

# informator

bezpłatny informator Zakładu Gospodarki Mieszkaniowej TBS w Częstochowie  
ukazuje się od 2015 roku

09/2024

www.zgm-tbs.czest.pl

INFORMACJE • KOMUNIKATY • WIADOMOŚCI



## Szanowni Państwo!

Seniorek i seniorów w Polsce przybywa – tak jak w całej Europie. Według wszelkich prognoz taka tendencja będzie się utrzymywać. Częstochowski samorząd od lat jest tego świadomy. I przekłada to na konkret. Wymagamy od wykonawców miejskich inwestycji przestrzegania standardów budowlanych przyjaznych dla osób z różnymi ograniczeniami i niepełnosprawnościami. Sprzyjamy napływowi kadry lekarsko-pielęgniarskiej i jej kształceniu – przyniesie to pełniejszy efekt w postaci lepszego dostępu do opieki medycznej za pewien czas, gdy osób starszych będzie więcej. Tworzymy i umacniamy dobre praktyki miasta przyjaznego seniorkom i seniorom. Częstochowa będzie je musiała kontynuować także w odleglejszym horyzoncie czasowym.

Mając na uwadze potrzeby dojrzałych częstochowianek i częstochowian żyjących tu i teraz zdobyliśmy łącznie 12,5 mln zł unijnego wsparcia na dwa duże przedsięwzięcia wla-

śnie dla nich – w sumie dla pół tysiąca osób. Społeczna integracja oraz troskliwa opieka – tak chyba najkrócej można określić istotę tych projektów. Bo niektórym ludziom nade wszystko trzeba wspólnego, ciekawego spędzania czasu, rozmowy, towarzysztwa. Innym – empatycznej uwagi, życzliwego wsparcia czy poczucia bezpieczeństwa.

Aktywizacji, budowaniu relacji, wspólnemu spędzaniu czasu będzie służył pierwszy z projektów – „Złoty wiek – piękny wiek”. Chodzi przecież o to, by człowiek wciąż sprawny, pogodny, ale już na emeryturze, mógł żyć jak najpełniej. Powstanie więc 5 nowych klubów seniora oferujących także zajęcia poza nimi – kulturalne i rozrywkowe. Dodatkowo będzie usługa typu „złota rączka”, czyli wyręczenie seniorek i seniorów w drobnych, domowych naprawach. Pionierem był tu ZGM TBS, który z taką usługą wyszedł jakiś czas temu do swoich starszych lokatorów i lokatorów.

Drugi projekt nazywa się „Skoncentrowani na seniorze”. Zapewni przede wszystkim usługi opiekuńcze. Opieka sąsiedzka będzie połączona z teleopieką oraz bardziej specjalistyczną opieką zdalną – możliwością konsultacji z ekspertami od zdrowia i potrzeb osób starszych. W Częstochowie teleopieka zapewniana przez Miasto nie jest nowością. Proponowaliśmy ją już w 2017 roku pierwszym 200 osobom, a trzy lata później – kolejnym 300 osobom po 65. roku życia, niemogącym

żyć w pełni samodzielnie. Teraz kontynuujemy to, co się sprawdziło i co warto robić dalej. Społeczności lokalne będą sięgać po teleopiekę z pewnością coraz częściej. Daje ona osobie starszej swobodę bycia u siebie, w swoim mieszkaniu czy domu, a zarazem zapewnia kontakt z opiekunem, który czuwa, uspokoi, doradzi, a jeśli trzeba - wezwie pomoc.

Będziemy jeszcze informować o tym, jak wziąć udział w obu projektach. Zależy nam, aby mogli z nich skorzystać wszyscy, których standard życia może się dzięki nim poprawić. Cieszy mnie, że fundusze, które pozyskujemy jako samorząd, mogą przełożyć się na lepszą jakość życia konkretnych osób – zwłaszcza z grupy senioralnej, której przecież tyle zawdzięczamy. Ta społeczność jest bardzo zróżnicowana, pod względem wieku i wynikających z niego kwestii, ale i pod względem sytuacji rodzinnej czy materialnej. Bierzymy te różnice pod uwagę, staramy się dostosować miejskie działania do osób o odmiennych potrzebach i możliwościach. Pamiętajmy też, że wiek kalendarzowy to nie wiek biologiczny i trzeba odłożyć na bok różne stereotypy związane ze starzeniem się. Wszyscy przechodzimy lub przejdziemy przez ten czas nieco inaczej. Oby tylko z otwartością, życzliwością, pogodą ducha – czego życzę i Państwu, i sobie!

Pozdrawiam serdecznie

*Krzysztof Motyjaszajk*

Prezydent Częstochowy

## Pogotowie na co dzień i w kryzysie



więcej na stronie 2

## Tego nie przechowujmy w piwnicy...



więcej na stronie 3

## Bezpieczeństwo pożarowe w Waszych domach



więcej na stronach 6 - 7

## Uczelnia prężnie się rozwija



więcej na stronie 8

## ZGM TBS informuje

# Pogotowie na co dzień i w kryzysie

ZGM TBS Sp. z o.o. w Częstochowie dba o bezpieczeństwo mieszkańców na co dzień, a w szczególności w trakcie trwania kryzysów pogodowych. W tym czasie sprawnie działa Pogotowie Awaryjne, które spółka utrzymuje dziś jako jedyny zarządca nieruchomości w Częstochowie. Dzięki temu mieszkanki i mieszkańcy mogli liczyć na szybką pomoc w czasie trwania ulewnych opadów deszczu i powodzi.

Pogotowie Awaryjne rocznie przyjmuje nawet ponad 3 tysiące zgłoszeń od mieszkanki i mieszkańców oraz podejmuje tyle samo interwencji. Działa codziennie, także w niedziele i święta, pod telefonem dyżurnym w godz. od 6 do 22. Współpracuje przy tym nie tylko z pracownikami spółki, ale przede wszystkim z firmami zewnętrznymi, np. wodno-kanalizacyjnymi czy instytucjami takimi jak Straż Pożarna, Pogotowie Ratunkowe, Pogotowie Gazowe, Fortum, Straż Miejska i Wydział Zarządzania Kryzysowego Urzędu Miasta Częstochowy.

W czasie ulewnych opadów deszczów i powodzi w Polsce w dniach od 13 do 15 września br. pracownicy częstochowskiej spółki, jako członkowie specjalnego sztabu kryzysowego ZGM TBS, pomagali mieszkankom i mieszkańcom podczas wydłużonych godzin pracy od 6 do 24. W sumie odebrano ponad 100 telefonów.

- Budynki wchodzące w zasób komunalny mają już swoje lata, wiele z nich wymaga remontu i rokrocznie takie modernizacje są na bieżąco realizowane. Niestety, obfite opady deszczu zwykle mogą ujawniać przecieki w blokach czy kamienicach, które już czekają w kolejce do remontu. W takich sytuacjach mieszkańcy w pierwszej kolejności zwracają się o pomoc do zarządcy nieruchomości, dzwoniąc pod numer naszego Pogotowia Awaryjnego. Wszystkie zgłoszenia i problemy są przyjmowane oraz w miarę możliwości sprawnie rozwiązywane – zapewnia Paweł Konieczny, prezes zarządu spółki ZGM TBS w Częstochowie.

Oprócz zgłoszeń telefonicznych odnotowano również osobiste interwencje mieszkańców w budynku Dyrekcji Spółki. W związku z tak dużą ilością połączeń telefonicznych zdecydowano o przydzieleniu do pracy dodatkowego dyspozytora do obsługi i odnotowania wszystkich zgłoszonych awarii. Aby prawidłowo monitorować realizację zgłoszeń dyspozytorzy pozostali na swoich stanowiskach po wyznaczonych godzinach pracy. Służby spółki na zgłoszone awarie wysyłały firmy do zabezpieczenia lub na wstępne oględziny.

Przyczynami interwencji najczęściej były:

- zalania z dachu – 51 adresów
- zalewanie piwnic (wody gruntowe) – 38 adresów
- inne - 21

W przypadkach zalań mieszkań wysyłano firmę obsługującą instalacje elektryczne. Woda zalewająca ostatnie kondygnacje wylewała się punktami świetlnymi zlokalizowanymi na sufitach. Powodowało to konieczność odłączenia napięcia w lokalach mieszkalnych.

Zgodnie z Zarządzeniem Wewnętrznym wydanym przez Prezesa Zarządu – Dyrektora Naczelnego – Pawła Koniecznego dotyczącym niekorzystnych warunków atmosferycznych oraz z ogłoszeniem Prezydenta Miasta Częstochowy Krzysztofa Matyjaszczyka w dniu 14 września 2024 stanu pogotowia przeciwpowodziowego dla miasta Częstochowy, prezes powołał sztab kryzysowy do rozeznania skali i skutków zgłoszonych przez mieszkańców awarii dotyczących zalań mieszkań i budynków po intensywnych opadach deszczu.

Posiedzenie sztabu odbyło się w siedzibie Spółki w dniu 15 września 2024 roku.

Już dziś wiadomo, że skutki tak licznych zalań wygenerują ogromne koszty napraw, ale wskazują również na konieczność wykonania niezbędnych remontów w celu zapobiegania podobnym zdarzeniom. Aby wykonać prace naprawcze, konieczne będzie zwiększenie środków finansowych w planie remontów.

Po pracowitym weekendzie sztab Spółki dokonał pierwszych ocen strat i współpracy ZGM TBS z innymi służbami oraz sporządził listę pilnych napraw poawaryjnych na budynkach komunalnych i wspólnotowych. Potrzebna będzie także opinia Inspektora Nadzoru Budowlanego ZGM TBS o przyczynach zalań i szkodach.



## ZGM TBS informuje

# Tego nie przechowujemy w piwnicy...



Bywa, że trafiają tam przedmioty i substancje stanowiące zagrożenie pożarowe. ZGM TBS rozpoczyna akcję edukacyjną mającą uświadomić lokatorom i lokatorkom rozmaite kwestie związane z bezpieczeństwem pożarowym w budynkach.

Piwnica może być dobrym miejscem do przechowywania przetworów – słoików z dżemami czy marynat. Niestety, zdarza się, że trafiają do niej również przedmioty, które nigdy nie powinny się tam znaleźć, bo stanowią istotne zagrożenie pożarowe.

