieruchomości wspólnej, tj. działki nr 4422 o powierzchni: 8769 m².
- lokal mieszkalny nr 68, położony w Olkuszu przy ulicy Strzelców Olkuskich 7 wraz z udziałem w wysokości 0,0094 części nieruchomości wspólnej, tj. działki nr 4517 o powierzchni: 1773 m².

Blizsze informacje można uzyskać w Wydziale Geodezji i Gospodarki Mieniem w godzinach 8:00 -16:00 (pn), 7:00 -15:00 (wt-pt), w pok. 110 lub pod numerem telefonu (32) 6260110.

OGŁOSZENIA PŁATNE



OGŁOSZENIE BURMISTRZA MIASTA I GMINY OLKUSZ

Burmistrz Miasta i Gminy Olkusz informuje, że w budynku Urzędu Miasta i Gminy w Olkuszu na tablicy ogłoszeń (przy wejściu głównym do budynku), na stronie internetowej Urzędu oraz w Biuletynie Informacji Publicznej na okres 21 dni tj. od dnia 17.05.2024r. do dnia 07.06.2024r. opublikowany zostanie wykaz nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy:

- działka nr 2328/8 położona w Olkuszu przy ul. K.K. Wielkiego o pow. 54m² z przeznaczeniem pod działalność gospodarczą, na czas określony do 31.12.2024r. Stawka czynszu ustalona na podstawie Zarządzenia Nr 0050.5.2024 Burmistrza Miasta i Gminy Olkusz z dnia 07.05.2024r. w wysokości 2.800,00zł netto z terminem płatności do 10 każdego miesiąca z góry. Jednocześnie anuluje się ogłoszenie z dnia 10 maja 2024r. dotyczące działki nr 2328/8 z uwagi na oczywistą omyłkę pisarską;
- część działki nr 612/4 o powierzchni 80m² położonej w Troksie z przeznaczeniem pod ogród warzywno -owocowy na okres 3 lat (działka zajmowana bezumownie). Stawka czynszu ustalona na podstawie Zarządzenia nr 0050.1144.2020 Burmistrza Miasta i Gminy Olkusz z dnia 25.06.2020r. w wysokości 25,00zł z terminem płatności do 31 marca każdego roku z góry.

Ogłoszenie może zostać zmienione lub odwołane.

Dzierżawa przeznaczona jest dla osób fizycznych i prawnych. Osoby zainteresowane zawarciem umowy winne są w terminie wywieszenia wykazu złożyć w tut. Urzędzie stosowny wniosek. Szczegółowe informacje można uzyskać w Wydziale Geodezji i Gospodarki Mieniem Urzędu Miasta i Gminy w Olkuszu w godzinach pracy Urzędu (pok. 111) lub pod numerem telefonu (32) 626-01-11.



OGŁOSZENIE BURMISTRZA MIASTA I GMINY OLKUSZ

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGU
BURMISTRZ MIASTA I GMINY OLKUSZ
Rynek 1

ogłasza II przetarg ustny, nieograniczony, na sprzedaż nieruchomości niezabudowanej tj. działki nr 595/11 o pow. 1350 m², położonej w Olkuszu przy ul. Długiej, obręb Pomorzany w pośredniej strefie miasta ok. 1,5 km od centrum miasta (Rynek w Olkuszu). Nieruchomość stanowi własność Gminy Olkusz, objęta jest księgą wieczystą nr: KR1O/00075053/6

Cena wywoławcza do przetargu wynosi 200 000,00 zł (słownie: dwieście tysięcy złotych). Przystępujący do przetargu zobowiązany jest wnieść wadium w wysokości 40 000,00 zł (słownie: czterdzieści tysięcy złotych) w terminie do dnia 17.06.2024 r. włącznie na konto Urzędu Miasta i Gminy w Olkuszu w Banku Pekao SA nr: 03 1240 4748 1111 0000 4868 9878.

Przetarg odbędzie się w dniu 21.06.2024 r. o godzinie 9.00 w budynku Urzędu Miasta i Gminy w Olkuszu, sala narad-parter.

Pełny tekst ogłoszenia o przetargu podaje się do publicznej wiadomości poprzez wywieszenie na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta i Gminy w Olkuszu obok wejścia do Urzędu, zamieszczenie na stronie internetowej Urzędu www.umig.olkusz.pl w dziale: Nieruchomości oraz www.bip.malopolska.pl/umigolkusz w dziale: Zamówienia Publiczne i Ogłoszenia Różne.

Szczegółowe informacje można uzyskać w Wydziale Geodezji i Gospodarki Mieniem Urzędu Miasta i Gminy w Olkuszu w godzinach od 8.00 do 15.00 w pokoju 125, tel. (32) 6260125.



Zdrowie & Uroda



ALERGOLOG

Gąsior Grzegorz dr alergolog, pulmonolog. Przyjmuje: Centrum Medyczne „INTER MED” Olkusz, al. 1000-lecia 16. Wtorki od 15.00. Rej. tel: 32 479 10 00.

CHIRURG

Bartosz Dudzicz, chirurg. Przyjmuje w poniedziałki godz. 16:00 - 19:30 www.inter-med.pl, Rej. tel: (32) 479 10 00.

Grzegorz Mocny dr n.med, specjalista chirurg, specjalista chirurgii plastycznej Olkusz, ul. kr. K Wielkiego 28. Center-Med. Czwartek od 17.00. Rejestracja telefoniczna: 604 979 399, 604 503 799.

Sławomir Kaźmierczuk chirurg ogólny, proktolog, konsultacje, biopsje, leczenie ran, zabiegi chirurgiczne, kwalifikacje do zabiegów. Przyjmuje: Centrum Medyczne „INTER-MED”, Olkusz, al. 1000-lecia 16. Rejestracja telefoniczna: 32 479 10 00. PIĄTEK 16:00–19:30.

ICHIRURG NACZYNIOWY

Krzysztof Lenkiewicz chirurg naczyniowy. Konsultacje, badanie USG DOPPLER żył i tętnic, diagnostyka miażdżycy, skleroterapia, leczenie żyłaków. Przyjmuje: Centrum Medyczne „INTER-MED”, Olkusz, al. 1000-lecia 16. Rejestracja tel. 32 479 10 00. CZWARTEK 8:15–14:00.

ICHIRURG ORTOPEDA

Kamil Zamarto ortopeda, traumatolog. Konsultacje, USG narządu ruchu, blokady, osocze bogatopłytkowe, kwalifikacje do zabiegów. Przyjmuje: Centrum Medyczne „INTER-MED”, Olkusz, al. 1000-lecia 16. ŚRODA 15:45 – 19:30. Rejestracja telefoniczna: 32 479 10 00.

Paweł Półkoszek specjalista chirurgii urazowej i ortopedycznej. SALUD ul. kr. K. Wielkiego 110, Olkusz, telefon: 789 032 277, piątek 8.00-17.00.

Przemysław Waluch ortopeda, traumatolog. Konsultacje, USG narządu ruchu, blokady, kwalifikacje do zabiegów. Przyjmuje: Centrum Medyczne „INTER-MED”, Olkusz, al. 1000-lecia 16. Rej. tel. 32 479 10 00. Wtorek 14:00–19:00.

Serafin Witold lek.med. specjalista ortopeda traumatolog, neuroortopeda mgr rehabilitacji. Olkusz, Krakowskie Przedmieście 11/18 poniedziałek, piątek od 17.00. Telefon: 32 643 32 12, 606 327 510.

Szumera Edyta dr ortopeda dziecięcy oraz dla dorosłych. Przyjmuje: Centrum Medyczne „INTER MED”, Olkusz, al. 1000-lecia 16. Rejestracja telefoniczna: 32 479 10 00.

Waldemar Pasich specjalista chirurgii urazowej i ortopedycznej, specjalista medycyny sportowej. Olkusz, ul. kr. K. Wielkiego 28 (I piętro nad Bankiem Millennium), wejście od podwórza. Poniedziałek 17-19, czwartek 16-18. Rejestracja tel: 604 489 612.

