



Logowanie do eBOK

07/2026

www.zgm-tbs.czest.pl

informator

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

INFORMACJE • KOMUNIKATY • WIADOMOŚCI



UWAGA LOKATORZE!

Przed nami wakacje, a w związku z tym okres wysokich temperatur. Kominiarze w całej Polsce ostrzegają: w czasie upałów następuje niebezpieczne zjawisko cofania się sadzy lub dymu z komina.

więcej na stronie 2



Absolutorium za budżet 2025

Rada Miasta Częstochowy zdecydowała o udzieleniu Prezydentowi Miasta absolutorium dotyczącego wykonania budżetu za 2025 r. Zatwierdziła też sprawozdanie finansowe miasta za miniony rok.

więcej na stronie 4



Przed Parkiem Lisiniec finałowy etap metamorfozy

W centrum prac znajdą się tym razem akwenty Pacyfik i Bałtyk. Inwestycje obejmą łącznie 18 ha. Zieleni jeszcze przybędzie, a obok niej pojawią się nowe obiekty i elementy przestrzeni służące rekreacji.

więcej na stronie 6



Aktywni, średniacy i wycofani

Centrum Badania Opinii Społecznej opublikowało raport „Seniorzy 2.0”. Wynika z niego, że obraz seniorów jako jednolitej grupy społecznej, siedzącej w wyciągniętym swetrze przed telewizorem, odszedł w przeszłość.

więcej na stronie 10

Mamy 4. lokatę wśród miast na prawach powiatu



więcej na stronie 5

Bezpieczeństwo nad wodą – apelujemy o rozagę



więcej na stronie 8

Jak prawidłowo segregować odpady?



więcej na stronie 11

Polska biegła przez Park Staszica. I przełamywała bariery



więcej na stronie 11

ZGM TBS informuje

UWAGA LOKATORZE!

Przed nami wakacje, a w związku z tym okres wysokich temperatur. Kominiarze w całej Polsce ostrzegają: w czasie upałów następuje niebezpieczne zjawisko cofania się sadzy lub dymu z komina.

- Jest to związane z osłabieniem ciągu kominowego. Gdy na zewnątrz jest bardzo ciepło, temperatura przewodów kominowych jest wyższa niż w mieszkaniu, zatem powstają cięgi zwrotne w przewodach wentylacyjnych, spalinowych oraz dymowych – tłumaczy Mistrz Kominiarski Michał Ziemianin ze Spółdzielni Pracy Kominiarzy w Częstochowie.

W tym czasie warto zachować szczególną ostrożność.

*- Aby uniknąć cofania się spalin, **nie należy** robić przeciągów w mieszkaniach i podczas używania junkersów uchylić tylko jedno okno, a najlepiej używać piecyka gazowego rano lub wieczorem, gdy temperatura na zewnątrz nieco się obniży – zaleca Mistrz Kominiarski Michał Ziemianin ze Spółdzielni Pracy Kominiarzy w Częstochowie.*

Należy również regularnie serwisować swoje urządzenie gazowe, systematycznie czyścić i sprawdzać jego szczelność oraz wykonywać przeglądy techniczne przewodów kominowych.

W przypadku dłuższej nieobecności lepiej całkowicie wyłączyć urządzenie gazowe.

Na co dzień warto zainstalować czujnik czadu i dymu.

Pod żadnym pozorem nie powinno się zaklejać kratki wentylacyjnych - są one niezbędnym elementem prawidłowego funkcjonowania gazowego podgrzewacza wody.

W przypadku niepokojących objawów tj. zawrotów i bólu głowy należy natychmiast opuścić pomieszczenie, w którym znajduje się urządzenie gazowe i otworzyć okna, by dokładnie przewietrzyć mieszkanie.

PRZYSTOSOWANIE MIESZKANIA W CZASIE UPAŁÓW

- Utrzymuj temperaturę powietrza w pomieszczeniach do 32°C w dzień i do 24°C w nocy;
- Odsłaniaj i otwieraj okna w nocy i wcześniej rano, gdy na zewnątrz temperatura powietrza jest niższa;
- Zamykaj oraz zasłaniaj okna zasłonami lub żaluzjami,
- W miarę możliwości wyłączaj sztuczne oświetlenie i urządzenia elektryczne.



UWAGA MIESZKAŃCU

ZASOBÓW ZGM TBS!

Chcesz sprawdzić stan swoich opłat
bez wychodzenia z domu?



Mamy dla ciebie ofertę specjalną
Skorzystaj z Elektronicznego Biura Obsługi Klienta



Przez **eBOK** sprawdzisz aktualny stan opłat za lokal oraz je uregulujesz

Jak uzyskać identyfikator oraz hasło do **eBOK**?

Jeśli posiadasz profil zaufany, złóż wniosek o wydanie identyfikatora
i hasła przez stronę **www.epuap.gov.pl**
(pełna nazwa ZGM „TBS” w epuap to Zakład Gospodarki Mieszkaniowej
Towarzystwo Budownictwa Społecznego w Częstochowie
spółka z ograniczoną odpowiedzialnością)

Jeśli nie posiadasz profilu zaufanego, wypełnij wniosek o wydanie identyfikatora
i hasła we właściwym oddziale eksploatacji ZGM TBS

eBOK dostępny jest na stronie: **www.ebok.zgm-tbs.czyst.pl**

Regulowanie czynszu jeszcze nigdy nie było tak proste

Polecam!

Paweł Konieczny

PREZES ZARZĄDU ZGM „TBS” w CZĘSTOCHOWIE

Regulamin eBOK dostępny jest na stronie www.zgm-tbs.czyst.pl

Czym żyje miasto

Absolutorium za budżet 2025

Rada Miasta Częstochowy zdecydowała o udzieleniu Prezydentowi Miasta absolutorium dotyczącego wykonania budżetu za 2025 r. Zatwierdziła też sprawozdanie finansowe miasta za miniony rok.

W trakcie sesji 18 czerwca za absolutorium i przyjęciem sprawozdania zagłosowało 14 radnych, 10 było przeciw.

Przed głosowaniem nad sprawozdaniem i absolutorium z tytułu wykonania budżetu odbyła się debata nad „Raportem o stanie Miasta Częstochowy za 2025 r.”, poprzedzona wprowadzeniem ze strony pierwszego zastępcy - pełniącego obecnie obowiązki prezydenta Częstochowy - Zdzisława Wolskiego, a zakończona udzieleniem Prezydentowi Miasta wotum zaufania. Z kolei głosowanie nad absolutorium odbyło się po przedstawieniu najistotniejszych uwarunkowań i danych dotyczących realizacji budżetu miasta w 2025 r.