Po tragicznym pożarze poznańskiej kamienicy, w którym zginęło dwóch strażaków, a wiele osób straciło dach nad głową, zarząd ZGM TBS w Częstochowie postanowił przeprowadzić akcję edukacyjną dla swoich lokatorek i lokatorów. Celem ma być podniesienie świadomości w kwestii bezpieczeństwa w budynkach mieszkalnych, w tym w piwnicach.

– Nasi mieszkańcy są rozsądni i rozważni, ale czasem zdarzają się sytuacje, że do piwnic trafiają odpady niebezpieczne. Przechowując je w pomieszczeniach do tego nieprzeznaczonych, narażamy zdrowie i życie swojej rodziny oraz sąsiadów – mówi **Paweł Konieczny, prezes zarządu ZGM TBS**.

W lokalnych rozgłoszeniach emitowane były edukacyjne spoty radiowe. W budynkach zarządzanych przez spółkę pojawiły się plakaty i tabliczki z apelem o nieprzechowywanie w piwnicach pewnych przedmiotów i substancji – w tym benzyny, farb i lakierów zawierających rozpuszczalniki, butli gazowych, akumulatorów, środków do dezynfekcji, fajerwerków czy petard. W pomieszczeniach piwnicznych nie można przechowywać także sprzętu elektronicznego (RTV i AGD) ze względu na ryzyko pożaru. Niepotrzebne urządzenia – zwłaszcza te większe – oraz rozmaite „problemowe” materiały i substancje można bezpiecznie oddać do Stacjonarnego Punktu Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych, a sprzęt o mniejszych gabarytach można wrzucić do rozstawionych w całym mieście charakterystycznych, oznaczonych czerwonych kontenerów na starą elektronikę.

Wśród przedmiotów, których lepiej nie trzymać w piwnicy, są też ubrania, pościel, ręczniki, żywność w papierowych i foliowych opakowaniach, meble, dywany, zabawki, książki, dokumenty czy obrazy. W razie pożaru takie przedmioty mogą przyczynić się do szybszego rozprzestrzeniania

się ognia.

– Przepisy dotyczące ochrony przeciwpożarowej jednoznacznie wskazują, iż zabronione jest przechowywanie materiałów niebezpiecznych pożarowo w piwnicach, a także na poddaszach czy w obrębie klatek schodowych. We wskazanych miejscach często zalegają rzeczy zupełnie nam niepotrzebne, a stanowiące realne zagrożenie. Dla bezpieczeństwa swojego, swoich bliskich oraz sąsiadów uporządkujmy te przestrzenie – apeluje Marek Radosz, komendant miejski Państwowej Straży Pożarnej w Częstochowie.

Warto dodać, że po tragicznym pożarze w Poznaniu wiceszef Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji Czesław Mroczek zapowie-



dział wrywkowe kontrole tego, co przechowujemy w piwnicach. Mają one być prowadzone we współpracy z samorządami i strażami miejskimi.

obok: pomieszczenia piwniczne (zdjęcie ilustracyjne)

# AKCJA

## Bezpieczna droga ewakuacyjna



**Pamiętaj, korytarz to nie komórka lokatorska, bądź rozsądny, nie utrudniaj pracy strażakom oraz medykom, nie narażaj mieszkańców na niebezpieczeństwo!**

Blokowanie dróg ewakuacyjnych, klatki schodowej i korytarzy skutecznie ogranicza możliwość ucieczki w trakcie pożaru, a także opóźnia dotarcie służb ratunkowych z pomocą do mieszkańców.

## Czym żyje miasto

# Po wielkiej ulewie...

W ciągu 3 godzin w sobotę 14 września w Częstochowie spadło ponad 80 litrów wody na metr kwadratowy. Stacja meteo znacząco pobiła dobowy rekord sumy opadów z 1988 r. Państwowa Straż Pożarna i służby miejskie zanotowały około 400 interwencji. W niedzielę 15 września służby komunalne usuwały ostatnie zastoiny wody na drogach, a strażacy pracowali jeszcze m.in. na Stradomiu.

Wprowadzony w sobotę od godz. 20 stan pogotowia przeciwpowodziowego był utrzymany do momentu opadnięcia wód poniżej poziomu ostrzegawczego. Sytuacja w rzekach była cały czas monitorowana przez miejskie służby zarządzania kryzysowego oraz straż pożarną. W niedzielę rano odbył się kolejny objazd z udziałem m.in. prezydenta Częstochowy Krzysztofa Matyjaszczyka i komendanta miejskiego PSP Marka Radosza. W związku z szybkim podnoszeniem się stanu wód w rzekach oraz zagrożeniem lokalnymi podtopieniami z miejskiego magazynu pobrano 750 worków z piaskiem.

Najtrudniejsza w sobotę wieczór była sytuacja na niektórych częstochowskich drogach. Nawalny deszcz, którego spadło w mieście - w ciągu 26 godzin ok. 130 litrów na metr kwadratowy (w tym aż ponad 80 litrów w ciągu 3 godzin - od 17 do 20), utrudniał lub - na niektórych odcinkach - uniemożliwiał jazdę samochodem.

Był to efekt trudności z przyjęciem takiej ilości wody przez kanalizację deszczową (również z uwagi na blokowanie się kraterów ściekowych przez niesione z deszczem opadłe liście), a także spływania



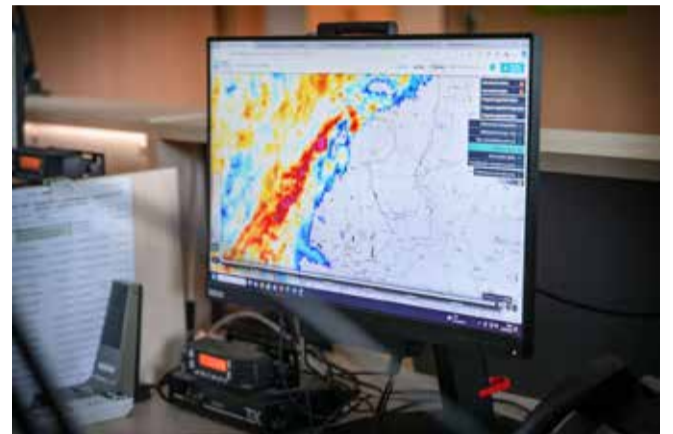
wody z powierzchni utwardzonych na niższej położone ulice. Warto dodać, że dotychczas notowany przez stację meteorologiczną dobowy rekord opadów w Częstochowie z 1988 r. wynosił 83,2 litrów na metr kwadratowy.

W sobotę wieczorem nastąpiła przerwa w kursowaniu tramwajów z uwagi na zebranie się wody pod wiaduktem w alei Wyzwolenia.

Na drogach na zlecenie Miejskiego Zarządu Dróg pracowały w niedzielę zamiatarki, dodatkowe ekipy zbierały też liście i piasek z kraterów kanałów deszczowych, usuwając ostatnie drogowe zastoiny wody. Strażacy pompowali jeszcze wodę w dzielnicy Stradom z ulic leżących poniżej poziomu rzeki Konopki, więc szczególnie zagrożonych podtopieniami.

Z powodu ulewy ucierpiał budynek Centrum Usług Komunalnych przy alei Wolności 30.

Fot. z miasta z rana 15.09  
Łukasz Kolewiński (UM)



## Czym żyje miasto

# Auto dla Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 5

Podczas uroczystości „Bezpieczna droga do szkoły” prezydent Krzysztof Matyjaszczyk przekazał SOSW 5 samochód dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnościami.

Z początkiem roku szkolnego placówka otrzymała prezent – nowy Ford Transit o wartości ponad 220 tys. zł. Samochód został zakupiony ze środków Miasta oraz Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Pojazd ten będzie służył nie tylko do przewozu dzieci na zajęcia lekcyjne i terapie, ale także będzie ważnym narzędziem pracy z niepełnosprawnymi wychowankami ośrodka. Dzieci i młodzież będą w pełni korzystały z życia kulturalnego i społecznego naszego miasta. Będą jeździły do Filharmonii, Teatru, na basen, na zawody sportowe, a także będą zwiedzały piękne okolice Jury Krakowsko-Częstochowskiej. W ten sposób nauczyciele i terapeuci ze Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 5 mają możliwość realizować zadania w zakresie profilaktyki prozdrowotnej czy wychowania obywatelskiego.

Po powitaniach i prezentacji pojazdu odbyły się prelekcje na temat bezpiecznego poruszania się na drodze i pierwszej pomocy przedmedycznej. Zaprezentowano również ofertę zajęć Regionalne-



go Centrum Bezpieczeństwa Ruchu Drogowego WORD.

Między innymi wśród zaproszonych gości, obok Prezydenta, znaleźli się: przewodniczący Rady Miasta Łukasz Banaś, zastępca prezydenta Częstochowy Łukasz Pabiś, zastępca komendanta miejskiego Policji Rafał Drewniak i Paweł Gronkiewicz z Komendy Miejskiej Państwowej Straży Pożarnej w Częstochowie.

Fot. Łukasz Kolewiński / UM



Sąsiedzie,  
a co sąsiad  
taki markotny?

Tu potrzeba  
Złotej Rączki.  
Przyjadą, naprawią  
i po problemie.

Znowu uszczelka...  
Sam tego  
nie naprawię.



# Uwaga mieszkańcu

## Ruszył program Złota Rączka ZGM TBS

**Jeśli masz powyżej 70-ciu lat**, mieszkasz w lokalu zarządzanym przez ZGM TBS w Częstochowie i potrzebujesz pomocy w drobnych naprawach w domu, **zadzwoń do oddziału eksploatacji ZGM TBS** i uzyskaj wsparcie.\*

**Złota Rączka ZGM TBS - na niej naprawdę możesz polegać!**

\*Regulamin akcji dostępny na [www.zgm-tbs.czesz.pl](http://www.zgm-tbs.czesz.pl)



Projekt realizowany przez ZGM TBS w Częstochowie w ramach programu „Częstochowa wspiera seniorów”

**Patronat prezydenta miasta Krzysztofa Matyjaszczyka**

# Bezpieczeństwo pożarowe w Waszych domach

## - jak zapewnić bezpieczeństwo sobie i sąsiadom

Czy kiedykolwiek zastanawialiście się, jak ważne jest bezpieczeństwo pożarowe w budynkach, w których mieszkamy? Często myślimy, że pożar to coś, co przydarza się innym - gdzieś daleko, w odległych miastach lub w telewizyjnych wiadomościach. Rzeczywistość jest jednak taka, że zagrożenie pożarem może dotyczyć każdego z nas. Wystarczy jedna iskra, chwila nieuwagi, by sytuacja stała się naprawdę niebezpieczna. W budynkach wielorodzinnych, zarządzanych przez Zakład Gospodarki Mieszkaniowej „TBS” Sp. z o.o., bezpieczeństwo jest naszym wspólnym obowiązkiem!