CHOROBY ZAKAŻNE

Jadwiga Głowacka lek. med. specjalista chorób zakaźnych. Centrum Medyczne ul. kr. K. Wielkiego 64 przyjmuje w piątek od godz. 16.00. Rejestracja telefoniczna 32-645 44 70

DERMATOLOG

Dr n. med. Ewa Syguła - specjalista dermatolog, wenerolog. Przyjmuje: Centrum Medyczne „INTER-MED”, Olkusz, al. 1000-lecia 16. Rejestracja telefoniczna: 32 479 10 00.

Lek. med. Anna Dudek specjalista dermatolog, tricholog, lekarz medycyny estetycznej – Dorośli i dzieci - choroby skóry, włosów (trichologia) i paznokci, badanie znamion, testy płatkowe, usuwanie zmian skórnych i blizn kriochirurgia, laser co² i frakcyjny, derm estetyczna – botox, kwas hialuronowy, polinukleotydy, kolagen, Olkusz ul. kr. K. Wiekiego 64; tel. 32 645 44 70, www.annadudek.pl

Zofia Latała-Otrębska, specjalista dermatolog, wenerolog (leczenie dorosłych i dzieci). Olkusz, ul. Bylicy 1 pok. 11, poniedziałek, środa 16.00 - 18.00. Rejestracja telefoniczna: 602 236 380.

DIABETOLOG

Specjalistyczna Praktyka Lekarska Dorota Nowak. Diagnostyka oraz leczenie cukrzyki i jej powikłań. Możliwość konsultacji dietetycznych. Olkusz, ul. Żeromskiego 4/28. Rejestracja telefoniczna w godz. 9 - 13: diabetolog - 505 163 293, dietetyk - 515 427 770.

DIETETYK

Magdalena Rogal-Izdebska, mgr psychodietetyki, dietetyk kliniczny. Leczenie zaburzeń odżywiania, zmiana nawyków żywieniowych, odchudzanie. Olkusz, ul. Pakuska 64 (Marlibo Medica) Tel. 32 626 17 31, 600 453 051. Czwartki: 15.00 - 18.00

ENDOKRYNOLOG

Elżbieta Lewandowska – Jabłońska, lekarz endokrynolog. www.inter-med.pl, Rejestracja telefoniczna: (32) 479 10 00.

GASTROENTEROLOG

Magdalena Knap – Zamarło, lek. specjalista pediatrii, gastroenterolog dziecięcy. Przyjmuje we wtorki godz. 9:00 - 13:00. www.inter-med.pl, Rejestracja telefoniczna: (32) 479 10 00.

Magdalena Zajac – Derenda, lekarz specjalista chorób wewnętrznych, gastrolog. Przyjmuje w poniedziałki w godzinach 15:00 - 19:00. www.inter-med.pl, Rejestracja telefoniczna: (32) 479 10 00.

GINEKOLOG

Anetta Sempka, lek. specjalista ginekologii i położnictwa. Przyjmuje w środy godz. 8:00 - 15:00 oraz czwartek godz. 10:00 - 19:00. www.inter-med.pl, Rejestracja telefoniczna: (32) 479 10 00.

Bożena Niewiara, lek. med., ginekolog-położnik. Ul. Nowa 13, poniedziałek i czwartek 17:00 – 18:00. Tel. 695 942 182.

Chmielewska Dominika dr ginekolog. Przyjmuje: Centrum Medyczne „INTER MED” Olkusz, al. 1000-lecia 16. Środa 15:30 - 17:30. Rejestracja telefoniczna: 32 479 10 00.

Gabinet Ginekologiczno - Położniczy Lek. Katarzyna Nadrowska. Trzebinia ul. św. Stanisława 9 (Eibach Dental-Med Clinic) Poniedziałek, środa czwartek. Rejestracja telefoniczna: 727 434 981

Jacek Szpringer, lek. med., specjalista ginekolog-położnik. Olkusz, ul. Broniewskiego 8A. Rejestracja. tel. 530 414 770, 32 645 43 96. Poniedziałek, środa, piątek 16:00 – 19:00.

Marek Szpringer, lek. med., specjalista ginekolog – położnik. Olkusz, Piłsudskiego 5, Poniedziałek, wtorek, piątek 15.30–17.30. tel. 606 647 961.

Wodecka Katarzyna dr ginekolog. Przyjmuje: Centrum Medyczne „INTER MED”, Olkusz, al. 1000-lecia 16. Rejestracja telefoniczna: 32 479 10 00.

KARDIOLOG

Anna Maria Bednarek dr n. med. specjalista kardiolog. Certyfikowany Lekarz Lipidolog, echokardiografista. Ośrodek Specjalistycznych Usług Medycznych Subsilva facebook.com/lekarzolkusz.pl Rejestracja telefoniczna: 604 052 027

Arkadiusz Kaleta, lek. med. kardiolog, specjalista chorób wewnętrznych. Olkusz, ul. Krak. Przedmieście 11/1. Konsultacje, ECHO SERCA, USG, DOPPLER, HOLTER EKG i ciśnieniowy. Przyjmuje wtorek, piątek od 16.00. Rejestracja po 17.00. Telefon: 796 797 112.

Katarzyna Michalak, lek. chorób dziecięcych, kardiolog dziecięcy. Przyjmuje w soboty godz. 9:00 - 13:00 www.inter-med.pl, Rejestracja tel.: (32) 479 10 00.

Janusz Rogóż specjalista kardiolog, internista, lekarz medycyny pracy. Konsultacje, badania profilaktyczne, badania kierowców, EKG, ECHO serca, USG tętnic szyjnych. Przyjmuje: Centrum Medyczne „INTER-MED”, Olkusz, al. 1000-lecia 16. Rej. tel: 32 479 10 00. Przyjmuje w środy 16:30–19:30.

Maria Rzemieniuk lek. med. specjalista kardiolog. Specjalista chorób wewnętrznych. Ośrodek Specjalistycznych Usług Medycznych Subsilva facebook.com/lekarzolkusz.pl Rejestracja tel: 604 052 027.

Paweł Nadrowski dr n.med., specjalista kardiolog. Konsultacje. EKG. UKG (Echo serca). Holter EKG i ciśnieniowy. Olkusz, ul. K. Wielkiego 64. Rej. tel. 734 096 969. Przyjmuje w poniedziałki i czwartki.

Tomasz Łuszczek, Lekarz specjalista kardiolog. Przyjmuje w poniedziałki w godz. 8:30 - 13:00 i w czwartki godz. 16:00 - 20:00. www.inter-med.pl, Rejestracja tel. (32) 479 10 00.

Wojciech Kwaśniewski, dr n. med., specjalista kardiolog. Diagnostyka i leczenie nadciśnienia tętniczego, choroby wieńcowej oraz zaburzeń rytmu serca. EKG, Echo serca, Holter EKG, Holter ciśnieniowy, Test wysiłkowy na bieżni. Olkusz, ul. Kr. K. Wielkiego 28 (I piętro), czwartek od godz. 17. Tel. 784 099 674.

LARYNGOLOG

Beata Winiarczyk, dr n. med., specjalista laryngolog. Kwalifikacje do operacji. Badania okresowe. Centrum Medyczne, ul. kr. K. Wielkiego 64, pokój 15, poniedziałek 16.30 - 19, środa 16.30 - 19, piątek 14-18, tel. 32 645 44 70, 696 514 481.

Elżbieta Stępniewska, lek. laryngolog. Olkusz, ul. Sławkowska 4 („GAL-MED”), Rejestracja tel: 506 312 032, 32 754 34 64 (po 14.). Poniedziałek, czwartek 15 – 18.