Absolutorium ma charakter finansowy i rozliczeniowy, a jego istotą jest ocena sposobu realizacji uchwały budżetowej przez organ wykonawczy jednostki samorządu terytorialnego. W świetle orzecznictwa regionalnych izb obrachunkowych oraz sądów administracyjnych, uchwała absolutorijna nie może opierać się na przesłankach pozabudżetowych ani stanowić instrumentu politycznej oceny działalności organu wykonawczego samorządu. Regionalna Izba Obrachunkowa wydała pozytywną opinię o przedłożonym sprawozdaniu z wykonania budżetu za 2025 rok.

„Raport o stanie miasta za rok 2025” stanowi podsumowanie najważniejszych informacji w zakresie sytuacji społeczno-gospodarczej miasta oraz działań i przedsięwzięć realizowanych przez Urząd Miasta, miejskie jednostki organizacyjne, instytucje kultury oraz współpracujące z miastem organizacje pozarządowe.

- Istotnymi osiągnięciami Częstochowy w 2025 r. było m.in.: utrzymanie poziomu usług publicznych mimo trudnej sytuacji finansowej, dalszy rozwój infrastruktury drogowej i społecznej, realizacja kolejnych inwestycji mieszkaniowych i edukacyjnych, a także zakupów inwestycyjnych poprawiających skuteczność służb kryzysowych i ratowniczych – mówił pierwszy zastępca prezydenta Zdzisław Wolski. – Miasto skutecznie pozyskiwało środki zewnętrzne, nastąpiła też poprawa bezpieczeństwa publicznego. Częstochowa konsekwentnie realizowała cele Strategii Rozwoju Miasta, umacniając swoją pozycję jako subregionalnego centrum usług, edukacji, zdrowia i gospodarki.

Wydatki budżetu miasta w 2025 r. wyniosły 2 mld 337 mln 482 tys. zł. W strukturze wydatków bieżących miasta Częstochowy, które wyniosły 2 mld 59 mln zł, tradycyjnie najwyższy udział

miała oświata i edukacyjna opieka wychowawcza (46,7%), a następnie pomoc społeczna, wsparcie rodziny z inne działania z zakresu polityki społecznej (15,3%), transport i łączność (8%), gospodarka komunalna i ochrona środowiska, (7,9%) zadania administracji publicznej (7,3%), gospodarka mieszkaniowa (3,7%), bezpieczeństwo publiczne i ochrona przeciwpożarowa (2,5%), kultura i ochrona dziedzictwa narodowego (2,4%), ochrona zdrowia (wydatki w zakresie programów zdrowotnych, zakupów sprzętu i pokrycia straty miejskiego szpitala - 1,6%) oraz kultura fizyczna (1%). Obsługa długu publicznego stanowiła 2,7% wydatków bieżących.

Budżet 2025 r. nadal był realizowany w obiektywnie trudnych, niezależnych od miasta uwarunkowaniach finansowych ukształtowanych m.in. nową ustawą o dochodach jednostek samorządu terytorialnego, która zmieniła strukturę miejskich dochodów. Pozytywne zwiększenie udziałów w podatku PIT nastąpiło jednak kosztem znacznego ograniczenia subwencji. Ustawa nie poprawiła też systemu finansowania zadań oświatowych. Rzeczywiste potrzeby są tu znacznie wyższe od określonych przez Ministerstwo. Prowadzi to do corocznego pogłębiania finansowej luki oświatowej. W celu realizacji zadań oświatowych w 2025 roku, w tym wypłacenia wynagrodzeń nauczycielom, pracownikom oświatowej administracji i obsługi, a także na pokrycie kosztów utrzymania szkół i przedszkoli miasto musiało z własnych środków wyasygnować kwotę ponad 254 mln zł.

W sumie tylko na przestrzeni ostatnich 7 lat Miasto przeznaczyło ponad 1 mld 113 mln zł, aby zabezpieczyć realizację zadań, których finansowanie powinno pochodzić z budżetu państwa. Tak duże niedofinansowanie zadań i inne obciążające budżet miasta obowiązki płatności od lat powodują konieczność oszczędności dotyczących potrzeb miejskich. Skutkiem jest także konieczność posilkowania się środkami zwrotnymi przy realizacji zaplanowanych i przygotowanych inwestycji, nawet w sytuacji uzyskania dofinansowania z bezzwrotnych środków zewnętrznych – unijnych lub krajowych (konieczność zapewnienia wkładów własnych).

Wskaźnik zadłużenia miasta pozostawał jednak na koniec 2025 r. na bezpiecznym poziomie 44,1% dochodów rocznych ogółem (średnioroczny wskaźnik zadłużenia miasta na przestrzeni lat 2003-2025 wynosi 40,8%). Wskaźnik zadłużenia Częstochowy jest podobny lub mniejszy od większości porównywalnych miast (np. Gdynia - 37,1%, Opole - 41,4%, Katowice - 41,5%, Toruń - 55%, Kielce - 59,5%, Radom - 60,6% czy Rzeszów - 61,7%). Trzeba dodać, że dla sytuacji finansowej Częstochowy na tle innych miast, w tym zapotrzebowa-



nia wydatkowego i możliwości inwestycyjnych, duże znaczenie ma specyfika usytuowania. Miasta będące w aglomeracjach, czy w specyficznym dla siebie położeniu geograficzno-administracyjnym, mogą mieć mniejsze obowiązki wydatkowe, w tym np. oświatowe czy komunikacyjne, a co za tym idzie – większe możliwości wykorzystania środków własnych na inwestycje.

W minionym roku Częstochowa realizowała 115 zadań inwestycyjnych, z czego udało się zakończyć 67. Łącznie wydatkowano na nie 279 mln 384 tys. zł. Do najwyższych kwotowo inwestycji i zakupów inwestycyjnych w 2025 r. należały:

- budowa połączenia komunikacyjnego ulicy 1 Maja – Krakowska,
- zakup autobusów elektrycznych wraz ze stacjami ładowania,
- realizacja programu budowy i przebudowy ulic oraz dróg lokalnych,
- II etap przebudowy i rozbudowy Centrum Piłki Nożnej (zaplecze stadionu Rakowa przy ulicy Limanowskiego),
- przebudowa ulicy św. Kingi,
- zakupy inwestycyjne z zakresu obrotu cywilnej,
- rozbudowa Żłobka Miejskiego REKSIO w Częstochowie przy Alei Armii Krajowej oraz utworzenie dodatkowych miejsc w Filii Żłobka przy ul. Sportowej,
- „Praktyczne kształcenie zawodowe szansą na lepszy start – poprawa jakości kształcenia w szkołach zawodowych”,
- „Branżowe Centrum Umiejętności dla elektroniki” (przy TZN),
- przebudowa kładki dla pieszych nad terenem PKP i ulicą Rejtana,
- likwidacja barier architektonicznych i remont w Bibliotece Publicznej (główna siedziba).