Czy warto o tym pamiętać? Szybka reakcja, świadomość zagrożeń i znajomość zasad bezpieczeństwa mogą uratować życie - nie tylko nasze, ale także naszych sąsiadów. Każdy z nas ma wpływ na bezpieczeństwo pożarowe swojego otoczenia, a kluczem do skutecznej ochrony jest przestrzeganie kilku podstawowych zasad. Chcemy podzielić się z Wami praktycznymi wskazówkami, które pomogą uniknąć niebezpiecznych sytuacji i sprawią, że wszyscy będziemy mogli spać spokojnie. Zapraszamy do lektury i przypomnienia sobie, jak niewielkie działania mogą przynieść ogromne korzyści, chroniąc nas i naszych bliskich przed niebezpieczeństwem pożaru.

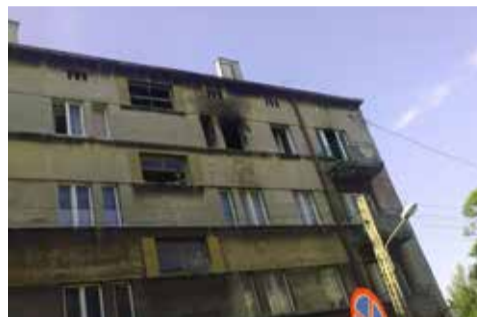
### 1. Utrzymuj porządek na klatkach schodowych i korytarzach

Pierwszą, bardzo ważną zasadą jest dbanie o to, aby klatki schodowe, korytarze i inne części wspólne budynku były wolne od wszelkich przedmiotów, szczególnie materiałów palnych, które mogą stanowić zagrożenie pożarowe lub utrudniać ewakuację. Rower, wózek dziecięcy, kartony, meble – wszystko to może stać się przeszkodą podczas ucieczki i zwiększyć ryzyko wypadków. W przypadku pożaru każda sekunda jest na wagę złota, dlatego pamiętajmy, aby te przestrzenie były zawsze wolne i dostępne dla wszystkich mieszkańców oraz służb ratunkowych.

### 2. Zainstaluj i regularnie sprawdzaj detektory dymu i czadu w swoim mieszkaniu

Czujki dymu i tlenku węgla są jednym z najprostszych, a jednocześnie najskuteczniejszych sposobów na wczesne wykrycie pożaru. Wczesne ostrzeżenie pozwala na szybszą ewakuację i podjęcie działań gaśniczych, zanim ogień rozprzestrzeni się na większą skalę. Jeśli jeszcze nie masz zainstalowanych detektorów dymu i tlenku węgla w swoim mieszkaniu, warto to zrobić jak najszybciej. Detektory powinny być umieszczone w miejscach o dużym ryzyku, takich jak kuchnia, korytarze, czy blisko sypialni. Regularnie sprawdzaj ich działanie i wymieniaj baterie, gdy urządzenie zasygnalizuje koniec ich działania.

Tlenek węgla (CO), zwany „cichym zabójcą”, to gaz, który może stanowić śmiertelne zagrożenie, szczególnie w budynkach mieszkalnych. Jest bezwonny, bezbarwny i bez smaku, co sprawia, że nie można go wykryć za pomocą ludzkich zmysłów. Te właściwości powodują, że CO staje się jednym z najgroźniejszych zagrożeń w domu. Wytwarza się na skutek niepełnego spalania paliw takich jak gaz, węgiel, drewno czy olej opałowy, a jego obecność może pojawić się w wyniku wadliwie działających urządzeń grzewczych, takich jak piecyki gazowe, kominki czy kotły. W budynkach wielorodzinnych ryzyko rozprzestrzenienia się tlenku węgla jest szczególnie wysokie, ponieważ gaz może swobodnie przedostawać się do sąsiednich mieszkań, zagrażając życiu wielu osób jednocześnie. Głównym niebezpieczeństwem związanym z tlenkiem węgla jest jego zdolność do wiązania się z hemoglobina – białkiem obecnym w naszych czerwonych krwinkach, które odpowiada za transport tlenu z płuc do wszystkich komórek organizmu. Tlenek węgla wiąże się z hemoglobina ponad 200 razy silniej niż tlen, tworząc karboksyhemoglobina. Kiedy CO zajmuje miejsce tlenu w hemoglobina, tlen nie może być efektywnie dostarczany do komórek. Powoduje to ich niedotlenienie i upośledzenie funkcjonowania organów. Proces ten może przebiegać bardzo szybko, a jego skutki mogą być fatalne. Mechanizm zatrucia tlenkiem węgla działa podstępnie. Po wdychaniu CO, jego cząsteczki natychmiast przedostają się do krwiobiegu, blokując możliwość dostarczenia tlenu do narządów wewnętrznych, takich jak mózg czy serce. Pierwsze objawy zatrucia mogą pojawić się już po kilku minutach od ekspozycji, zwłaszcza w warunkach wysokiego stężenia tlenku węgla w powietrzu. Objawy te są często mylone z objawami grypy lub zmęczenia, co sprawia, że zatrucie tlenkiem węgla jest tak trudne do szybkiego zdiagnozowania. Początkowe symptomy to zazwyczaj ból głowy, zawroty głowy, nudności i wymioty, osłabienie, przyspieszone tętno, problemy z oddychaniem, a także dezorientacja i zaburzenia widzenia. W miarę wzrostu poziomu COHb w krwi, objawy mogą się nasilać, prowadząc do utraty przytomności, drgawek, a nawet



śmierci. Osoby narażone na działanie tlenku węgla często nie zdają sobie sprawy z zagrożenia, ponieważ brak specyficznych objawów może uspić ich czujność, co dodatkowo zwiększa ryzyko tragedii.

Aby chronić się przed tlenkiem węgla, kluczowe jest zapewnienie odpowiednich środków bezpieczeństwa w naszych domach. Jednym z najskuteczniejszych sposobów jest instalacja czujników tlenku węgla, które natychmiast alarmują o niebezpieczeństwie. Warto również pamiętać o regularnych przeglądach urządzeń grzewczych oraz sprawdzeniu systemów wentylacyjnych, które zapewniają odpowiednią cyrkulację powietrza. W ten sposób możemy minimalizować ryzyko powstawania CO i uniknąć jego gromadzenia się w pomieszczeniach. Regularna konserwacja piecyków gazowych, kotłów, kominków oraz kominów przez wykwalifikowanych specjalistów to obowiązek każdego właściciela lub zarządcy budynku. Nie można również bagatelizować znaczenia edukacji mieszkańców na temat zagrożeń związanych z tlenkiem węgla. Świadomość, jakie objawy mogą sugerować zatrucie CO oraz jak natychmiast zareagować w przypadku podejrzenia obecności tego gazu, jest kluczowa dla zachowania bezpieczeństwa w każdym domu. W przypadku zauważenia jakichkolwiek niepokojących objawów, należy natychmiast opuścić budynek, otworzyć okna, aby przewietrzyć pomieszczenia, i wezwać pomoc.

### 3. Nie blokuj dostępu do hydrantów i gaśnic

Hydranty wewnętrzne i gaśnice to urządzenia, które mogą uratować życie, ale tylko wtedy, gdy są dostępne i sprawne. Dlatego nigdy nie zasłaniaj ich meblami, rowerami, ani innymi przedmiotami. W sytuacji zagrożenia szybki dostęp do sprzętu gaśniczego może zapobiec rozprzestrzenieniu się ognia na większą skalę. Pamiętaj, że regularne przeglądy hydrantów i gaśnic to obowiązek zarządcy, ale jeśli zauważysz jakiegokolwiek nieprawidłowości, niezwłocznie zgłoś je do administracji.

### 4. Poznaj drogę ewakuacyjną i przygotuj plan na wypadek pożaru

Każdy mieszkaniec powinien znać drogę ewakuacyjną z budynku oraz mieć opracowany plan działania na wypadek pożaru. Warto zrobić sobie mały trening z rodziną lub współlokatorami – przejść drogę ewakuacyjną, zidentyfikować wyjścia awaryjne i upewnić się, że każdy wie, co robić w sytuacji kryzysowej. Plan ten powinien uwzględniać alternatywne wyj-

ścia na wypadek, gdyby główne były zablokowane przez ogień lub dym. Niedopuszczalnym jest gromadzenie materiałów palnych w postaci mebli, sprzętów AGD lub innych na drogach ewakuacyjnych w piwnicach i na strychach. Może to znacząco utrudnić lub uniemożliwić ewakuację.

**5. Nie używaj wind podczas ewakuacji**

Ewakuacja w sytuacji pożaru zawsze powinna odbywać się schodami. Windy mogą stać się pułapką, jeśli ogień uszkodzi instalację elektryczną lub dym dostanie się do szybu windy. W takiej sytuacji pasażerowie mogą zostać uwięzieni bez możliwości szybkiego opuszczenia budynku. Dlatego w przypadku pożaru zawsze korzystaj ze schodów i nigdy nie próbuj używać windy.

**6. Nie zostawiaj urządzeń elektrycznych bez nadzoru**

Kuchenki, piekarniki, żelazka, pralki czy inne urządzenia elektryczne mogą stać się źródłem pożaru, jeśli są pozostawione bez nadzoru. Regularnie sprawdzaj stan instalacji elektrycznej w swoim mieszkaniu - szczególnie w starszych budynkach, gdzie instalacja elektryczna może być wyeksploatowana. Jeśli zauważysz iskrzenie, przerywane działanie urządzeń, przepalające się bezpieczniki lub wyczuwasz zapach spaliny, natychmiast skontaktuj się z elektrykiem. Drobną usterką może być początkiem poważnego zagrożenia pożarowego.