Sylwia Kocierz, dr n. med., specjalista laryngolog. Olkusz, ul. Sławkowska 4 („GAL-MED”). Rejestracja telefoniczna: 506 312 032, 32 754 34 64 (po 15.). Wtorek i piątek 17 - 19.

MASAŻYSTA

Technik masażysta wykona masaż. Kłasyfikacyjny, relaksacyjny i drenaż limfatyczny z dojazdem do klienta. Tel. 519 832 626.

MEDYCYNĄ NATURALNA

Biorezonans. Pijawki, świecowanie uszu, akupunktura ucha, refleksologia terapeutyczna stóp, masaż, bańka próżniowa, ogniowa. Gabinet „Twoja Aura” Olkusz, ul. Sławkowska 5/5b, wjazd od Lewiatana. Tel. 604 135 486.

Pijawki, masaże, bańki chińskie, ognio-we. Dojazd do klienta. Studio Natura Tel. 660 408 193

NEUROLOG

Elżbieta Kulka, specjalista neurolog. Olkusz, ul. kr. K. Wielkiego 28, poniedziałek 16:00 – 18:00. Tel. 603 166 862.

Elżbieta Kulka specjalista, neurolog. Konsultacje. Centrum Medyczne „INTER-MED”, Olkusz, al. 1000-lecia 16. Rejestracja tel: 32 479 10 00. Przyjmuje w środy w godz: 17:00–19:30.

Katarzyna Haberka-Skulska specjalista neurolog. Konsultacje. Centrum Medyczno-Rehabilitacyjne Marlibo-Medica Olkusz ul. Pakuska 64, rejestracja tel. 32 62 61 731, 600 453 051. Przyjmuje w środy w godz. 16.15 – 18.00.

Renata Mędrak-Januszek, specjalista neurolog. Olkusz, ul. K. K. Wielkiego 28, poniedziałki. Rejestracja tel: 501 760 436.

NEUROCHIRURG

Granicki Aleksander dr neurochirurg. Przyjmuje: Centrum Medyczne „INTER MED”, Olkusz, al. 1000-lecia 16. Rejestracja telefoniczna: 32 479 10 00.

Jędrzej Kubica, lek. specjalista neurochirurgii i medycyny estetycznej. www.inter-med.pl, Rejestracja tel: (32) 479 10 00.

OKULISTA

Anita Lyssek – Boroń, dr hab. n. med. specjalista chorób oczu. Szeroka diagnostyka oka (OCT, USG, foropter), wieloletnie doświadczenie w chirurgii zaćmy, jaskry, siatkówki. Olkusz, ul. Parkowa 9a, Przyjmuje: wtorek, czwartek od 16:30. Rejestracja telefoniczna: 606 790 500.

Katarzyna Rataj – Pająk specjalista chorób oczu, badania niemowląt, dzieci i dorosłych: diagnostyka okulistyczna, OCT, wady wzroku, zez, niedowidzenie, okulary, soczewki kontaktowe, badania profilaktyczne. VIS-OPTICA, Olkusz al. 1000-lecia 20. Gabinet czynny codziennie od 14.00. Rejestracja telefoniczna: 784 820 130. Przypadki pilne: 508 177 970.

Magdalena Kuchno-Jop specjalista chorób oczu. Konsultacje, wady wzroku, komputerowe badanie wzroku, dobór soczewek, pomiar ciśnienia gałki ocznej, leczenie zaćmy, OCT, medycyna pracy. Przyjmuje: Centrum Medyczne „INTER-MED”, Olkusz, al. 1000-lecia 16. Rejestracja telefoniczna: 32 479 10 00. ŚRODA 15:00 - 17:00.

OPTYKA

„VIS-OPTICA” - SALON OPTYCZNY. Oferujemy okulary korekcyjne i przeciwsłoneczne, soczewki kontaktowe i akcesoria, badanie okulistyczne, tomografia oka - OCT. Olkusz, al. 1000-lecia 20, tel. 882 525 833. Poniedziałek, czwartek, piątek, 9.00 - 17.00, wtorek 10.00 - 18.00, środa 10:00 - 16:00, sobota 10.00 - 13.00.

Zakład Optyczny Anna Biały ul. Bylicy 1, Olkusz. Badanie wzroku, refundacja NFZ. Okulary korekcyjne, okulary przeciwsłoneczne. Poniedziałek - piątek 9.00 - 16.00. Telefon: 887 246 341

PEDIATRA

Grażyna Żak-Pietras lek. med. pediatra specjalista medycyny rodzinnej. Rejestracja telefoniczna: 698 941 921

Małgorzata Bargiel-Padło, specjalista chorób dzieci. Pediatryczne wizyty domowe, Olkusz, ul. Żuradzka 27. Tel. 602 224 220, 32 643 08 89.

Stanisław Pająk dr n. med. specjalista chorób dzieci, neonatolog. Diagnostyka i leczenie dzieci i noworodków, badania USG: głowy, jamy brzusznej, stawów biodrowych. Olkusz, al. 1000-lecia 20 (budynek Vis-Optica). Rejestracja telefoniczna: 502 233 855.

Tomasz Rzemieniuk, dr n. med., specjalista chorób dzieci. Olkusz, ul. Nowowiejska 63. Przyjęcia w gabinecie oraz wizyty domowe. USG, EKG, HOLTER. Rejestracja tel: 602 776 052. Ośrodek Specjalistycznych Usług Medycznych Subsilva facebook.com/lekarzolkusz. pl

PODOLOG

ABC stóp, podolog Agnieszka Pałová zaprasza na specjalistyczne zabiegi stóp. Olkusz, ul. Sławkowska 5, tel. 698 919 343. Facebook: gabinet zdrowych stóp.

Gabinet Podologiczny Zdrowe Stopy mgr Paulina Węglarz. Usługi kosmetyczne i lecznicze dla Twoich stóp. Olkusz, ul. Lipowa 5. Rejestracja tel: 517 952 536. www.podologolkusz.pl

PSYCHIATRIA/PSYCHOTERAPIA

Agata Majda, psycholog, terapia eegbiofeedback, terapia krótkoterminowa, badania psychologiczne do orzecznictwa. Telefon: 512 331 430. www.pracowniaterapeutyczna.eu

Aleksandra Krysztofska - psycholog dziecięcy. Diagnostyka i terapia psychologiczna dzieci i młodzieży, konsultacje. Tel.668 123 956.

Anna Rogal-Paciej, lekarz psychiatra. Leczenie zaburzeń depresyjnych, nerwowych, lękowych, snu i innych. Olkusz ul. Jana Kantego 28 (Pro Familia), telefon: 32 754 35 22. Poniedziałki: 15:00-19:00.

Centrum Psychoterapii Mental Balance - Psychiatra dziecięcy, psychoterapia indywidualna i grupowa dorosłych oraz dzieci i młodzieży, terapia rodzin i par. Treningi TUS. Badanie psychologiczne i diagnoza psychologiczna dorosłych. Diagnostyka psychologiczna oceniająca poziom rozwoju poznawczego i społecznego – emocjonalnego dziecka oraz rozszerzenie diagnozy w kierunku zaburzeń ze spektrum autyzmu, ADHD, zaburzeń zachowania, zaburzeń nastroju, zaburzeń lękowych, zaburzeń odżywiania, zaburzeń psychotycznych, samouszkodzeń. Konsultacje seksuologiczne dzieci i młodzieży. Terapia uzależnień, osób współuzależnionych oraz DDA. Grupy wsparcia/psychoedukacyjne dla dorosłych oraz młodzieży. Konsultacje z psychodietetykiem – dietetykiem klinicznym. Rejestracja telefoniczna: 882-718-372 Email: mentalbalance.cp@gmail.com www.cpmentalbalance.pl; Bukowno, ul. Kolejowa 28 (budynek CM Skafka)

Gabinet Psychologiczny Katarzyna Kaska-Biś. Wczesna interwencja psychologiczna. Diagnostyka i terapia dzieci, młodzieży, dorosłych. Olkusz, ul. Gęsia 2, tel. 608 462 479.