Miasto nabyło też pod koniec 2025 roku w drodze licytacji komorniczej teren „Elanexu” oraz zakupiło gruntów na potrzeby inwestycji w zagospodarowanie odpadów i osiągnięcia wyższych poziomu recyklingu. W fazie projektowej była w 2025 r. budowa węzła drogowego Alei

Wojska Polskiego DK-1 wraz z nowym przebiegiem DK-46.

W 2025 roku były realizowane przez miasto i jego jednostki 62 tzw. „miękkie” projekty dofinansowane środkami unijnymi, w tym przedsięwzięcia z takich dziedzin jak oświata, pomoc społeczna czy wsparcie rodziny.

Miasto z obecnych unijnych funduszy wspiera m.in. praktyczną edukację zawodową, proponuje podnoszenie kwalifikacji lub wyrównuje szanse edukacyjne, przeciwdziała wykluczeniu i pomaga osobom w kryzysie (wartość środków pozyskanych tylko w tym obszarze to ok. 51,5 mln zł).

W ramach Budżetu Obywatelskiego zrealizowano w ubiegłym roku 120 zadań zgłoszonych przez mieszkańców – ogólnomiejskich i dzielnicowych.

Na rzecz mieszkańców Częstochowy miasto zrealizowało w 2025 r. 15 programów zdrowotnych, z których skorzystało 18 tysięcy osób.

W sferze gospodarczej trzeba odnotować m.in. wzrost o ponad 400 na koniec 2025 r. – w porównaniu z końcem 2024 r. - liczby zarejestrowanych w Częstochowie firm prywatnych (do liczby 24 tys. 246).

Wysokość deklarowanych przez przedsiębiorców nakładów minimalnych na terenach Polskiej Strefy Inwestycji (w tym Katowickiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej w Częstochowie) to na koniec ubiegłego roku łącznie ok. 2,1 mld zł.

Niezwykle ważnym wydarzeniem dla całej częstochowskiej gospodarki było przejęcie pod koniec minionego roku przez resort obrony Huty Częstochowa i uznanie jej za jeden z kluczowych zakładów dla rozwoju polskiego przemysłu obronnego.

Stopa bezrobocia w Częstochowie na koniec 2025 r. była na poziomie 4,4%, czyli niskiej średniej w województwie śląskim, dużo niższej niż średnia krajowa (5,7%).

Fot. w galerii wybrane miejskie inwestycje i działania realizowane w 2025 (fot. Łukasz Kolewiński, Grzegorz Skowronek - UM).

Czym żyje miasto

Mamy 4. lokatę wśród miast na prawach powiatu

Chodzi o prowadzony przez Związek Powiatów Polskich (ZPP) ranking za poprzedni rok. Ekspert na bieżąco oceniają w nim samorządy na kilku polach funkcjonowania.

Ogólnopolski Ranking Powiatów i Miast na prawach powiatu prowadzony jest przez Związek Powiatów Polskich (ZPP). Zwycięzcy rankingu dostają tytuł „Dobry Polski Samorząd” za poprzedni rok w czterech kategoriach.

Ranking prowadzony jest od 23 lat w trybie online. Jest przedsięwzięciem całorocznym – eksperci ZPP przyglądają się na bieżąco poszczególnym samorządom w siedmiu obszarach funkcjonowania. Są to: rozwój i fundusze, polityka społeczna i zdrowotna, edukacja, kultura i sport, działania na rzecz mieszkańców, aktywność krajowa i międzynarodowa, działania ekoenergetyczne oraz promocja. Miejsce w rankingu zależy od wyników osiąganych przez dany samorząd na tych polach oraz zgłaszanych działań, projektów i inicjatyw. Rankingowi patronują media często piszące o kwestiach samorządowych – Dziennik Warto Wiedzieć, portal Prawo.pl, Wolters Kluwer Polska, Magazyn Gospodarczy Rynek Inwestycji oraz Serwisu Administracyjno-Samorządowy SAS.

Wśród miast na prawach powiatu Częstochowa zajęła za 2025 rok 4. lokatę – za Łodzią (1. miejsce i tytuł „Dobry Polski Samorząd 2025”), Jelenią Górą (2. miejsce) i Płockiem (3. miejsce). Wyprzedziliśmy takie ośrodki na prawach powiatu jak Nowy Sącz, Rybnik, Tarnów, Przemyśl, Grudziądz i Chorzów (kolejno od miejsca 5. do 10.)

W poprzedniej edycji – czyli za 2024 rok – Częstochowie udało się wskoczyć na podium, na 3. miejsce. Wtedy wyprzedziła nas Jelenia Góra, a także Rzeszów.

W gronie powiatów do 60 tys. mieszkańców zwy-



ciężył Powiat Drawski, wśród powiatów między 60 a 120 tys. mieszkańców – Powiat Raciborski, a wśród największych, powyżej 120 tys. mieszkańców – Powiat Cieszyński. Wszystkie te samorządy mogą legitymować się tytułem „Dobry Polski Samorząd 2025”.

Za najwyższy procentowo poziom realizacji ocenianych zadań tytuł „Super Powiat 2025” otrzymały Powiat Prudnicki, Powiat Raciborski, Powiat Piotrkowski, Powiat Kłodzki i Powiat Poznański, a tytuł „Super Miasto 2025” – Jelenia Góra.

Przekazanie nagród odbyło się 17 czerwca podczas Zgromadzenia Ogólnego Związku Powiatów Polskich w Karpaczu, którego Częstochowa nie jest wprawdzie członkiem, ale bierze udział w rankingu w kategorii miast na prawach powiatu. W imieniu częstochowskiego samorządu nagrodę odebrał dyrektor Urzędu Miasta Marek Czerwiński.

w galerii: panorama Częstochowy oraz statuetka dla Częstochowy (fot. Łukasz Kolewiński/UM)



Czym żyje miasto

Przed Parkiem Lisiniec finałowy etap metamorfozy

W centrum prac znajdują się tym razem akweny Pacyfik i Bałtyk. Inwestycje obejmą łącznie 18 ha. Zieleni jeszcze przybędzie, a obok niej pojawią się nowe obiekty i elementy przestrzeni służące rekreacji.

Miasto planuje finałowy, III etap rewitalizacji Parku Lisiniec. Dopełni on miejskie działania z poprzednich lat służące pełnemu wykorzystaniu tkwiących w tym obszarze możliwości. Podobnie jak w przypadku metamorfozy Promenady Niemena, dla Parku Lisiniec na zlecenie Miasta przez około rok powstawał Program Funkcjonalno-Użytkowy, opracowany tym razem przez projektantów ze Studia V13.