**7. Nie pal papierosów w miejscach niedozwolonych i uważaj na świece**

Papierosy są jedną z najczęstszych przyczyn pożarów w mieszkaniach. Palenie w miejscach niedozwolonych lub niewłaściwe gaszenie papierosów może mieć tragiczne skutki. Nigdy nie pal w łóżku ani w pobliżu materiałów łatwopalnych, takich jak zasłony, meble czy ubrania. Pamiętaj również, aby zawsze dobrze wygasić niedopałki i wyrzucać je tylko do popielniczek lub metalowych pojemników. Podobnie należy uważać na zapalone świece - zawsze upewnij się, że są one stabilnie ustawione i nigdy nie pozostawiaj ich bez nadzoru.

**8. W razie pożaru – zachowaj spokój i działaj szybko**

Jeśli zauważysz dym lub ogień, przede wszystkim zachowaj spokój. Szybko oceń sytuację – jeśli pożar jest niewielki i można go ugasić bez ryzyka, skorzystaj z gaśnicy lub hydrantu. Jeśli jednak sytuacja wydaje się poważniejsza, natychmiast zaalarmuj sąsiadów i wezwij straż pożarną,



dzwoniąc pod numer alarmowy 112. W razie konieczności ewakuacji pamiętaj, aby nie wracać po rzeczy osobiste – Twoje życie i zdrowie są najważniejsze.

**9. Współpracuj z sąsiadami i zarządcą budynku**

Bezpieczeństwo pożarowe to odpowiedzialność każdego z nas. Współpraca z sąsiadami i zarządcą budynku, udział w ćwiczeniach ewakuacyjnych oraz szkoleniach przeciwpożarowych to klucz do tego, abyśmy wszyscy mogli czuć się bezpiecznie. Dzielenie się wiedzą i doświadczeniem, wzajemna pomoc oraz wspólna troska o przestrzeganie zasad to fundamenty skutecznej ochrony przeciwpożarowej. Pamiętajmy, że nasze bezpieczeństwo zależy nie tylko od wyposażenia budynku, ale także od naszej czujności i odpowiedzialności.



Dbając o przestrzeganie powyższych zasad i wskazówek, możemy znacząco zwiększyć nasze bezpieczeństwo i chronić życie oraz zdrowie swoje i naszych bliskich. Bezpieczeństwo pożarowe zaczyna się od nas samych – bądźmy świadomi, czujni i odpowiedzialni. Każdy z nas, mieszkając w budynkach zarządzanych przez Zakład Gospodarki Mieszkaniowej „TBS” Sp. z o.o., ma obowiązek dbać nie tylko o swoje bezpieczeństwo, ale także o bezpieczeństwo swoich sąsiadów. Odpowiednie zachowanie, regularne przeglądy urządzeń, znajomość zasad ewakuacji oraz czujność na co dzień mogą zapobiec wielu tragediom.

Statystyki pokazują, że zagrożenie jest realne. W 2023 roku w budynkach mieszkalnych wielorodzinnych na terenie działania Komendy Miejskiej Państwowej Straży Pożarnej w Częstochowie doszło do 84 pożarów,

w wyniku których 13 osób zostało rannych, a 2 osoby straciły życie. W 2024 roku odnotowano już 46 takich zdarzeń, 5 osób zostało rannych, a 1 osoba zmarła. Choć liczba pożarów zmniejszyła się, wciąż pozostaje ona znacząca i przypomina nam, jak ważne jest przestrzeganie zasad bezpieczeństwa.

Równie niebezpieczny jest tlenek węgla (CO), który każdego roku stanowi poważne zagrożenie w budynkach wielorodzinnych. W 2023 roku częstochowscy strażacy przyjęli aż 266 zgłoszeń związanych z podejrzeniem obecności tlenu węgla. W 137 przypadkach wykryto obecność tego niebezpiecznego gazu, a 9 osób zostało rannych. W 2024 roku były to 262 zgłoszenia, z czego w 122 przypadkach potwierdzono obecność CO, a liczba osób poszkodowanych wzrosła do 15. Dane te pokazują, jak groźne mogą być skutki nieodpowiedniej



wentylacji, niesprawnych urządzeń grzewczych czy braku czujników tlenu węgla.

Dlatego apelujemy do wszystkich mieszkańców: bądźmy odpowiedzialni, reagujmy na wszelkie nieprawidłowości i dzielmy się wiedzą z innymi. Pamiętajmy, że nasze wspólne działania mogą zapobiec wielu tragediom. Razem możemy zadbać o to, aby nasze domy były miejscem

bezpiecznym i przyjaznym dla każdego. Dziękujemy za Waszą czujność i zaangażowanie w sprawy, które mają bezpośredni wpływ na nasze życie i zdrowie.

Opracował:  
mł. bryg. mgr inż. Paweł Liszaj  
Zdjęcia:  
Komenda Miejska Państwowej Straży  
Pożarnej w Częstochowie

## Politechnika Częstochowska

# Uczelnia prężnie się rozwija

Na największej uczelni technicznej w regionie już wkrótce rozpocznie się kolejny rok akademicki. Politechnika Częstochowska prężnie rozwija się i dostosowuje do zmian. Efektem tego jest ciekawa i aktualna oferta edukacyjna oraz liczne wydarzenia, dzięki którym można z bliska obserwować świat nauki. O Uczelni rozmawiamy z rzecznikiem prasowym Politechniki Częstochowskiej dr inż. Katarzyną Brendzel.

**Na częstochowskiej uczelni zaszły duże zmiany. Czy to prawda, że Politechnika Częstochowska powiększyła się o jeden wydział?**

Tak, ten rok akademicki jest wyjątkowy. Po raz pierwszy rozpoczną się studia na Wydziale Informatyki i Sztucznej Inteligencji. Nowy, siódmy wydział Politechniki funkcjonuje od września.

**Dlaczego akurat taki wydział?**

Uczelnia dostosowuje się do zmian zachodzących w naszym otoczeniu. Te zmiany zachodzą bardzo dynamicznie a rozwój sztucznej inteligencji i jej zastosowań jest chyba najlepszym tego przykładem. Współpracując z biznesem doskonale wiemy, że studia inżynierskie są jednymi z najbardziej pożądanymi na rynku pracy. Przekłada się to na szerokie perspektywy zawodowe absolwenta. Obecnie w wielu specjalizacjach obserwuje się niedobór pracowników, dlatego osoby z odpowiednim wykształceniem technicznym mogą liczyć na bardzo korzystne warunki zatrudnienia. Zapotrzebowanie na absolwentów posiadających tytuł inżyniera będzie tylko rosło. Informatyka od lat cieszy się niesłabnącym zainteresowaniem wśród młodzieży, natomiast sztuczna inteligencja to dziedzina, która staje się naszą codziennością. Poza tym Politechnika Częstochowska ma długoletnie doświadczenie, bo w zakresie sztucznej inteligencji kształci już od lat 90' ubiegłego wieku. Otwarcie nowego wydziału oraz wprowadzenie do oferty nowego kierunku studiów - Sztuczna inteligencja jest przypieczętowaniem wieloletnich prac.

**Wielu ludzi obawia się sztucznej inteligencji i widzi w niej głównie zagrożenia. Dużą obawą jest utrata pracy, mówi się, że zniknie wiele zawodów. Poza tym to co nowe zawsze budzi obawy.**

Tak zgadzam się, że nowe rozwiązania mogą budzić obawy ale to głównie wynika z faktu, że nowości pociągają za sobą zmiany. A ludzie boją się zmian. Trzeba jednak zaznaczyć, że sztuczną inteligencję wykorzystujemy już od wielu lat. Chociażby asystenci głosowi: Siri od Apple, Google Assistant, Amazon Alexa a wcześniej Cortana Microsoftu. Wielu producentów samochodów, sprzętu RTV i AGD wykorzystuje w swoich urządzeniach możliwość ograniczonego sterowania głosem. Pamiętajmy, że sztuczna inteligencja odgrywa niebagatelną rolę w zarządzaniu bezpieczeństwem. Wspomaga wykrywanie nietypowych zachowań osób zarejestrowanych kamerą zanim dokonają czynu zabronionego. Analiza wymiany informacji pomiędzy członkami grup ekstremistycznych pozwoliła, nawet bez potrzeby rozszyfrowywania treści przesyłanych wiadomości, udaremnić niejedną atak terrorystyczny. Modele sztucznej inteligencji niezwykle skutecznie wykrywają cyberzagrożenia, spam, rozpoznając nietypowe zachowanie użytkownika mogą chronić go przez phishingiem i innymi formami wyłudzeń. SI rozwija się dynamicznie a to pociągnie za sobą powstanie nowych zawodów, chociaż by czuwać nad tym systemem.

**Dobrym przykładem jest również konferencja SmartCity, którą wspólnie organizujemy. W każdej edycji praktycznie była mowa o sztucznej inteligencji.**

Tak, rzeczywiście. Smart City czyli koncepcja inteligentnego miasta to bardzo dobry przykład nie tylko zastosowania rozwiązań informatycznych ale również ekologicznych w połączeniu z ekonomią. Także SI to z jednej strony wyzwanie ale z drugiej już rzeczywistość, która wymaga specjalistów. Znalazło to odzwierciedlenie podczas tegorocznej rekrutacji na kierunek Sztuczna inteligencja, na który stworzona została lista rezerwowa kandydatów.

**No właśnie rekrutacja – czy Uczelnia jest zadowolona z jej wyników?**

Tak, zdecydowanie. Po raz kolejny zrekrutowaliśmy więcej studentów na pierwszy rok niż w roku poprzedzającym. Bardzo nas cieszy ta tendencja. Oferujemy blisko 40 kierunków, część z nich można studiować w języku angielskim. Młodzi ludzie wybierają naszą uczelnię również z uwagi na kwestie mieszkaniowe. Dysponujemy trzema akademikami, które wraz z wydziałami zlokalizowane są na



terenie miasteczka akademickiego.