Gabinet Psychoterapii Uzależnień mgr Ewa Janiszewska, Certyfikowany Sp. Psychoterapii Uzależnień. Przyjmuje: Olkusz, ul. kr. K. Wielkiego 28. Rejestracja telefoniczna: 694 839 534.

Lidia Nałaskowska - psychoterapia, psychoanaliza, terapia rodzinna, terapia uzależnień. Przyjmuje: Centrum Medyczne „INTER-MED”, Olkusz, al. 1000-lecia 16. Rejestracja telefoniczna: 32 479 10 00. Poniedziałek: 13:00 - 20:00

REHABILITACJA

Dominika Latos, mgr fizjoterapii dziecięcy, specjalista fizjoterapii. Terapeuta NDT-BABATH dla dzieci. Telefon: 604 113 308. Olkusz, ul. K. K. Wielkiego 63, piętro -1 (Medesto).

Gabinet Fizjoterapii Balans Beata Chmielewska Fizjoterapia ortopedyczna, masaż, terapia manualna. Fała uderzeniowa – ostroga piętowa, łokieć golfisty/tenisisty, cięśń nadgarstkowa, zwapnienia ścięgna. Drenaż limfatyczny. Gorset trakcyjny – leczenie kręgosłupa lędźwiowego, rwa kulszowa. Olkusz, ul. Bóznicza 5 Telefon 666 968 729.

Izabela Kiełtyka, mgr fizjoterapii. „FIZJO-MED” masaż, ćwiczenia, zabiegi fizykalne. Olkusz, ul. kr. K. Wielkiego 28 (I piętro obok Skarbka) Telefon: 600 585 055. www.fizjomed-olkusz.pl

Katarzyna Łuszczek, rehabilitantka. Przyjmuje we wtorki godz. 10:00 - 14:00. www.inter-med.pl, Rejestracja telefoniczna: (32) 479 10 00.

Witold Pawełczyk, dr fizjoterapeuta. Rehabilitacja ruchowa, neurologiczna osób starszych. Wizyty domowe. Telefon: 508 451 924.

Wiktoria Radwańska, mgr fizjoterapii. Rehabilitacja, terapia manualna, masaż leczniczy. Leczenie dolegliwości bólowych kręgosłupa, mięśni, stawów. Olkusz ul. Polna 3. Telefon: 452 580 591

STOMATOLOGIA

Agnieszka Barrera Ramos lek. dentysta. Olkusz, kr. K. Wielkiego 54A. Pon, śr, czw 9.30 - 19.00. Telefon: 660 725 411

Agnieszka Janikowska lek. dent. Olkusz, ul. Kościuszki 30. Poniedziałek 14 – 19, środa 8.30 – 13.30, czwartek 14 – 20. Rejestracja telefoniczna: 32 726 28 87, 668 525 532.

CenterDent Gabinet Stomatologiczny, dr n. med. lek. stom. Dorota Supernak-Bobko, lek. stom. Paulina Kłapcińska, lek. dent. Anna Rudzińska. Olkusz, ul. kr. K. Wielkiego 14, telefon: 32 643 25 30.

Krzysztof Jasiński lek. stomatolog, specjalistyczna praktyka lekarsko-dentystyczna. Olkusz, ul. Bylicy 1, pok. 306, poniedziałek - czwartek 10.00 - 15.00. Rejestracja w godzinach pracy gabinetu lub telefonicznie: 694 547 959.



Maria Buczynowska-Serafin, lek. stomatolog. Rentgen stomatologiczny Olkusz, ul. Świętokrzyska 2. Tel. 32 643 32 12, 606 327 510. Poniedziałek i czwartek od 14.00, wtorek i piątek od 10.00.

Maria Trzcionkowska, lek. dentysta. Specjalistyczna praktyka lekarska. Olkusz, ul. Górnicza 1. Poniedziałek, środa, piątek 9 - 20. Telefon: 606 305 405.

Prywatny gabinet dentystyczny, lek. dent. Krzysztof Kluczewski, Olkusz ul. Na Skarpie 14 (vis a vis kładki nad torami). Godziny przyjęć: poniedziałek, środa od 14.00; wtorek, czwartek od 16.30; sobota od 8.00 do 11.00 Tel: 32 645 21 08.

Renata Szpringer, lekarz stomatolog. Olkusz, ul. Broniewskiego 8A. Rejestracja telefoniczna: 602 276 667.

Tomasz Curyło lek. dent. Spec. stom. zachowawczej z endodoncją. Olkusz, ul. Kościuszki 30. Poniedziałek: 9 - 14, środa: 10 - 18, czwartek: 8 - 11, piątek: 10 - 18. Tel. 32 726 28 87, 668 525 532.

ZIMOWSCY STOMATOLOGIA Olkusz, ul. F. Nullo 35b. Pon, środa, piątek 9 - 14, wtorek, czwartek 9 - 19. Tel: 32 754 25 18.

CHIRURGIA STOMATOLOGICZNA

Specjalistyczny Gabinet Chirurgii Stomatologicznej Barbara Kucharzewska - Malik, specjalista chirurgii stomatologicznej. Olkusz, ul. kr. K. Wielkiego 28, I p. Pon i wt 8 - 14, śr i pt 12 - 18, czw 8 - 14. Rejestracja pacjentów w gabinecie. Telefon: 601 805 027. Umowa z NFZ.

TECHNIKA DENTYSTYCZNA

Laboratorium protetyczne Vinsdent Paulina Siola. Wykonywanie i naprawa protez dentystycznych, szyn zgryzowych, koron i mostów. Implantoprotetyka. Olkusz, ul. Nowa 13 Tel. 537 447 632.

„Somadent”, ekspresowe wykonywanie protez, sklejenia, dostawienia zębów, klamer na poczekaniu. Olkusz, ul. Mickiewicza 12 (dawniej Szpitalna 5). Tel. 32 754 41 23, poniedziałek - piątek 9.00 - 17.00, sobota 9.00-10.00.

URODA

Gabinet kosmetyczny „URODA” Endermologie - zbiegi modelujące, antycellulitowe, ujędrniające twarz i ciało, złuszczenie ziołowe, kwasowe, makijaż leczniczy Jane Iredale, kosmetyka pielęgnacyjna i lecznicza. Olkusz, ul. Kr. Kazimierza Wielkiego 10/4 I piętro. Tel: 663 166 872 www.gabinet-uroda.pl

Lek. med. Anna Dudek, specjalista dermatolog, tricholog, lekarz medycyny estetycznej. Peelingi (kwasy), botox, kwas hialuronowy, kolagen, polinukleotydy, mezoterapia, laser odmładzanie i zabiegi, włosy-zabiegi i indywidualne leki robione, osocze PRP/fibryna iPRF Olkusz ul. kr. K. Wielkiego 64; tel. 32 645 44 70, 604 197 937

UROLOG

Ewa Czapkowicz specjalista urolog. Konsultacje, USG dróg moczowych, leczenie infekcji i nietrzymania moczu. Przyjmuje: Centrum Medyczne „INTER-MED”, Olkusz, al. 1000-lecia 16. Rejestracja telefoniczna: 32 479 10 00. Środa 08:40 - 14:00.

Ryszard Satalecki - specjalista urolog. Przyjmuje w pon 12.30 - 14.00, ul. Jana Pawła II 30, Olkusz. Choroby nerek, prostaty, kamica moczowa, diagnostyka USG i leczenia. Rejestracja 9.00 - 15.00. Telefon: 32 643 30 19.

USG

Bożena Szpringer, lek. med., radiolog. Wtorek, czwartek - Przychodnia „Esculap”, Olkusz, ul. kr. K. Wielkiego 28 (obok „Skarbka”). Godziny przyjęć: 15.30 - 18:00, telefon: 32 643 38 46, 600 249 359.