– III etap tej rewitalizacji odbędzie się w formule „zaprojektuj i zbuduj” – czyli jedna, wyłoniona w drodze przetargu firma będzie realizować to zadanie przez kolejne lata od projektu po wykonanie – zapowiada pierwszy zastępca prezydenta miasta Zdzisław Wolski. – *Docelowo w Parku powstanie m.in. „stanica wodna” z restauracją, nowy bulwar, scena letnia, stworzone zostaną lepsze warunki dla żeglarsstwa – wszystko dla mieszkańców Częstochowy, ale i okolicznych gmin.*

Powstanie zatem tzw. Strefa Rekreacji Pacyfik – pod tym hasłem kryje się jednak sposób na uatrakcyjnienie otoczenia dwóch parkowych akwenów: Pacyfiku i Bałtyku. Plany inwestycyjne dotyczą blisko 18 hektarów we wschodniej części parku. Powstanie ładnie komponująca się z krajobrazem „stanica wodna” – obiekt z zielonym, dostępnym dla gości Parku dachem, tarasami i strefą gastronomiczną z widokiem na Bałtyk. Zmieni się również otoczenie tego zbiornika. Obecne nabrzeże zastąpi nowoczesny bulwar spacerowy z miejscami do wypoczynku, pomostami, nową przestrzenią rekreacyjną tuż nad wodą. Z kolei południowa część nabrzeża Bałtyku pomieści brodzik dla dzieci i niewielką plażę.

Rozwinie się infrastruktura z myślą o plenerowych imprezach. Powstanie scena letnia z zapleczem technicznym – tak, aby bez szczególnych przygotowań dało się tam organizować koncerty, pikniki, wydarzenia sportowo-rekreacyjne (już dziś Lisiniec jest bowiem jednym z ulubionych miejsc ludzi biegających czy uprawiających nordic-walking). Gdy mowa o aktywnym wypoczynku – powiększy się istniejący tam od kilkunastu lat skatepark, a unowocześni plac zabaw dla dzieci.

Nad samym zbiornikiem Pacyfik powstanie infrastruktura dla sportów wodnych – magazyny sprzętu wodnego, żeglarskiego, pomosty i pochylanie umożliwiające wodowanie łodzi.

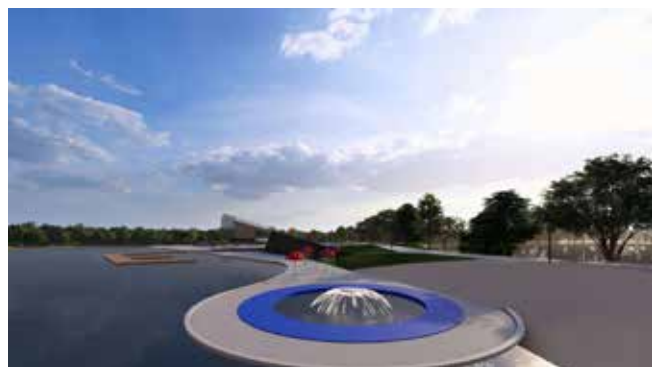
Przybędzie nowoczesnego oświetlenia i monitoringu. W zakresie układu komunikacyjnego wybudowane będą nowe ciągi piesze i rowerowe, a parkingi – przebudowane. Jak tłumaczy zastępca prezydenta Łukasz Kot: *Uporządkujemy kwestię wjazdu na Park Lisiniec od strony ul. św. Jadwigi – tam, gdzie dzisiaj spotykają się przejazd rowerowy, przejście dla pieszych i wjazd dla samochodów. Wjazd na parking będzie lekko przesunięty – tak, by nieco uspokoić tam ruch i by bezpieczniej mogli czuć się piesi i rowerzyści.*

Park przy tym wszystkim nie tylko zachowa, ale nawet wzmocni swoją podstawową funkcję – obszernego, zielonego kompleksu. Przewidziano bowiem nowe nasadzenia, odtworzenie rozległych terenów trawiastych, wykorzystanie zielonych dachów oraz rozwiązań retencjonujących deszczówkę (tzw. ogrody deszczowe).

Jak przewiduje naczelnik miejskiego Wydziału Inwestycji i Zamówień Publicznych Michał Konieczny, wszystkie te prace (wraz z projektem) udałoby się rozłożyć na 3-3,5 roku. Finansowanie pochodziłoby z budżetu Miasta – na dotacje zewnętrzne mają bowiem obecnie szanse raczej jedynie zadania z kategorii wzmocniania odporności na zmiany klimatu czy „rozszczelniania” twardych, miejskich powierzchni, a Park Lisiniec z racji swojej naturalnie „wodnej” i „zielonej” specyfiki nie wpisuje się w tego rodzaju wymogi. Gdyby przetarg na projekt budowlany w formule „zaprojektuj i zbuduj” udało się sprawnie rozstrzygnąć, pierwsze roboty mogłyby zacząć się w Parku jesienią 2027 roku. Chodzi o to, aby intensywne prace koncentrowały się możliwie poza letnim sezonem – czyli poza miesiącami, w których ludzie są spragnieni korzystania z wodnych i plażowych atrakcji Lisinca.

Do tej pory Miasto zainwestowało w przemianę Parku Lisiniec kilkanaście milionów zł. I etap (finał w roku 2019, koszt ok. 8,3 mln zł) objął budowę Strefy Wypoczynku Adriatyk – m.in. z pawilonem gastronomicznym, umocnieniem nabrzeża gabionami, plażą z piaskiem sprowadzonym z Łeby, pomostami, wieżą ratowniczą, ponad 100 nowymi drzewami. II etap (finał w roku 2024, koszt ok. 3,3 mln zł) skupiał się na ścieżkach pieszych i rowerowych – powstało ich w Parku blisko 3,3 km, razem z 100 latarniami LED, nową zielenią i odtworzonymi trawnikami. Jeszcze wcześniej, przed I etapem i częściowo dzięki Budżetowi Obywatelskiemu, w Parku Lisiniec poprawiono ścieżki spacerowe, zbudowano pomost, otworzono wypożyczalnię sprzętu pływającego, powstała strzeżona plaża przy Adriatyku, skate park i plac zabaw.

W galerii zdjęć obok: wizualizacje oraz zdjęcia z konferencji prasowej dotyczącej kolejnych planowanych zmian w obrębie Parku Lisiniec 17 czerwca 2026 – z udziałem I zastępcy prezydenta miasta Zdzisława Wolskiego, zastępcy prezydenta Łukasza Kota, projektanta Studia V13 Witolda Rudeckiego oraz naczelnika Wydziału Inwestycji i Zamówień Publicznych UM Michała Koniecznego (fot. Grzegorz Skowronek/UM).