**Gratuluję i życzę zdolnych studentów.**

Dziękuję w imieniu Uczelni. A studentów mamy zdolnych i ambitnych. Chciałabym skorzystać z okazji i pochwalić się ostatnim osiągnięciem. Dwóch naszych studentów zostało wybranych do Rady Studentów przy Prezesa Polskiej Agencji Kosmicznej. Cezary Kołodziejek – student Design'u i zarządzania projektami oraz Maciej Kuczyński – student Informatyki. Obaj panowie zaangażowani są również w prace nad łazikiem marsjańskim, naszą wizytówką na świecie.

**Wizytówką Politechniki są również liczne wydarzenia, które popularyzują naukę. Może Pani zdradzić co w tym roku planujecie?**

Na pewno weźmiemy udział w kolejnej edycji Śląskiego Festiwalu Nauki w Katowicach. Będziemy kontynuować Częstochowski Uniwersytet Młodzieżowy. Wprowadziliśmy także nowość, jeśli chodzi o zajęcia dla młodzieży. We wrześniu utworzyliśmy Klasę Akademicką. Naszym celem jest rozwijanie umiejętności matematycznych i technicznych u młodych ludzi. Kolejne wydarzenia to Dzień Inżyniera, Dzień Otwarty i oczywiście Targi Pracy. To tylko kilka przykładów, wiele z nich organizujemy we współpracy z otoczeniem gospodarczym, dlatego zapraszam do śledzenia strony uczelni.

**Współpraca z biznesem czy samorządem zawsze była ważna dla Politechniki. Chyba tak zostanie?**

Oczywiście, że tak. Tym bardziej, że otoczenie nas docenia i widzi naszą pracę. Jako przykład mogę podać ostatnie wyróżnienia dla naszych pracowników. JM Rektor PCz Marek Warzecha został uhonorowany nagrodą „Lider Inteligentnego Rozwoju” a Pan Sławomir Gryś, profesor PCz otrzymał nagrodę „Naukowiec Przyszłości”. W ubiegłym roku akademickim znaleźliśmy się wśród laureatów kolejnej edycji, podajże 13. SYMBOLU. To jest program prowadzony przez „Monitor Rynkowy”, „Dziennik Gazetę Prawną”, „Monitor Biznesu”, „Rzeczpospolitą” oraz „Puls Biznesu”, który docenia różnego rodzaju instytucje za prezentowanie najwyższej jakości, innowacji i inteligentnego zarządzania. Cieszymy się z współpracy z otoczeniem, bo widzimy jak wymierne przynosi korzyści.

**Życzymy kolejnych lat tak owocnej współpracy, bo przekłada się na rozwój uczelni. A rozwój Politechniki to również rozwój naszego miasta.**

Tak, i odwrotnie rozwój miasta to lepsze warunki do rozwoju uczelni, nie tylko Politechniki.



**Bądź eko**

# Sposób na oszczędzanie wody - instalacja dualna

Polska zaliczana jest do krajów z deficytem wody. Średnia wielkość odnawialnych zasobów wody słodkiej przypadająca na mieszkańca naszego kraju wynosi niecałe 1,6 tys. m<sup>3</sup>, podczas gdy średnia w UE to ok. 4 tys. m<sup>3</sup> (rys. 1). Według ONZ granicą, poniżej której mówi się o zagrożeniu stresem wodnym jest wartość 1,7 tys. m<sup>3</sup> na mieszkańca. Co więcej, postępujące zmiany klimatyczne będą najprawdopodobniej powodować dalsze zmniejszanie się dostępnych zasobów wody.

Z powyższych względów wyzwaniem staje się projektowanie instalacji pozwalających na bardziej ekologiczne i ekonomiczne dysponowanie tym ważnym surowcem. Rozwiązaniem, które zyskuje coraz większe zainteresowanie są instalacje dualne, czyli inaczej mówiąc „podwójne”. Umożliwiają one zintegrowane zaopatrzenie w wodę, czyli wykorzystanie oprócz wody pitnej również wody szarej i/ lub wód opadowych. Instalacje te pozwalają na znaczne zmniejszenie zarówno zużywanej wody wodociągowej, jak i ilości produkowanych ścieków.

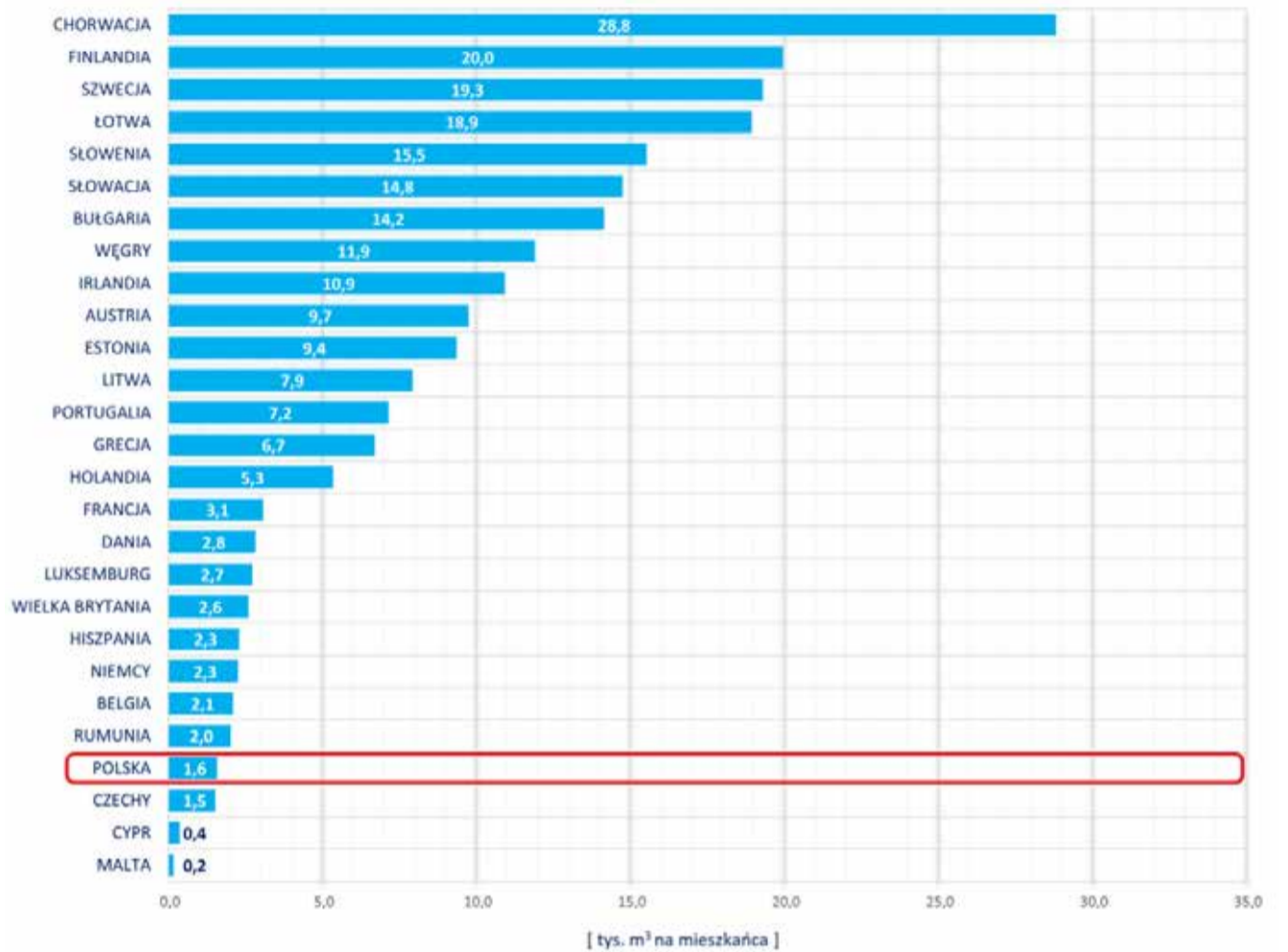
Do zainteresowania powyższymi rozwiązaniami przyczynia się stały wzrost cen za pobór wody i odprowadzenie ścieków. Dodatkowym ułatwieniem w tej kwestii jest również zmiana wprowadzona w Ustawie z dnia 20 lipca 2017 r. Prawo wodne, dzięki której wody opadowe i roztopowe straciły status ścieków. Woda deszczowa stanowi dodatkowy zasób wody słodkiej, który powinniśmy pozyskać, a następnie zmagazynować i wykorzystać ponownie, tam gdzie nie jest wymagana woda pitna.

**Zalety instalacji dualnych to między innymi:**

- zmniejszenie zapotrzebowania na wodę wodociągową, a tym samym niższe opłaty za pobór wody wodociągowej,
- dbanie o środowisko naturalne oraz kurczące się zasoby wody,
- dla większych inwestycji możliwość uzyskania punktów do certyfikacji LEED (system oceny jakości budynków).

Wykonanie instalacji dualnej jest bardziej opłacalne ekonomicznie dla dużych obiektów, np. w branży hotelarskiej czy w obiektach przemysłowych, dla których dodatkowe koszty na wykonanie instalacji szybciej się zwracają. Ale również dla budynków indywidualnych znajdziemy ciekawe rozwiązania, coraz bardziej przystępne cenowo. Na rynku dostępnych jest już kilku producentów tego typu układów wykorzystujących wody opadowe. Centrale dla wód deszczowych oferują m. in. Wilo, KingSpan, Aquatechnika czy InstalGRUNT.