Leszek Albinia lek. spec. chorób wewnętrznych - Indywidualna Praktyka Lekarska, Doppler, USG: piersi, staw biodrowy niemowląt, jamy brzusznej, tarczycy, przepływy nóg, szyja, staw kolanowy. Rejestracja pon - sobota 8.00 - 20.00. Telefon: 600 686 603, www.usgolkusz.pl

Natasza Idzikowska Centrum Medycznym INTER-MED Olkusz wykonuje badania: USG piersi, USG jamy brzusznej, USG układu moczowego, USG szyi,

USG tarczycy, USG ślinianek, USG węzłów chłonnych (w tym USG szyi, USG dołów pachowych), USG jąder, USG tkanek miękkich, USG blizny.

Panek Grzegorz - Centrum Medycznym INTER-MED Olkusz wykonuje badania: USG piersi, USG jamy brzusznej, USG układu moczowego, USG szyi, USG tarczycy, USG ślinianek, USG węzłów chłonnych (w tym USG szyi, USG dołów pachowych), USG pachwin, USG jąder, USG tkanek miękkich, USG blizny. Przyjmuje w 1 środę w miesiącu 16:00 - 20:00

Sławomir Kaźmierczuk specjalista chirurg ogólny, proktolog. Konsultacje, biopsje, USG jamy brzusznej, USG piersi, USG tarczycy, USG węzłów chłonnych, leczenie ran, zabiegi chirurgiczne, kwalifikacje do zabiegów. Przyjmuje: Centrum Medyczne „INTER-MED”, Olkusz, al. 1000-lecia 16. Rejestracja telefoniczna: 32 479 10 00. PIĄTEK 16:00 - 19:30.

OGŁOSZENIA PŁATNE

vis-optica
SALON OPTYCZNY
GABINET OKULISTYCZNY

Olkusz, al. 1000-lecia 20, tel. 882 525 833

Rabat 40 zł na okulary powyżej 189 zł dla dorosłych przy realizacji recepty okularowej z gabinetu okulistycznego VIS-OPTICA

Gabinet Lekarski - lekarz Witold Serafin
specjalista ortopeda i traumatolog

- leczenie schorzeń i urazów narządu ruchu, poradnia leczenia bólu układu mięśniowo-szkieletowego
- leczenie zachowawcze (blokady, osocze PRP)
- zabiegi operacyjne Szpital Rydygiera w Krakowie
- USG stawów

Olkusz Krakowskie Przedmieście 11/18
przyjmuje poniedziałek, piątek, środa (lub czwartek)
Po wcześniejszej rejestracji
tel. 32 643 32 12, 606 327 510

KOBIDO UP tel. 607 071 863
JAPŃSKI MASAŻ TWARZY
FACETAPING, MASAŻ TRANSBUKALNY

poprawa konturu twarzy, podniesienie policzków, spłycenie zmarszczek, ujędrnienie skóry, zmniejszenie opuchlizny, redukcja stresu, złagodzenie bruxizmu*, rozluźnienie napięcia mięśni twarzy, usprawnienie działania układu limfatycznego, poprawa krążenia i odżywienie tkanek.

* bruxizm - nawykowe, nieświadome zaciskanie zębów i zgrzytanie zębami

Miesięczne ogłoszenie na stronach Zdrowia i Urody

Proponujemy:

- Reklamę modułową
- Wpis w rubryce Zdrowie i Uroda w odpowiedniej dla Państwa kategorii
- Artykuł sponsorowany

Rabaty z tytułu powtarzalności
Dogodne formy płatności

Zapraszamy do kontaktu - tel. 515 266 722

już od 120,00 zł*

*cena netto dotyczy wpisu w Pomocniku Pacjenta

BADANIE WZROKU
Realizacja recept NFZ

- bezpłatne badanie wzroku *
- okulary korekcyjne
- soczewki do hamowania progresji krótkowzroczności u dzieci
- okulary przeciwsłoneczne

* szczegóły w salonie

Zakład Optyczny Anna Biały ul. Bylicy 1 Olkusz
Tel. 887 246 341 pon. - pt. 9.00 - 16.00

Nocna i świąteczna opieka zdrowotna

na terenie powiatu olkuskiego w Nowym Szpitalu w Olkusz

OLKUSZ, ul. 1000-lecia 13, **WOLBROM, ul. Skalska 22**
nowy budynek (Miejsko-Gminne Centrum Medyczne WOL-MED)
z bud. administracji, telefon: 41 240 13 45. telefon: 32 644 10 29, 32 644 12 74.

Świadczona w zakresie POZ
od pon. do pt. od 18.00 do 8.00 dnia następnego
oraz całonocowo w dni ustawowo wolne od pracy.

Centrum Medyczne S5
TWOJA PORADNIA SPECJALISTYCZNA

ul. Kazimierza Wielkiego 63, 32-300 Olkusz
Tel.: +48 668 127 238
Tel.: +48 32 754 62 22
rejestracja@cms5.pl | www.cms5.pl

Pon-Pt 10:00 - 21:00
Sobota wg harmonogramu
Niedziela nieczynne

ALERGOLOG
Lek. Monika Godulska
Lek. Agata Pięga - Stępniewska

CHIRURG / CHIRURG ONKOLOG
Lek. Sebastian Mosiej

CHIRURG NACZYNIOWY
Lek. Łukasz Szkółka
Lek. Aleksander Czajka

DERMATOLOG
Lek. Beata Gimlewicz-Pięta

DIETETYK
Mgr inż. Sonia Zastawnik

NEUROCHIRURG
Lek. Wojciech Kukier

EMG
Lek. Małgorzata Cisowska-Babraj

ENDOKRYNOLOG/ DIABETOLOG
Dr n. med. Agnieszka Żak-Gotąb

KARDIOLOG
Dr n. med. Agnieszka Sikora-Puz

Dr n. med. Katarzyna Bańska Kisiel

Dr n. med. Andrzej Kutach

Dr n. med. Michał Majewski

LARYNGOLOG
Lek. Zyta Szkulik-Bugaj

NEUROLOG
Dr hab. n. med. Przemysław Puz

OKULISTA
Dr n. med. Anna Orlicka-Mosiej

ORTOPEDA
Lek. Wojciech Gotąb

PSYCHOLOG
Mgr Justyna Jochymek

REUMATOLOG
Dr n. med. Elżbieta Semik-Grabarczyk

UROLOG
Lek. Marek Pogodziński

KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE
A. M. Kostulski Olkusz, ul. Szpitalna 22
32 643 01 59 | 32 643 17 65
604 249 478 | 608 559 224

OFERTA SPECJALNA:
bezpośrednia transmisja internetowa z ceremonii pogrzebowych, za zgodą rodziny - gratis!

Wypłacamy zasiłek pogrzebowy przed pogrzebem. Chłódna gratis.

KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE
mgr Zbigniew Kwinta
Olkusz, ul. Szpitalna 14
32 643 06 07, 32 643 48 33,
502 35 43 32

Wypłacamy zasiłek pogrzebowy przed pogrzebem
WŁASNA CHŁODNIA

Naprawa komputerów PC i laptopów
601 623 740

Dojazd do klienta

SKUP I SPRZEDAŻ ZŁOTA
atrakcyjne ceny, super warunki.

> KOMIS <

Tomasz Kiełtyka
Olkusz, Kasztanowa 4,
czynne: pon.-sob. 8.00-20.00
Tel. 512 777 884

TYGODNIK REGIONALNY „PRZEGLĄD OLKUSKI”
Adres redakcji: 32-300 Olkusz, ul. Bylicy 1, pok. 301
tel. 504 178 786
Internet: www.przeglad.olkuski.pl
e-mail: redakcja@przeglad.olkuski.pl
Przyjmowanie ogłoszeń: Olkusz, ul. Bylicy 1, pok. 301

Redaktor naczelny: Mateusz Pabian
Redaktor: Wiola Woźniczko
wioła.wozniczko@przeglad.olkuski.pl

Wydawca: Wydawnictwo NEON sp. z o.o. z siedzibą w Olkusz, ul. Żuradzka 15.
Skład: Karolina Bartosik Druk: Polska Press Sp. z o.o.