Politechnika Częstochowska

Naukowiec z Politechniki Częstochowskiej współtwórcą innowacyjnego rozwiązania dla najmłodszych pacjentów

Dr hab. inż. Arkadiusz Szarek, prof. PCz (Wydział Inżynierii Mechanicznej Politechniki Częstochowskiej), we współpracy z prof. dr. hab. n. med. Dawidem Laryszem oraz dr n. med. Patrycją Larysz z Wojewódzkiego Specjalistycznego Szpitala Dziecięcego w Olsztynie, opracował nowatorski ekspander dystrykcyjny przeznaczony do leczenia przedwczesnego zrośnięcia się szwu czołowego u dzieci.

Przedwczesne zrośnięcie się szwów czaszkowych (kraniosynostoza) jest rzadką wadą wrodzoną, która może prowadzić do nieprawidłowego rozwoju czaszki oraz poważnych konsekwencji zdrowotnych. Leczenie wymaga specjalistycznych zabiegów chirurgicznych, których celem jest przywrócenie prawidłowego kształtu czaszki oraz stworzenie odpowiednich warunków dla rozwoju mózgu dziecka.

Opracowany przez naukowców i lekarzy ekspander stanowi innowacyjne rozwiązanie w skali światowej. Urządzenie umożliwia indywidualne dostosowanie siły działania oraz zakresu korekcji czaszki do potrzeb konkretnego pacjenta. Co szczególnie istotne, jest to pierwsze na świecie rozwiązanie pozwalające na regulację parametrów dystrykcji w trakcie leczenia, co znacząco zwiększa możliwości terapeutyczne i pozwala na bardziej

precyzyjne prowadzenie procesu leczenia.

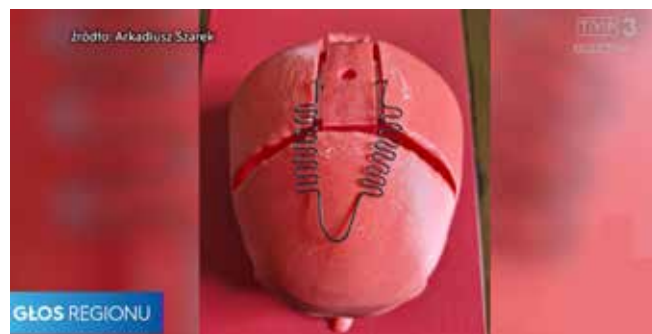
Nowy ekspander, określany również jako specjalistyczna sprężyna stosowana podczas operacji nieprawidłowych zrostów szwów czaszkowych, może przyczynić się do skrócenia czasu zabiegu, zwiększenia jego bezpieczeństwa oraz poprawy skuteczności terapii najmłodszych pacjentów.

Wynalazek został już objęty ochroną patentową zarówno w Polsce, jak i na terenie Europy, co potwierdza jego innowacyjny charakter oraz potencjał wdrożeniowy. Jego autorzy podkreślają również, że jest to pierwsze na świecie rozwiązanie umożliwiające regulację parametrów dystrykcji w trakcie leczenia. Obecnie toczą się rozmowy z inwestorami odnośnie komercjalizacji i wdrożenia technologii do praktyki klinicznej.

Sukces ten stanowi kolejny przykład efektywnej współpracy nauki i medycyny oraz pokazuje, jak badania prowadzone przez naukowców Politechniki Częstochowskiej mogą przyczyniać się do tworzenia nowoczesnych technologii służących ochronie zdrowia i poprawie jakości życia pacjentów.

Więcej informacji na temat projektu można znaleźć w materiale TVP Olsztyn: <https://olsztyn.tvp.pl/93819534/wynalazek-z-wyroznieniem-trwajacych-rozmowy-z-inwestorami>

materiał: Politechnika Częstochowska



**ZAKŁAD
GOSPODARKI
MIESZKANIOWEJ TBS**
w Częstochowie sp. z o.o.

ZGM TBS - najlepszy wybór dla wspólnot mieszkaniowych

Policja

Bezpieczeństwo nad wodą – apelujemy o rozwagę

Trwają wakacje. Wielu mieszkańców regionu wybiera wypoczynek nad wodą – nad jeziorami, rzekami czy na basenach otwartych. To doskonała forma relaksu, ale tylko pod warunkiem, że będzie połączona z rozsądkiem i przestrzeganiem zasad bezpieczeństwa. Przypominamy: woda to żywioł – nie wybaczaj błędów i lekkomyślności.

Częstochowscy policjanci podejmują liczne działania edukacyjne i prewencyjne, mające na celu ograniczenie liczby utonięć i wypadków nad wodą. Niestety, mimo wielu apeli, co roku odnotowujemy tragiczne zdarzenia, którym można było zapobiec.

Dlatego apelujemy o zachowanie szczególnej ostrożności i przypominamy podstawowe zasady bezpiecznego wypoczynku nad wodą:

Kąp się tylko w miejscach do tego przeznaczonych

- Wybieraj strzeżone kąpieliska z ratownikami WOPR.
- Unikaj tzw. „dzikich plaż” – nie masz tam pewności co do głębokości, dna ani czystości wody.
- Zwracaj uwagę na znaki informacyjne, zakazy kąpielii i flagi ostrzegawcze (biała flaga – kąpiel dozwolona, czerwona – zakaz wchodzenia do wody).

Zero alkoholu nad wodą!

- Alkohol obniża sprawność fizyczną i osłabia ocenę sytuacji – jest najczęstszą przyczyną utonięć wśród dorosłych.
- Nawet jedno piwo może sprawić, że kąpiel skończy się tragicznie.
- Pamiętaj: wypoczynek nad wodą i alkohol to śmiertelnie niebezpieczne połączenie.

Dzieci i zwierzęta tylko pod opieką dorosłych

- Nie spuszczaaj dzieci z oczu – wystarczy chwila nieuwagi, by doszło do tragedii.
- Dzieci powinny korzystać z kapoków lub specjalnych rękawków, ale to nie zastąpi czujności dorosłego!
- Zwierzęta także mogą utonąć – miej na nie oko i nie pozwalaj im wchodzić do głębokiej wody.

Uważaj na słońce i odwodnienie

- Chroń siebie i bliskich przed przegrzaniem – używaj nakrycia głowy, kremów z filtrem UV, unikaj pełnego słońca w godzinach 11–15.

- Regularnie nawadniaj organizm – pij wodę, nie napoje słodzone i alkohol.
- Dzieci i osoby starsze są szczególnie narażone na udar cieplny.