Zasada działania dostępnych na rynku instalacji deszczowych jest podobna. Na całość systemu składają się następujące elementy: rury odprowadzające wodę deszczową z dachu budynku, dobrane odpowiednio do wielkości dachu, zestaw urządzeń podczyszczających wody opadowe (oczyszczanie może obejmować zarówno procesy mechaniczne, chemiczne jak i biologiczne), zbiornik magazynujący oczyszczoną wodę deszczową, centrala wody

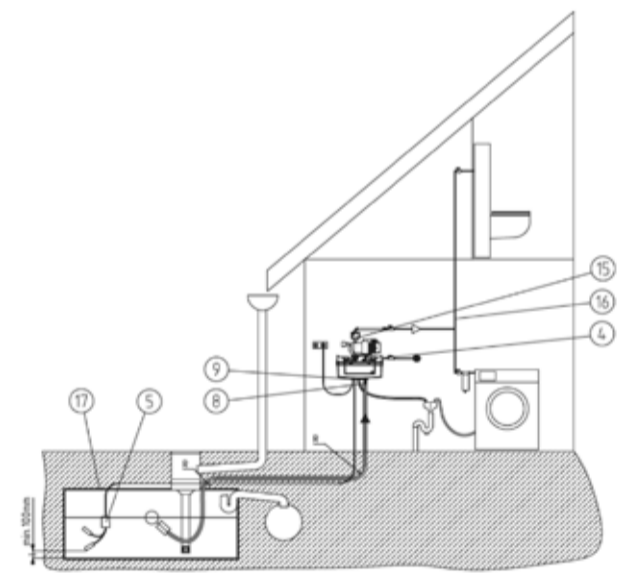


Rys. 1. Średnie roczne odnawialne zasoby wody słodkiej [1]

deszczowej połączona z instalacją wody pitnej i zabezpieczona przed przepływem zwrotnym. Centrala pracuje w oparciu monitoring poziomu wody w zbiorniku na deszczówkę i automatycznie przełącza zasilanie na wodę wodociągową w przypadku braku wody opadowej. Poniżej zamieszczono schemat instalacji.

Oznaczenia na schemacie: 4. przyłącze wodociągowe, 5. wyłącznik pływakowy, 8. przyłącze węża ssącego, 9. przyłącze odwodnieniowe, 15. centrala deszczowa Wilo-RAIN 1, 16. przewody instalacji, 17. zbiornik retencyjny wody deszczowej.

Na dzień dzisiejszy koszty, jakie należy ponieść na montaż tego proekologicznego rozwiązania są dość wysokie, i nawet w nowym budynku zwrot nakładów na inwestycję jest długotrwały. Dla budynku jednorodzinnego czas ten wynosi powyżej 20-tu lat. Najczęściej inwestycje obejmujące instalacje dualne realizowane są obecnie przez firmy dysponujące dużym potencjałem finansowym, które eksploatują budynki o dużej powierzchni użytkowej, co pozwala skrócić czas zwrotu zainwestowanych środków. Brakuje wsparcia państwa w promowaniu tych stosunkowo nowych technologii, tak jak ma to miejsce np. w przypadku instalacji z panelami fotowoltaicznymi. Zapewnienie pomocy finansowej w postaci dotacji na wykonanie instalacji dualnej, zapewne przyczyniłoby się do rozwoju branży oraz zachęciło inwestorów do rozważenia takiego rozwiązania.



Rys. 2. Schemat instalacji dualnej wykorzystującej wodę deszczową Wilo [2]

**Literatura:**

1. Główny Urząd Statystyczny Raport 2020 „Polska na drodze zrównoważonego rozwoju”, 2020 ApexCharts, <https://raportsdg.stat.gov.pl/2020/cel6.html>
2. Instrukcja montażu i obsługi. 2020, strona [www.wilo.com](http://www.wilo.com) 14.04.2024

Urszula Kępa

Politechnika Częstochowska, Wydział Infrastruktury i Środowiska, Katedra Sieci i Instalacji Sanitarnych, ul. Dąbrowskiego 69, 42-200 Częstochowa

## Fundacja Chrześcijańska „Adullam”

# Dzielenie się jest sztuką. I przyjemnością

Tewje Mleczarz ze „Skrzypka na dachu” powiedział kiedyś Bogu: „Ja wiem, że być biedakiem to nie żadna hańba. Ale zaszczyt to też nie jest wielki”. Miał rację. Dla wielu ludzi nie jest zaszczytem noszenie ubrań po kimś. Możemy jednak sprawić, by nie był to powód do wstydu i zmartwień.

Są wśród nas ludzie bardzo biedni. Tak bardzo, że nie mają za co kupić sobie ubrań, czasem nawet używanych. Pomyślmy o nich, przeglądając szafy przed nadchodzącą jesienią i zimą.

Przyczyn biedy jest wiele. Są ludzie w wieku starszym albo chorzy. Żyją z małej emerytury czy renty, z których ledwie są w stanie opłacić najpilniejsze rachunki. Inni nie mają pracy – też z wielu różnych powodów. Nie mają rodziny, która by im pomogła w potrzebie. Niektórzy są w kryzysie bezdomności i im jest najciężej – cały swój dobytek mieszczą w kilku reklamówkach, tułając się po ulicach. Jesień, a zwłaszcza zima to dla nich najtrudniejszy czas. Bywa, że szukają odzieży po śmietnikach. Inni przychodzą do organizacji pomocowych po kurtkę, buty czy bieliznę, po czapki i rękawiczki. Nie mają alternatywy. Dla osób w kryzysie bezdomności ciepłe okrycie to jedyny sposób, by przetrwać na mrozie. To coś, co może uratować nawet życie.

Na szczęście wiele osób oddaje ubrania dla ludzi w potrzebie. Ostatnio w Fundacji Chrześcijańskiej „Adullam” odbieramy coraz więcej telefonów z pytaniem: - „Czy przyjmujecie używane rzeczy?”

Krzepiące jest to, że większość darczyńców sama podkreśla: - „Wszystko jest czyste, świeżo wyprane. Buty odświeżone, oczywiście bez dziur, jeszcze długo będzie można w nich chodzić.”

Niektórzy przywożą ubrania wyprasowane. - „Bo to jakoś niezręcznie dawać coś, co wygląda

nieporządnie” – tłumaczy. Jedna z ofiarodawczyń była nawet gotowa dostarczyć wieszaki, żeby nic się nie pogniotło.

To piękny gest, gdy ktoś pomaga innemu człowiekowi. Gest dodatkowo wzruszający, kiedy dokłada się starań, by nikt obdarowany nie pomyślał, że bycie w potrzebie to powód do wstydu.

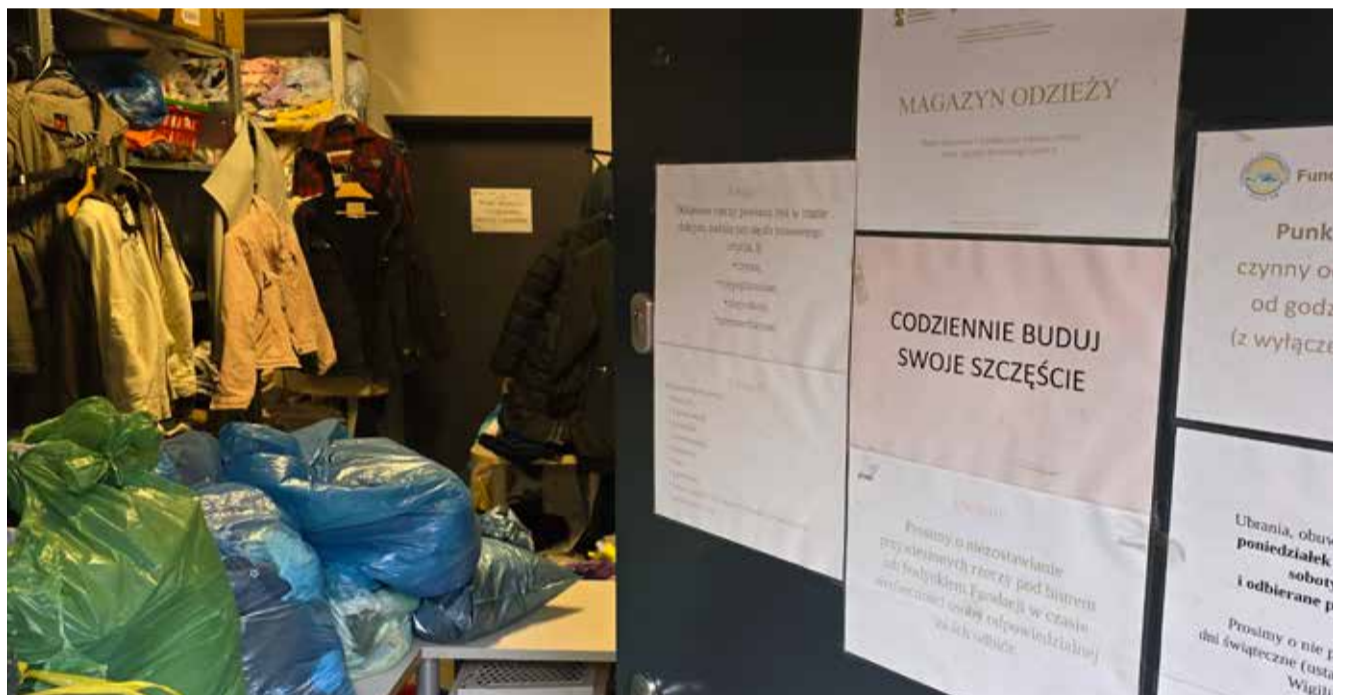
Taka pomoc, takie starania okazują się przyjemnością. Odnosząc do magazynu odzieży rzeczy pachnące czystością, zostajemy z miłym uczuciem, że zrobiliśmy coś dobrego i pożytecznego.

Pamiętajmy o tym, robiąc w garderobach jesienno-zimowe remanenty. Wystrzępiony blezer czy dziurawe botki, zamiast do worka „dla potrzebujących”, niech raczej trafią do pojemnika na odpady zmieszane. Nie przekazujemy również futer

(zwłaszcza starych, zużytych), pościeli puchowej czy odzieży nieodpowiedniej do pory roku.

Ubrania można dostarczać na ul. Krakowską 34, do Fundacji Chrześcijańskiej „Adullam”. To budynek w kolorze ołowianej szarości, z żółtym napisem „Centrum Aktywności Obywatelskiej”, mniej więcej naprzeciwko LO im. Mickiewicza. Trzeba wjechać w bramę i magazyn odzieży znajduje się tuż za nią. Czynny jest codziennie od poniedziałku do piątku w godz. 10-16. Jeśli przyjedzie się w innym terminie, wystarczy wejść do pomieszczeń fundacji w głębi podwórza i poprosić o pomoc.