W przypadku publikacji materiałów niezamówionych oraz listów do redakcji zastrzega się prawo do adiacji i opatrzenia nadesłanych materiałów tytułem. Nie publikujemy listów nieopisanych nazwiskiem i adresem - można zastrzec nazwisko i adres do wiadomości redakcji. Materiałów niezamówionych redakcja nie zwraca. Poglądy redakcji wyrażają jedynie teksty podpisane „Redakcja”. REDAKCJA NIE ODPOWIADA ZA TREŚĆ ZAMIESZCZANYCH OGŁOSZEŃ.

Kolportaż: Przegląd Olkuski kolportowany jest do wszystkich mieszkań i firm w Olkusz (także na Pomorzanie) oraz do: Klucz, Bogucina Dużego, Bogucina Małego, Bolesławia, Braciejówki, Bukowna, Bydlina, Chęta, Chęta, Ciesłina, Czubrowic, Golcowa, Gołaczew, Nadmłynia, Gorenica, Nutek, Gór Bydlińskich, Jangrota, Jarosławca, Klucz, Klucz Osady, Kolbarku, Kosmolowa, Krążka, Krza, Krzykawy, Krzykawki, Krzywopół, Kwasniowa, Lasek, Osieka, Michałówki, Pazurka, Podlipia, Przejgini, Rabsztyna, Rada 1c, Rodak, Ryczówa, Steniczna, Starego Bukowna, Sułozowej, Troksa, Trzyciąża, Ujkowa Nowego, Witeradowa, Wodącej, Wolbroja, Zarzeczka, Zawady, Zimnodolu, Zedermana, Żurady.



Zakład Gospodarki
Komunalnej „Bolesław”
sp. z o.o. w Bolesławiu

poszukuje do pracy pracowników w charakterze:

- KIEROWCA KAT. C

- ROBOTNIK GOSPODARCZY (ładowacz odpadów)

Proponujemy stałe i stabilne zatrudnienie w oparciu o umowę o pracę. Jednocześnie gwarantujemy możliwość rozwoju dla młodych, ambitnych ludzi poprzez dofinansowanie kursów prawa jazdy kat. C oraz kursów specjalistycznych. Nasi pracownicy otrzymują również bonusy w postaci:

- premii kwartalnych,
- trzynastej pensji tzw. „komunalnika”,
- bonów na święta,
- paczek dla dzieci,
- wyposażenia w odzież oraz obuwie ochronne,
- biletów na basen itp.

Spółka dysponuje pełnym zapleczem socjalnym.

CV oraz inne dokumenty prosimy
o dostarczenie do siedziby Spółki

Kontakt telefoniczny:

32 646 11 48 wew. 26 dział kadr.

Promocja firmy na łamach
„Przeglądu Olkuskiego”

reklama,
artykuły sponsorowane,
kolportaż ulotek

Telefon: 515 266 722



ESCAPE TRUCK W Srebrnym Mieście. Policyjny projekt edukacyjny związany z handlem ludźmi

OLKUSZ

KPP w Olkuszu

22 maja br., na Rynku w Olkuszu będą miały miejsce działania edukacyjno-informacyjne uświadamiające mieszkańców o zagrożeniach związanych z handlem ludźmi. W projekcie ESCAPE TRUCK zaangażowana jest Ambasada Królestwa Niderlandów Fundacja Reshape, we współpracy z Uniwersytetem Wrocławskim i Policją Królestwa Niderlandów oraz polską Policją i Strażą Graniczną. Olkusz znalazł się na liście 11 miast, które wezmą udział w projekcie. Patronat nad tym wyjątkowym wydarzeniem objął Burmistrz Miasta i Gminy w Olkuszu pan Roman Piaśnik.

Po raz drugi w Polsce w 11 miastach (Wrocław, Opole, Lubliniec, Katowice, Rzeszów, Stalowa Wola, Lublin, Chełm, Świdnik, Biała Podlaska oraz Olkusz) w dniach 17-29 maja 2024 roku zaplanowano organizację wydarzeń w zakresie przeciwdziałania handlowi ludźmi z wykorzystaniem pojazdu ewakuacyjnego „ESCAPETRUCK”. Inicjatywa ruszyła w minionym roku jako projekt holenderskiej policji wspólnie z Ambasadą Królestwa Niderlandów w Polsce i Uniwersytetem Wrocławskim, a także polską Policją i Strażą Graniczną w trzech miastach w Warszawie, Wrocławiu i Krakowie.

W Olkuszu to wydarzenie rozpocznie się na olkuskim Rynku w godzinach rannych 22 maja 2024 roku. Do projektu zaangażowano grupy uczniów szkół ponadpodstawowych, którzy ukończyli 16 lat. Uczestników czeka skłaniające do refleksji doświadczenie. Poznają oni prawdziwe historie ofiar handlu ludźmi w Polsce, którym udało się wydostać z rąk oprawców dzięki skoordynowanej pracy i pomocy służb. Uczniowie do gry przystąpią zgodnie z wyznaczonym harmonogramem. Na naczepie pojazdu ciężarowego „ESCAPETRUCK” zostały stworzone pomieszczenia imitujące warunki życia osób, które padły ofiarą handlu ludźmi. Można spodziewać się tam nieprzyjemnych dźwięków oraz zapachów i poczuć się jak w potrzasku. Zadaniem młodzieży będzie rozwiązywanie zagadek interaktywnych, które umożliwiają wydostanie się z pomieszczeń. Działania wymagają współpracy w grupie i logicznego myślenia. Dzięki uczestnictwu w grze stylizowanej na escape room młodzież pozna możliwe zagrożenia związane z handlem ludźmi i dowie się jak zachować czujność, aby nie stać się ofiarą tego procederu. Wyzwanie pomoże również zrozumieć, z jakim dramatem mierzą się osoby, które padły ofiarą handlu ludźmi.



W tym wyjątkowym wydarzeniu udział weźmie Urząd Miasta i Gminy w Olkuszu, Komenda Wojewódzka Policji w Krakowie, Komenda Powiatowa Policji w Olkuszu oraz przedstawiciele wybranych Komend Powiatowych Policji z terenu województwa małopolskiego, a także Powiatowy Urząd Pracy w Olkuszu oraz Podkarpacki Oddział Straży Granicznej w Nowym Sączu. Przedstawiciele służb i instytucji zaangażowanych w projekt edukacyjny będą prowadzić przy swoich stanowiskach promocyjne działania profilaktyczne. Młodzież, mieszkańcy i zainteresowani usłyszą tam wiele cennych uwag i wskazówek na temat tego zagrożenia. Serdecznie zapraszamy do udziału w tym przedsięwzięciu.

Warto przypomnieć, że Polska jest obecnie nie tylko krajem pochodzenia dla ofiar handlu ludźmi, ale przebiega przez nią szlak transzowy wykorzystywany przez przestępców. Nasz kraj stał się, niestety, także

miejszem docelowym, do którego są przetrucane ofiary. Według oficjalnego rządowego raportu opublikowanego na stronie Ministerstwa Spraw Zagranicznych najczęstszymi formami wykorzystywania ofiar handlu ludźmi na terenie Polski są przede wszystkim prace przymusowa lub usługi o charakterze przymusowym, a na drugim miejscu wykorzystanie seksualne.

Handel ludźmi jest procederem przestępczym niemal w całości zdominowanym przez zorganizowane grupy przestępcze, w dużej mierze o charakterze międzynarodowym. Skuteczność walki z tym zjawiskiem zależy zatem od ścisłej współpracy odpowiednich służb wielu krajów. Nie można jednak nie zauważyć, jak istotna jest świadomość społeczna dotycząca handlu ludźmi. Dane ONZ obrazują również, że to trzecia sfera wśród najbardziej dochodowych źródeł wśród grup przestępczych, po handlu bronią i po narkotykach.