Zadbaj o swoje bezpieczeństwo i przygotowanie

- Pływaj tylko wtedy, gdy dobrze się czujesz – unikaj kąpielii po obfitym posiłku, dużym wysiłku lub przy złym samopoczuciu.
- Nie skacz do wody „na główkę”, szczególnie w nieznanach miejscach – możesz doznać poważnego urazu kręgosłupa.
- Korzystając ze sprzętu wodnego (kajaki, rowery, łodzie), zawsze zakładaj kamizelkę.

Jeśli jesteś świadkiem niebezpiecznej sytuacji – dzwoń pod numer 112

Bądź wzorem dla innych

- Dawaj dobry przykład dzieciom i młodzieży.
- Reaguj, gdy widzisz zagrożenie – zwróć uwagę osobie, która zachowuje się ryzykownie.
- Nie bój się poprosić ratownika lub policjanta o interwencję.

Pamiętajmy: bezpieczeństwo nad wodą zależy przede wszystkim od nas samych. Każda decyzja ma znaczenie – może uratować życie.

źródło: KMP w Częstochowie



Policja

Nie zatrzymał się do kontroli drogowej. Teraz odpowie nie tylko za ryzykowną ucieczkę

Częstochowscy policjanci z drogówki postanowili zatrzymać do kontroli drogowej kierującego Hondą, który popełnił wykroczenie drogowe. Mężczyzna jednak zignorował polecenia policjantów i podjął ucieczkę, podczas której wielokrotnie stwarzał poważne zagrożenia dla innych uczestników ruchu. Teraz odpowie za swoje karygodne zachowanie.

Policjanci z częstochowskiej drogówki postanowili zatrzymać kierującego Hondą, który w rejonie alei Wojska Polskiego w Częstochowie poruszał się z nadmierną prędkością. Kierujący Hondą nie zareagował na sygnały wydane przez mundurowych, gwałtownie przyspieszył i podjął ucieczkę. Policjanci ruszyli za nim w pościg.

Podczas ucieczki mężczyzna popełniał liczne wykroczenia drogowe. Wykonując ryzykowne manewry, stwarzał realne zagrożenie dla innych uczestników ruchu drogowego. Wielokrotnie i zna-

cząco (nawet o 75 km/h) przekraczał dopuszczalną prędkość i swoim zachowaniem powodował realne zagrożenie bezpieczeństwa dla pieszych oraz innych uczestników ruchu drogowego.

Po kilku kilometrach ucieczki, najechał na kraężnik i zatrzymał się. Mężczyzna został obywatelniony przez policjantów i zatrzymany.

Policyjna kontrola wykazała, że 44-letniego mieszkańca Częstochowy obowiązują 3 sądowe zakazy prowadzenia wszelkich pojazdów w tym jeden dożywotni. Mężczyzna został zatrzymany i trafił do policyjnej celi.

Zebrany w tej sprawie materiał dowodowy pozwolił przedstawić mu zarzuty. Decyzją prokuratora został objęty policyjnym dozorem.

Przypominamy, że niezatrzymanie się do kontroli i ucieczka przed Policją to przestępstwo, za które grozi kara nawet do 5 lat więzienia. Ucieczka przed policyjnym patrole to jednak nie tylko po-



ważne konsekwencje prawne, finansowe i społeczne. Agresywne zachowania uciekinierów często prowadzą bowiem do zdarzeń drogowych, gdzie na szali leży zdrowie, a nawet życie innych uczestników ruchu drogowego.

źródło: KMP w Częstochowie

Bądź eko

Akumulatory litowo-jonowe w codziennym użytkowaniu – co warto wiedzieć

Akumulatory litowo-jonowe są dziś powszechnie stosowanym źródłem zasilania w urządzeniach codziennego użytku. Zasilają telefony komórkowe, laptopy, elektronarzędzia, hulajnogi i rowery elektryczne, a coraz częściej także domowe magazyny energii. Dzięki nim urządzenia są lżejsze, wydajniejsze i mogą pracować dłużej bez podłączania do sieci. Warto jednak wiedzieć, że sposób ich użytkowania ma realny wpływ zarówno na bezpieczeństwo, jak i na trwałość samych akumulatorów.

Mały akumulator, dużo energii

Cechą charakterystyczną akumulatorów litowo-jonowych jest bardzo wysoka gęstość energii. W praktyce oznacza to, że w niewielkiej objętości potrafią zgromadzić znacznie więcej energii niż starsze typy baterii. Wynika to z właściwości litu – jednego z najlżejszych metali – oraz z odwracalnych procesów elektrochemicznych zachodzących wewnątrz ogniwa. Ciekawostką jest fakt, że akumulatory litowo-jonowe nie mają tzw. efektu pamięci. Można je doładowywać w dowolnym momencie, bez konieczności wcześniejszego całkowitego rozładowania. To duże ułatwienie w codziennym użytkowaniu, szczególnie w przypadku telefonów czy laptopów.

Choć akumulatory litowo-jonowe są technologicznie zaawansowane, nie lubią skrajnych warunków pracy. Długotrwałe utrzymywanie bardzo wysokiego poziomu naładowania lub całkowite rozładowywanie przyspiesza proces ich starzenia. Z tego względu coraz częściej zaleca się, aby na co dzień korzystać z zakresu około 20–80% pojemności. W praktyce oznacza to, że akumulator, który nie jest stale „doładowywany do pełna”, może zachować dobrą kondycję nawet przez kilka dodatkowych lat. Wiele nowoczesnych urządzeń posiada funkcje automatycznie ograniczające maksymalny poziom naładowania właśnie z myślą o wydłużeniu żywotności baterii.

Temperatura – cichy wróg akumulatorów

Akumulatory litowo-jonowe są wrażliwe na temperaturę. Ciepło przyspiesza niekorzystne reakcje chemiczne wewnątrz ogniwa, co prowadzi do stopniowej utraty pojemności. Z kolei niskie temperatury powodują chwilowy spadek dostępnej energii – dlatego zimą baterie w telefonach czy hulajnogach elektrycznych rozładują się szybciej. Warto wiedzieć, że większość urządzeń wyposażona jest w elektroniczne systemy zarządzania baterią, które monitorują temperaturę i w razie potrzeby ograniczają prędkość ładowania lub moc urządzenia, chroniąc akumulator przed uszkodzeniem.

Bezpieczeństwo w codziennym użytkowaniu

W normalnych warunkach akumulatory litowo-jonowe są bezpieczne. Zagrożenia pojawiają się głównie w przypadku uszkodzeń mechanicznych, przegrzewania lub stosowania nieodpowiednich ładowarek. W skrajnych sytuacjach może dojść do tzw. ucieczki termicznej, czyli gwałtownego wzrostu temperatury prowadzącego do zapłonu lub wybuchu ogniwa. Dlatego w codziennym użytkowaniu warto pamiętać o kilku prostych zasadach:

- urządzenia należy ładować na stabilnych, najlepiej niepalnych powierzchniach,
- nie należy ładować ich na materiałach palnych (np. kocach, poduszkach, materacach),
- podczas ładowania nie powinno się przykrywać urządzeń, nie należy używać akumulatorów widocznie uszkodzonych lub zdeformowanych.