*Dziękujemy wszystkim, którzy dzielą się odzieżą z potrzebującymi! :-D*



Magazyn odzieży Fundacji Chrześcijańskiej „Adullam”. Właśnie dotarły kolejne paczki od darczyńców. Ubrania czekają na posortowanie

## Fundacja Chrześcijańska „Adullam”

# Pomaganie nic nie kosztuje

**Joanna Skiba: W fundacji Adullam jesteś wolontariuszką. Od jak dawna?**

**Wiesława:**

- Albo już minęło 29 lat, albo minie niedługo.

**Pracujesz za darmo, przychodzisz codziennie, na kilka godzin. Co Cię tu trzyma?**

- Ludzie, którzy chcą i umieją pomagać. Lubię być wśród nich, być taka jak oni. Kiedyś sama bardzo potrzebowałam pomocy, bo byłam uzależniona od alkoholu. Wsparli mnie, dzięki nim uwierzyłam w siebie, w to, że mogę się uwolnić od nałogu. I tak się stało. Wtedy poczułam wielką chęć niesienia pomocy innym, bycia dla kogoś kimś takim, jak ludzie z fundacji byli dla mnie. Poczułam, że pomaganie jest po prostu fajne.

Tu, w fundacji, panuje niezwykła atmosfera, bardzo się chce wyjść do drugiego człowieka. Praca w takich warunkach daje ogromne wsparcie duchowe. Jakby się cały czas czuło za plecami obecność samego Boga.

**Nie kusiło Cię kiedyś, żeby zrezygnować? Masz przecież niepełnosprawnego syna.**

- Nawet nie potrafię sobie wyobrazić, co by było, gdybym odeszła. Chyba bym się zapłakała. A syna przyprowadzam ze sobą, od małego. Wychował się tutaj, jest w Adullam jak we własnym domu. Teraz na przykład, gdy rozmawiamy, nie ma go ze mną. Ale się o niego nie boję. Wiem, że tu jest bezpieczny.

**Przez długi czas odpowiadałaś za magazyn odzieży. Czy w takim miejscu też można pomagać?**

- Jak najbardziej, ono jest bardzo ważne. Przychodzą tu osoby, które czegoś konkretnego potrzebują - butów, kurtki, bielizny. Dobry pracownik magazynu ma wszystko posortowane, gotowe do wydania. Przecież nie jest tak, że rzeczy przywiezione przez darczyńców zrzucamy na stos i kto co sobie z niego wydostanie, to zabiera. Porządek musi być. Dbamy, żeby ubrania pozostawały w takim stanie, jakbyśmy

sami mieli je nosić.

Czasem nie dysponujemy akurat tym, co jest komuś potrzebne, więc robi się emocjonalnie. Mimo to praca w magazynie daje uczucie, że się robi coś dobrego. Ludzie przecież czekają na taką pomoc. Wiem to bardzo dobrze, bo kiedyś sama z niej korzystałam. Gdy zaczyna być nerwowo, wystarczy, że sobie przypomnę tamte czasy. Od razu się uspokajam, łagodzę sytuację.

**Z pozoru magazyn to tylko miejsce, w którym co zamożniejsi ludzie pozbywają się po prostu zbędnej odzieży...**

- Nie wszyscy. Jest wielu ludzi, którzy ją przywożą właśnie po to, by pomóc potrzebującym. Widać to po garderobie, którą zostawiają. Rzeczy są tak dobrane, by były przydatne, by naprawdę komuś posłużyły.

**Dziękuję za rozmowę.**

ZUS

## Zamień „żłobkowe” na „aktywnie w żłobku” – i zyskaj

Jeśli dziecko dostaje 400 zł „żłobkowego” miesięcznie, a chcemy, by od października dostało nawet do 1,5 tys. zł – możemy skorzystać z programu „Aktywnie w żłobku”. Od 1 października ZUS będzie przyjmował nowe, elektroniczne wnioski.

Zarówno „żłobkowe” jak i „Aktywnie w żłobku” to świadczenie, o które wnioskuje rodzice, ale pieniądze przekazywane są bezpośrednio na konto placówki, do której uczęszcza dziecko – czyli do żłobka, klubu dziecięcego, dziennego opiekuna.

### Liczy się termin złożenia wniosku

Wniosek o pieniądze z programu „Aktywnie w żłobku” można złożyć najwcześniej w dniu, w którym dziecko zacznie chodzić do żłobka lub klubu dziecięcego albo trafi pod opiekę dziennego opiekuna.

Jeśli wniosek wpłynie do ZUS w ciągu 2 miesięcy – licząc od dnia, od którego dziecko zaczęło chodzić do żłobka – wtedy rodzice dostaną pieniądze z wyrównaniem liczonym od momentu, gdy maluch poszedł do żłobka (nie wcześniej niż od 1 października, kiedy startuje program).

Natomiast rodzice, których dziecko już uczęszcza do takiej placówki i ma przyznane „żłobkowe” w wys. do 400 zł, mają 3 miesiące od startu programu na złożenie wniosku „Aktywnie w żłobku”, by otrzymać wyższe dofinansowanie już od października.

Jeśli wniosek wpłynie później, wtedy pieniądze będą wypłacane począwszy od miesiąca złożenia wniosku.

### Dla kogo 1500 zł, a dla kogo 1900?

„Aktywnie w żłobku” będzie przysługiwało na dziecko, które uczęszcza do żłobka lub klubu dziecięcego albo jest objęte opieką dziennego opiekuna – w tym na dziecko w wieku poniżej 12 miesiąca życia i do końca roku szkolnego, w którym dziecko skończy 3 lata. Jeśli objęcie dziecka wychowaniem przedszkolnym jest niemożliwe lub utrudnione – „Aktywnie w żłobku” będzie przysługiwało do końca roku szkolnego, w którym dziecko kończy 4 lata.

Wsparcie to będzie wynosić co do zasady do 1500 zł miesięcznie na dziecko – jednak nie więcej, niż wynosi opłata za pobyt dziecka w instytucji opieki (do tej kwoty nie wlicza się opłaty za wyżywienie).

Jeśli dziecko ma orzeczenie o niepełnosprawności – łącznie ze wskazaniami stałej lub długotrwałej opieki innej osoby w związku ze znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji oraz konieczności stałego współdziałania opiekuna w leczeniu, rehabilitacji i edukacji dziecka – ZUS będzie wypłacał świadczenie w wys. maks. 1900 zł miesięcznie, nie więcej jednak, niż wynosi opłata za pobyt dziecka w instytucji opieki.

### Kiedy nie przysługuje wsparcie „Aktywnie w żłobku”?

Wtedy, jeżeli na to samo dziecko za dany miesiąc rodzice dostają już pieniądze z innych programów (np. „Aktywni rodzice w pracy” czy „Aktywnie w domu”). Także wtedy, gdy opłata za pobyt w żłobku, klubie dziecięcym lub u dziennego opiekuna jest wyższa niż ustawowo określony maksymalny koszt pobytu dziecka w takiej placówce. Od 1 października 2024 r. do 31 marca 2025 r. limit ten wynosi 2200 zł.

### Co z obywatelkami i obywatelami Ukrainy?

„Aktywnie w żłobku” przysługuje obywatel(k)om Ukrainy, którzy przybyli do Polski w związku z wojną, jeżeli przebywali legalnie w Polsce, jako osoby ze statusem „UKR” nieprzerwanie przez co najmniej 365 dni.

Warunek ten dotyczy również dziecka obywatelki/obywatela Ukrainy, które ma status „UKR” (dotyczy osób, które mogą uzyskać prawo do tego świadczenia na podstawie art. 26 ust. 1 pkt 6 ustawy o pomocy obywatelom Ukrainy).

### Ważne! Najpierw „żłobkowe” – potem „Aktywnie w żłobku”

Ważna informacja dla rodziców po raz pierwszy posyłających dziecko do żłobka we wrześniu – za miesiąc wrzesień wciąż mogą składać wnioski o tzw. żłobkowe, czyli 400 zł dofinansowania do pobytu w żłobku.

Świadczenie „Aktywnie w żłobku” będzie funkcjonowało OD października. Przepisy wprowadzające nowe wsparcie jednocześnie uchylają przepisy o dotychczasowym dofinansowaniu. Oznacza to, że w październiku (i później) nie będzie już możliwości zamknięcia wniosku o dofinansowanie do żłobka za wrzesień (maksymalnie 400 zł).

Jeśli więc rodzice chcą otrzymać to dofinansowanie za wrzesień, jeszcze w tym miesiącu muszą złożyć o nie wniosek. Jeśli na podstawie tego wniosku otrzymają dofinansowanie na okres po 30 września, będą mogli pozostać przy tym świadczeniu lub w październiku złożyć kolejny wniosek o świadczenie „Aktywnie w żłobku”, które wynosi do 1500 zł lub do 1900 zł, ale nie więcej niż faktyczny koszt ponoszony przez rodziców.

### Oto kilka przykładów różnych sytuacji mogących się zdarzyć w związku ze świadczeniem „Aktywnie w żłobku”:

- 12 grudnia 2024 ojciec złożył wniosek o świad-

czenie aktywnie w żłobku na córkę, która chodzi do żłobka od 1 października 2024. Ojcu przysługuje świadczenie od 1 grudnia 2024 – czyli od miesiąca, w którym złożył wniosek. Gdyby złożył go do 1 grudnia 2024 r., świadczenie to przysługiwałoby mu od 1 października 2024, czyli od dnia, w którym córka zaczęła chodzić do żłobka. Jeśli dziecko już chodzi do żłobka, a wniosek o pieniądze z programu „Aktywnie w żłobku” wpłynie do ZUS w ciągu 3 miesięcy od 1 października 2024 (czyli od dnia wejścia w życie ustawy), to ZUS wypłaci pieniądze z wyrównaniem od 1 października, o ile są spełnione pozostałe warunki.