Energia wiosny i ważne przesłanie od kobiet dla kobiet

Mydlarnia u Franciszka przedstawia nową serię pielęgnacyjną do ciała – idealna na prezent!

GAIA - Kobiety kobietom

Seria pielęgnacyjna GAIA jest stworzona przez kobiety wyłącznie dla kobiet. Ma słodki, winogronowy zapach, subtelne różowe opakowanie i ważne przesłanie dla każdej z nas: „Zobacz! Stoję tu w łazience i ci o czymś przypominam!”. O czym? Czytaj dalej...

Seria GAIA to olejek do masażu i pielęgnacji, balsam shea, nawilżające mydło z gliceryną roślinną, lekki mus do mycia oraz cukrowy peeling do ciała. Chcesz dowiedzieć się więcej?



Eliksir młodości nie istnieje...

GAIA ma prosty (naturalny, przejrzysty), ale bogaty skład. Zawiera prawdziwy eliksir młodości! Bestsellerowy olej z opuncji figowej, olej arganowy sprawiają, że idealnie nadaje się do pielęgnacji skóry w każdym wieku. GAIA celebrytuje i wzmacnia Twoją Kobiecą Moc, naturalnie!

Olśniewaj magicznym księżycowym blaskiem!

GAIA zawiera srebrny pyłek, który tworzy na skórze subtelny efekt tafl! Nadaje perłową poświatę i optycznie wygładza skórę, intrygująco podkreślając jej fakturę. Pasuje do każdej karnacji.

Twój ulubiony zapach!

GAIA pachnie Waszym ulubionym zapachem – od lat w rankingach popularności nie ma sobie równych, poprawia nastrój, podnosi na duchu i pasuje w absolutnie każdej porze roku, każdym wieku i w każdej sytuacji - zapach GRECKI, czyli nuta chrupiących białych winogron. Czy może poziomki? Spór trwa.

Zadbaj o swoje zdrowie i zdrowie bliskich Ci kobiet – zostań ambasadorką #misjagaia!

GAIA to nie tylko wspaniała seria kosmetyków do pielęgnacji – to także odpowiedzialność społeczna. O czym przypomina?



Wraz z ginekolożką Pauliną Pająk i fundacją OnkoCafe GAIA przypomina o samobadaniu piersi. Można je wykonać pod prysznicem lub w trakcie nakładania olejku albo poprosić o to partnera. To niebolesne, szybkie badanie, które WARTO wykonywać w domu, przy okazji kąpieli czy pielęgnacji. Taka profilaktyka ratuje życie!

Zobacz jak! Na opakowaniach GAI znajduje się kod QR przekierowujący do instrukcji samobadania piersi.

Wybierz GAIĘ na prezent!

Czy Twoja Mama, Babcia, Siostra, Przyjaciółka regularnie się bada? GAIA to pachnący prezent i wspaniały pretekst do ważnej rozmowy.

Sera GAIA dostępna jest w Mydlarni u Franciszka w Olkuszu, ul. Krakowska 10

W dniach 23-26 maja zapraszamy na rabatowe zakupy – do 20% na wszystko.

Dla Czytelników Przeglądu Olkuskiego, na HASŁO: WIOSNA dodatkowe 5%.

Francis®
KOSMETYKI NATURALNE



Świadomość inwestycyjna mocno wzrosła w ciągu kilku ostatnich lat.

Kobiety są nieco ostrożniejszymi inwestorkami niż mężczyźni



Pandemia, wojna, inflacja, czyli gwałtowne wydarzenia z ostatnich kilku lat, spowodowały, że Polacy zaczęli mocniej się interesować zachowaniem wartości swoich pieniędzy. Dzięki temu bardziej aktywnie oszczędzają i inwestują, korzystając z lokat, aktywnych i pasywnych funduszy inwestycyjnych, inwestując w akcje, obligacje czy złoto. Jak mówi Dorota Sierakowska, finansistka, inwestorka i założycielka Girls Money Club, kobiety inwestują mniej ryzykownie niż panowie, dzięki czemu ponoszą mniej strat, choć zmniejszają w ten sposób szanse na imponujące zyski.

cd. na str. 3

W numerze ponadto:

- **Chcesz mieć swoją działalność w Olkuszu lub okolicy? Poprowadź sklep Żabka! - str. 3**
- **Żeby nie bolała psychika... - str. 5**
- **Pracodawcy nie chcą już zatrudniać zdalnie? Statystyka rynku pracy - str. 6**

REKLAMA

Jedynie w Olkuszu Przedszkole

PRZEDSZKOLE TERAPEUTYCZNE



Kontakt w sprawie rezerwacji miejsca:

690 484 104

ul. J. Kantego 7
32-300 Olkusz

PROMOCJA

Czesne w przedszkolu 1 zł

Oferta ograniczona czasowo

**Przedszkole Terapeutyczne
zaprasza dzieci z orzeczeniem
o potrzebie kształcenia specjalnego**

**Oferujemy intensywne oddziaływania
terapeutyczne dla dzieci z:**

autyzmem, afazją, z niepełnosprawnościami sprzężonymi i inne.

Co nas wyróżnia ?

Mała liczebność dzieci w grupach (4-5 osób) - umożliwia indywidualizację procesu terapeutycznego oraz osiągnięcie sukcesu znacznie szybciej niż w placówkach integracyjnych czy ogólnodostępnych.

Intensywna terapię logopedyczną, psychologiczną, Integracji Sensoryczną, fizjoterapię stałą obecność pedagogów specjalnych, specjalisty ds autyzmu.

Wykwalifikowana, sprawdzona i serdeczna kadra nastawiona na dobro dziecka .

Stałe monitorowanie postępów dziecka. Możliwość bezstresowego przeniesienia do większej grupy w przypadku sukcesów terapeutycznych.

Bazę dydaktyczną przygotowaną specjalnie dla dzieci ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi.

Wsparcie Rodziców, Rodziny dziecka.

Żeby nie bolała psychika...

Każdy z własnego doświadczenia wie, czym jest ból psychiczny; pojawia się, gdy czujemy się zagubieni, tracimy ważnych dla nas ludzi lub coś, na czym bardzo nam zależy. W procesie „dochodzenia do siebie” potrzebujemy wsparcia specjalisty, który nie koniecznie będzie faszerował nas medykamentami, ale będzie towarzyszył w podejmowaniu zmian i odkrywaniu rozwiązań, które są w nas samych, niejako naprowadzając na właściwą ścieżkę. Warto także profilaktycznie zastanowić się nad sposobem, niejako „hartowania” psychiki, by czuć się dobrze, radośnie żyć i mieć jakiś zapas mocy na wypadek nieprzewidzianych okoliczności.

Jednym z narzędzi leczenia ludzkiej psychiki jest psychoterapia wykorzystująca partnerską rozmowę pomiędzy osobą będącą w terapii, a terapeutą; to relacja dialogu i otwartości. Ma na celu przyniesienie ulgi w psychicznym a nierzadko i fizycznym cierpieniu, jest ona dłuższym procesem, w którym sięga się do kolejnych problemów starając się stopniowo je rozwiązywać. Psychoterapia jest czymś wyraźnie różniącym się od farmakoterapii (leczenia lekami) i od innych tzw. biologicznych metod leczenia. Ma być ona drogą zmiany świadomych i nieświadomych sposobów postrzegania siebie, świata i innych ludzi. Każdy z nas przeżywa okresy trudne lub znajduje się w sytuacjach, w których nie łatwo znaleźć rozwiązanie. Psychoterapia jest przeznaczona głównie dla osób cierpiących na różnego rodzaju zaburzenia psychiczne, ale również dla osób znajdujących się w sytuacji kryzysów życiowych, niepotrafiących sobie poradzić w relacjach z ludźmi; czy wreszcie dla osób, które szukają wiedzy na temat swojego postępowania tak, aby było ono bardziej świadome. Jej celem jest zmiana osoby, która w niej uczestniczy.