Wpływ na środowisko

Akumulatory litowo-jonowe odgrywają istotną rolę w transformacji energetycznej i rozwoju elektromobilności. Jednocześnie stanowią wyzwanie środowiskowe, ponieważ zawierają cenne, ale ograniczone zasoby surowców, takich jak lit, nikiel czy kobalt. Z tego powodu zużytych akumulatorów nie wolno wyrzucać do odpadów zmieszanych. Oddanie baterii do punktu zbiórki lub recyklingu pozwala odzyskać część surowców i ograniczyć ilość odpadów niebezpiecznych. To prosty gest, który realnie zmniejsza obciążenie środowiska naturalnego.

Wnioski

Akumulatory litowo-jonowe są dziś nieodłącznym elementem nowoczesnego stylu życia. Choć na co dzień rzadko zwracamy na nie uwagę, warto znać podstawowe zasady ich użytkowania. Odpowiednie ładowanie, unikanie skrajnych temperatur i właściwa utylizacja przekładają się na większe bezpieczeństwo, dłuższą żywotność urządzeń oraz mniejsze oddziaływanie na środowisko. Świadome korzystanie z akumulatorów litowo-jonowych to połączenie wygody, bezpieczeństwa i odpowiedzialności środowiskowej. Stosowanie się do podstawowych zasad ich użytkowania przynosi korzyści zarówno użytkownikom, jak i otoczeniu, w którym funkcjonujemy na co dzień.

Opracował:

mgr inż. Paweł Liszaj

Wydział Infrastruktury i Środowiska
Politechnika Częstochowska

Fotografia 1. Różne typy akumulatorów litowo-jonowych, stosowanych w urządzeniach codziennego użytku – od elektroniki przenośnej po większe pakiety energetyczne. Zróżnicowane kształty i rozmiary wynikają z odmiennych zastosowań oraz wymaganych parametrów pracy. Źródło: opracowanie własne.



Fotografia 2. Zdeformowane (spuchnięte) ogniwo litowo-jonowe, będące elementem laptopa. Tego typu uszkodzenie polega na pęcznieniu obudowy ogniwa, które jest efektem gromadzenia się gazów powstających w wyniku niepożądanych reakcji chemicznych zachodzących wewnątrz akumulatora. Do takich reakcji może dochodzić m.in. na skutek starzenia się baterii, przegrzewania, wielokrotnego przeładowywania lub uszkodzeń mechanicznych. Spuchnięte ogniwo traci swoje właściwości użytkowe i stanowi potencjalne zagrożenie – może prowadzić do dalszego uszkodzenia urządzenia, a w skrajnych przypadkach do przegrzania, zapłonu lub wybuchu akumulatora. Źródło: opracowanie własne.



Fotografia 3. Pakiet akumulatorów litowo-jonowych zbudowany z wielu cylindrycznych ogniw, połączonych niklowymi taśmami przewodzącymi. Tego typu konstrukcje są stosowane m.in. w rowerach elektrycznych, hulajnogach oraz innych urządzeniach o większym zapotrzebowaniu na energię. Źródło: opracowanie własne.

Fundacja Chrześcijańska „Adullam”

Aktywni, średniacy i wycofani

Centrum Badania Opinii Społecznej opublikowało raport „Seniorzy 2.0”. Wynika z niego, że obraz seniorów jako jednolitej grupy społecznej, siedzącej w wyciągniętym swetrze przed telewizorem, odszedł w przeszłość.

Danych do dokumentu dostarczyło badanie: CBOS pytał osoby w wieku 60+ o zdrowie, spędzanie czasu, podejmowane aktywności. Odpowiedzi ujawniły głębokie nierówności, przede wszystkim społeczne.

Polacy się starzeją w piorunującym tempie, pisaliśmy tu o tym nie raz i nie dwa. Zjawisko jest obserwowane od dwóch dekad: w 2005 r. mieliśmy w narodzie 17,2 proc. 60-latków i osób starszych, w 2024 – 26,6 proc., a prognozy zapowiadają, że w 2060 r. udział ten wyniesie 38,3 proc.

Nie jest to jednolita grupa, a widoczne w niej coraz bardziej różnice wcale nie zacierają się z wiekiem. Zależą właśnie od niego, a także od stanu zdrowia, pieniędzy, kompetencji i relacji międzyludzkich.

Nawet tzw. singularyzacja, czyli życie w pojedynkę, łączy seniorów tylko pozornie. Fakt, osoby po 60. roku życia generalnie częściej mieszkają samotnie niż te mające 18–59 lat (stosunek jest tu jak 23 proc. do 9 proc.). Ale zjawisko najsilniej dotyka ludzi po osiemdziesiątce: co trzeci prowadzi gospodarstwo domowe w pojedynkę.

W czym jesteś aktywny, seniorze?

CBOS przedstawił badanym listę 27 różnych form aktywności, pytając, czy i jak często je podejmują. Na tej podstawie wyłoniły się trzy duże grupy różne od siebie.

- Pierwsza, najbardziej liczna (48 proc. badanych) - wszechstronnie aktywni. Nie odpowiadają stereotypowemu wizerunkowi emeryta, zamkniętego w czterech ścianach bez jakiegokolwiek zajęcia. Są aktywni w niemal wszystkich obszarach wyliczonych przez CBOS - korzystają z technologii cyfrowych, zwiedzają kraj, jeżdżą za granicę, dokształcają się, czytają książki i prasę, chodzą do te-

atru, kina, opery lub na koncerty, regularnie uprawiają sport.

Charakterystyczne dla nich jest zaangażowanie w sprawy społeczne, a nie tylko przyjemne spędzanie wolnego czasu. Biorą udział w działaniach na rzecz innych i na rzecz społeczności.

Są najmłodszy wśród seniorów, mają od 60 do 74 lat, najlepiej wykształceni, w najlepszej sytuacji materialnej i zdrowotnej. Mieszkają w dużych miastach. Często wciąż pracują zawodowo.

- Grupa druga – tradycyjna. To 34 proc. badanych. Nie są aż tak ruchliwi, jak osoby opisane wcześniej, ale też dalecy od zamknięcia się w domu. Wychodzą z niego, by spotkać rodzinę i znajomych, pójść do kościoła (systematycznie biorą udział w praktykach religijnych), popracować na działce czy w ogródku. Chętnie siedzą przed telewizorem, ale to dotyczy wszystkich seniorów w niemal identycznym stopniu (ok. 95 proc. w każdej grupie), jednak nie jest to dla nich jedyna forma rozrywki.