- 12 grudnia 2024 ojciec złożył wniosek o świadczenie „Aktywnie w żłobku” na córkę, która chodzi do żłobka od 7 października 2024 – czyli po 2 miesiącach, od kiedy córka zaczęła chodzić do żłobka, ale w ciągu 3 miesięcy od dnia wejścia w życie ustawy (1 października 2024). W takim przypadku ojcu przysługuje świadczenie od 7 października 2024.
- 7 stycznia 2025 matka złożyła wniosek o świadczenie aktywnie w żłobku na syna, który chodzi do żłobka od 2 września 2024. Świadczenie ZUS przysłuży od 1 stycznia 2025 – czyli od miesiąca złożenia wniosku. Gdyby matka złożyła wniosek o świadczenie w ciągu 3 miesięcy od dnia wejścia w życie ustawy, czyli do 1 stycznia 2025, wtedy świadczenie przysługiwałoby jej od października 2024.

informacja oraz grafika przesłane przez Zakład Ubezpieczeń Społecznych



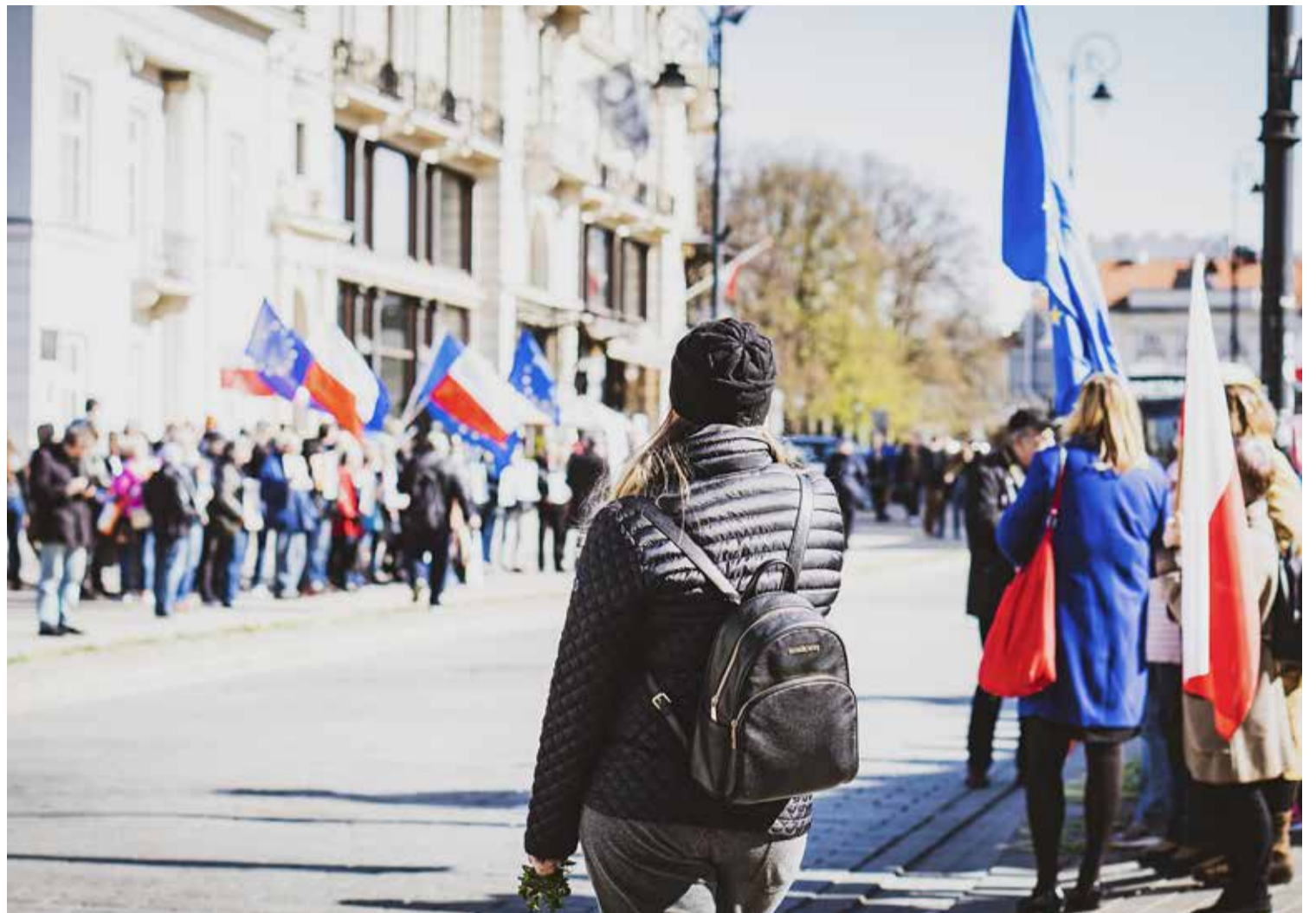
## Felieton

## Moim zdaniem

„Polska dla Polaków” to jedno z haseł, które „kibice” Rakowa Częstochowa wywiesili sobie na transparentach w czasie niedawnego meczu Ekstraklasy w naszym mieście. Raków przegrał, a kibice za ten ksenofobiczny oraz drugi - homofobiczny - transparent zostali ukarani zakazem stadionowym na dwa mecze wyjazdowe.

Trzeba przyznać, że kibicowski strzał był celny. Na tyle, że mógł osłabić w nogach piłkarzy częstochowskiej drużyny, która w większości składa się przecież z cudzoziemców. Z punktu widzenia sportowego interesu klubu, któremu się kibicuje był to więc klasyczny strzał w stopę. Groteskowy wybryk świadczący o tym, że grupa czująca się zapewne fanatycznymi rakowskimi, lokalnymi patriotami, będącymi na śmierć i życie ze swoją drużyną, jest z jakąkolwiek logiką działania oraz stadionowego przekazu na bakier.

Nie po raz pierwszy zresztą. Głębia rozumienia złożoności otaczającego nas świata - lokalnego i globalnego - w przypadku tej grupy fanów, na prawdę poraża. I przeraża. Niedawno domagali się m.in. uwolnienia Janusza Walusia, a gdyby zrealizować ich stadionowy postulat z niedawnego meczu z Piastem, Raków musiałby oddawać walkowerem kolejne mecze, zaś w całym kraju splajtowałoby wiele polskich firm i zakładów, zasilanych przez tych, którzy przyjechali do nas pracować zza granicy. I bez obecności których, czy tego „prawdziwi” Polacy sobie życzą czy też (raczej) nie, trudno sobie dziś wyobrazić funkcjonowanie naszej gospodarki. Biorąc pod uwagę demograficzny niż, pracowniczy deficyt, starzenie się polskiego społeczeństwa oraz niechęć niektórych „narodowych suwerenów” do podejmowania mniej intratnej lub w ogóle jakiegokolwiek pracy (skoro można żyć z „socjału”) – obcokrajowcy stają się



na polskim rynku pracy niezbędni. Oczywiście ci, którzy chcą tu uczciwie żyć i być częścią naszej społeczności. Potwierdzi to każdy szanujący się, racjonalny ekonomista, niezaslepiony internetowym hejtem czy stadionowymi hasłami „prawdziwych Polaków”.

Ksenofobia ma się jednak w Polsce w niektórych politycznych kręgach ciągle na tyle dobrze, że można - przy okazji obecnych powodziowych nieszczęść - próbować np. budować narrację o tym, jak to nam Czesi wodę złośliwie zrzucają, żeby zalać polskie miasta i wioski.

Mam mimo wszystko nadzieję, że nasze społeczeństwo w swojej większości dobrze rozumie powodziową sytuację, więc potrafi z empatią odnieść się do dramatycznie poszkodowanych przez żywioł ludzi, zarówno z jednej, jak i drugiej strony granicy.

Ten sposób myślenia o „innych” wpisuje się jednak w dość powszechne w naszym narodzie przekonanie, że gdyby nie „obcy”, którzy zawsze

nas krzywdzili lub nam coś zabierali - moglibyśmy być szczęśliwą i potężną krainą. Dużo szczęśliwszą i potężniejszą niż obecnie.

Jasne, sny o wielkości są piękne, a Polska na pewno w historii niejednokrotnie stała się ofiarą swojego geopolitycznego położenia. To oczywista prawda, ale z drugiej strony Polacy stali się wielokrotnie ofiarami swojego myślenia o byciu ofiarami, w tym ofiarami „obcych”, co wykorzystywała często narodowo-polityczna propaganda do siania bezrozumnej nienawiści wobec wszelkiego pochodzenia „innych”.

Pamięć o naszych narodowych, często niezawinionych klęskach nie może oznaczać, że w XXI wieku mamy uprawiać - wbrew logice - politykę obłożonej twierdzy, rozwijać narodowe mitologie, hodować historyczne traumy i zapędzać się ponownie w nacjonalizm, mylony często z patriotyzmem. To na dłuższą, ale i krótszą metę samobójczy kierunek, czego liczne dowody można znaleźć

zarówno w ojczywej historii, jak i wywieść z obecnej sytuacji politycznej, w tym rosyjskiej agresji na Ukrainę.

I jeżeli ma być kiedyś w szkołach jakieś wychowanie patriotyczne, to oprócz opowieści o naszych bohaterach i grobach, powinny tam się znaleźć lekcje o konieczności współpracy, zrozumienia i dialogu. Także z tymi „obcymi”, którzy chcą z nami współpracować (a nawet u nas pracować). Bo zamiast załamywać ręce nad przeszłymi polskimi nieszczęściami lub wieszczyć kolejne kataklizmy, których sprawcami będą rzekomo Niemcy, Czesi albo jacykolwiek imigranci, naprawdę lepiej razem działać. Choćby po to, żeby nas w Polsce, w przyszłości np. tak dramatycznie jak w 97 r., ale i teraz (mimo wielu przeciwpowodziowych inwestycji) – już nie zalewało. W przeciwnym razie na pewno nas coś zaleje. I obawiam się, że nie będzie to tylko niszczycielska woda.

Włodzimierz Tutaj

**Zakład Gospodarki Mieszkaniowej TBS Sp. z o.o.**  
w Częstochowie  
ul. POW 24  
tel. centrala: (34) 368-24-61  
FAX: (34) 365 12 90  
sekretariat@zgm-tbs.czest.pl  
www.zgm-tbs.czest.pl

**ODDZIAŁY EKSPLOATACJI:**

ul. Orlik-Rückemanna 35/37 ----- (34) 361 89 25  
ul. Wały Dwernickiego 101/105 ----- (34) 361 16 86  
Al. Niepodległości 27 ----- (34) 363 12 70  
ul. Nowowiejskiego 26 ----- (34) 368 26 90  
ul. Tuwima 6 ----- (34) 368 25 28  
ul. Łukasińskiego 26 ----- (34) 323 20 33