Wpływ na naszą równowagę psychofizyczną ma wszechobecny w dzisiejszym świecie stres i to jak sobie radzimy z jego negatywnymi skutkami. W małej bowiem dawce jest niegroźny, nawet motywuje do działania. Bywa jednak tak, że przestaje przynosić korzyści i zaczyna szkodzić. Jego nadmiar wpływa na nasze samopoczucie, na nasze ciało. Dzieje się tak, gdy po pierwsze trwa zbyt długo, po drugie gdy jest zbyt silny. Różne negatywne emocje gromadzą się wtedy w ciele nie mając ujścia. Ciało się usztywnia. Brak możliwości poradzenia sobie ze zbyt długotrwałymi i poważnymi trudnościami może mieć bardzo negatywny wpływ na zdrowie. Oprócz wiedzy jak sobie radzić ze stresem, co robić w sytuacjach stresowych i jak do nich nie dopuszczać, musimy znać także sposoby na „odreagowanie”. Bardzo pomocne są tutaj wszelkiego rodzaju warsztaty poruszające zagadnienia tj. radzenie sobie ze stresem, stawianie granic, naukę asertywności a także ćwiczenia np. tzw. kąpiel w dźwiękach gongów, która działa korzystnie na zdrowie, ma odmładzający wpływ na nasze komórki, ponieważ dźwięk wywołuje głębokie rozluźnienie, pobudza układ wewnętrzny-wydzielniczy; czy Jógę Kundalini, która nazwana jest nauką budzenia

świadomości. Integruje ciało, umysł i duszę. Ćwiczenia pomagają w oczyszczeniu organizmu z toksyn, stymulują i wzmacniają różne systemy np. nerwowy, hormonalny, uczy sztuki relaksu i samouzdrawienia, jest techniką dla każdego niezależnie od wieku czy sprawności fizycznej.

Wielu z nas na samo słowo „zmiana” reaguje panicznym strachem; co będzie dalej, czy utrzymam pracę, małżeństwo, dom? Emocje podsypane przez nasze otoczenie potęgują to uczucie. Życie w ciągłym stresie wprowadza nas w stan niepewności, zamykamy się w sobie, odtrącamy najbliższych, przyjaciół, znajomych, nasz świat zaczyna się kurczyć, aż w końcu dochodzimy do momentu, w którym wydaje się nam, że zostaliśmy „dociśnięci” do muru, bez oddechu, bez wyjścia. A co gdyby spróbować oswoić tę zmianę, poszperać we własnych zasobach, przywrócić się naszym wartościom, wejść w głąb samego siebie i odkryć coś co drzemie głęboko w nas samych?

Ale żeby zacząć cokolwiek zmieniać w sobie musimy chcieć tych zmian i zacząć nad nimi pracować. Same postanowienie, że coś zmienimy nie na wiele się zda, jeżeli tej pracy nie wykonamy należycie. Konieczne jest wsparcie, najlepiej najbliższych, bo to oni są z nami na co dzień i oni jako pierwsi będą ją dostrzegać.

Można także sięgnąć po profesjonalne wsparcie, wsparcie coacha, który nie tylko będzie Ci towarzyszył w drodze do celu, ale również udzieli odpowiedniej informacji zwrotnej byś samemu mógł stwierdzić, że te początkowe obawy zostały rozwiązane, a Ty sam jesteś w zupełnie innym punkcie swojego życia.

Jesteśmy istotami stworzonymi do życia w stadzie, odczuwającymi potrzebę miłości, bliskości, opieki, akceptacji, przynależności, oparcia, bezpieczeństwa. Grupa dostarcza nam emocjonalnego wsparcia, potrafi



przywrócić wiarę oraz zbudować poczucie wspólnoty. Spotkania w grupach pozwalają nam rozwijać samoświadomość, służą nawiązaniu kontaktów, uczą sztuki akceptacji innych poglądów oraz zrozumienia. Zwykle przyjmują one formę warsztatów, podczas których uczestnicy mają możliwość otwarcia się na nowe doświadczenia, odkrycia swej kreatywności, znalezienia sposobów na zmianę myślenia, wyjścia ze schematycznych zachowań. Może to być początek przemian, nauce się uwalniania psychicznego napięcia i otwarcia na nową jakość życia, poczucia przynależności do ciała, odnalezienia prawdy o sobie samym, połączenia się ponownie z życiem. Bardzo często warsztaty połączone są z tańcem, aktywnością ruchową, rękodziełem... Wszystko z czego uczestnik skorzysta podczas takich spotkań służy ubogaceniu jego wnętrza, poprawy stanu emocjonalnego, rozwoju świadomości.

Jeśli ktoś z Was czuje, że nadszedł moment w życiu, by poznać siebie i poprzez to odkryć nowych ludzi, porzucić stare schematy powinien poszukać w swoim mieście miejsca, które mu to umożliwi.

dzięki uprzejmości Centrum MOC, www.centrum-moc.pl, Olkusz, ul. Szpitalna 16

REKLAMA



Zapraszamy do MOC School of English

Rodzicu mamy dla Ciebie rozwiązanie:

- Twoje dziecko przygotuje się z nami do
- !!! EGZAMINU 8-KLASY z języka ANGIELSKIEGO,
- !!! MATURE ZDA Z NAMI CELUJĄCO,
- !!! A JEŚLI BĘDZIE CHCIAŁO STUDIOWAĆ ZA GRANICĄ przygotowujemy je do międzynarodowego egzaminu Cambridge English Qualifications - wszystko w jednej szkole z pasją i profesjonalnie!

Uczniom naszej szkoły zapewniamy:

- konwersacje z Native Speakerem w cenie kursu
- aplikacje i nowe technologie przydatne w nauce
- edukujemy z najlepszymi partnerami: PWN, British Council i Cambridge English Qualifications

Zapraszamy na lekcje pokazowe: 7 i 14 czerwca, 30 sierpnia, 6 września

Centrum MOC to nie tylko język angielski. To miejsce, w którym odbywają się eventy, szkolenia i warsztaty mające na celu rozwój i ciekawe wykorzystanie wolnego czasu. Proponujemy szkolenia biznesowe, warsztaty rozwojowe i zajęcia rękodzieła. Oferta dla dzieci i młodzieży obejmuje też wycieczki po Srebrnym Grodzie i okolicach. Organizujemy półkolonie i wakacyjny wypoczynek.

tel. 696 116 918 lub mail: sekretariat.moc@gmail.com
Olkusz, ul. Szpitalna 16



CENTRUM MIĘSNE

Anetka

NAJWIĘKSZY WYBÓR WĘDLIN I MIĘSA

Olkusz, kr. Kazimierza Wlk. 34
Klucze, Zawierciańska (pasaż)

WYŁĄCZNIE POLSCY PRODUCENCI
CODZIENNIE ŚWIEŻE DOSTAWY



WĘDLINY I MIĘSO NAJWYŻSZEJ JAKOŚCI OD REGIONALNYCH PRODUCENTÓW

przyjaźń na całe życie...



Zlewy emaliowane
śr. 48 cm

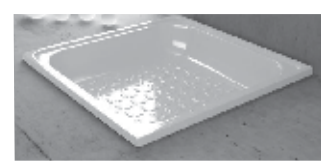
389 zł



Brodziki emaliowane

90x90x12 cm,
80x80x12 cm,
80x80x16 cm

od 420 zł



Wanny emaliowane

od 790 zł

(najniższa cena ostatnich 30 dni od 920 zł)

Wanny wolnostojące



Olkusz, al. Tysiąclecia 15D, Tel. 500 400 700 www.emalia.eu
(pod kominem na terenie Fabryki)