Jeśli chodzi o ich wykształcenie, sytuację materialną, stan zdrowia i aktywność zawodową, należą do „średniaków”. Często są mieszkańcami wsi, co w pewien sposób wyjaśnia ich domatorstwo i zaangażowanie raczej w codzienne, domowe obowiązki.

- Grupa trzecia – wycofani, 18 proc. badanych. Z poprzednikami łączy ich tylko upodobanie do telewizji, ewentualnie czynny udział w praktykach religijnych. Wszystkie inne formy aktywności podejmują sporadycznie, nawet kontakty z innymi ludźmi. Imprezy kulturalne zalicza ledwie 1 proc. z nich, podróże po kraju – 4 proc. Doksztalcanie się, uprawianie hobby, rozwijanie zainteresowań czy praca zarobkowa praktycznie w ogóle ich nie dotyczą.

Powyższe można po części tłumaczyć wiekiem: w grupie wycofanych co trzeci ma 80 lat lub przekroczył ten wiek. Za tym idzie zły stan zdrowia. Jest tu też najwięcej kobiet, osób z niskim wykształceniem i w gorszej sytuacji finansowej.

Wszystkie te czynniki powodują, że właśnie to grono seniorów jest najbardziej narażone na wy-

kluczenie społeczne.

Nowoczesne starzenie się - nie dla każdego

Raport „Seniorzy 2.0” ujawnia szereg zmian pokoleniowych. Doszło do nich na przestrzeni ostatniej dekady. Dzisiaj osoby 60+ częściej korzystają z komputera i internetu, wyjeżdżają, biorą udział w wydarzeniach kulturalnych, uczą się, uprawiają sport i angażują społecznie. To rezultat m.in. faktu, że młodszych członków pokolenia objęło zjawisko upowszechniania się nowoczesnych technologii i że są w niezłej sytuacji materialnej. Oczywiście nie wszyscy. Nowoczesne starzenie się nie dotyczy każdego, seniorzy nie są grupą jednolitą. Wiek nie tylko nie niweluje różnic między nimi, ale je pogłębia. Aktywność okazuje się nie tylko stanem umysłu, lecz także – a nawet przede wszystkim – rezultatem połączenia stanu materialnego, zdrowia, kompetencji i relacji społecznych. Wniosek z raportu – działania systemu powinny się koncentrować nie na wspieraniu seniorów już aktywnych, lecz tych najstarszych, najsłabszych i najrzadziej zauważanych.

Jak jest w Adullam

Staramy się aktywizować seniorów, choć i u nas widać opisane wcześniej rozwarstwienie. Mamy Mistrzów Życia z klubu dla osób samodzielnych, korzystających z życia. Gimnastykują się pod okiem osobistego trenera, grają w szachy, uczą się angielskiego i hiszpańskiego, chodzą na koncerty, dyskutują o literaturze. Druga grupa, starsza, a więc mniej zaangażowana, to mieszkańcy Dziennego Domu Pomocy „Pomocna dłoń”. Tu już jest spokojniej: owszem, można czasem wyjść na koncert, spacer, a nawet pojechać na wycieczkę, ale na ogół spędza się czas spokojniej, przy herbatce, ploteczkach, wspólnym śpiewaniu. Spokojniejsza jest też gimnastyka, a najpoważniejsza aktywność to rzutki do tarczy. Tylko rozgrywki szachowe są równie zawzięte jak w grupie pierwszej.

Joanna Skiba



Seniorzy z Adullam na wycieczce do egzotarium w Sosnowcu
Fot. Małgorzata Grudzińska

Jak poprawnie segregować odpady?

Odpady ZMIESZANE

WRZUCAMY:

- Gąbki, szmatki
- Produkty higieniczne (pieluchy, bandaże, wata itp.)
- Mięso, ryby, nabiał, ser, jaja, resztki jedzenia
- Niedopałki papierosów
- Odchody zwierząt, żwirek, włosy, sierść
- Zużyte ręczniki, chusteczki higieniczne
- Lakier do paznokci, maszynki do golenia
- Porcelana, zbite naczynia, szklanki, kieliszki
- Paragony ze sklepu, zatłuszczony papier
- Zabawki
- Zdjęcia oraz zdjęcia rentgenowskie
- Olej do smażenia, plastikowe opakowania po tłuszczu
- Ciasta, desery, torty, cukier, czekolada, guma do żucia
- Woreczki po ugotowanym ryżu oraz kaszy



Odpady BIODEGRADOWALNE

WRZUCAMY:

- Odpadki warzywne i owocowe, w tym obierki, skórki i ogryzki
- Skoszoną trawę, liście, kwiaty, trociny i korę drzew
- Resztki jedzenia w tym makaron, kasza, ryż (bez sosu i mięsa)
- Tofu, grzyby, części roślin, zepsute przetwory
- Fusy z kawy i herbaty, filtry do kawy
- Skorupki jajek, słoma, siano, warzywa, owoce



Odpady PAPIER

WRZUCAMY:

- Opakowania z papieru, karton, tekturę
- Katalogi, ulotki, prospekty, gazety i czasopisma
- Książki (bez okładek), papier szkolny i biurowy, zeszyty
- Papier pakowy, torby i worki papierowe
- Karton, pudełka po pizzy - pudełka nie mogą być zatłuszczone
- Kartony po jajkach
- Rurki po papierze toaletowym i ręcznikach



Odpady METALE I TWORZYWA SZTUCZNE

WRZUCAMY:

- Odkręcone i zgniecione butelki plastikowe
- Plastikowe opakowania po jedzeniu
- Opakowania wielomateriałowe (np. kartony po mleku i sokach)
- Opakowania po środkach czystości i kosmetykach
- Plastikowe torby, worki, reklamówki, inne folie
- Aluminiowe puszki po napojach, konserwach
- Folię aluminiową, opakowaniową, etykiety
- Metale kolorowe, garnki, blachy do pieczenia
- Nakrętki plastikowe i metalowe, wieczka
- Puste kapsułki po kawie, tubki po paście do zębów
- Produkty z biodegradowalnego plastiku
- Opakowania po musach i jogurtach
- Styropian opakowaniowy i produkty z gumy



Odpady SZKŁO

WRZUCAMY:

- butelki po napojach
- butelki po żywności
- opróżnione słoiki bez nakrętek
- szklane opakowania po kosmetykach
- butelki po perfumach
- szklane opakowanie po dezodorancie w kulce



Czym żyje miasto

Polska biegła przez Park Staszica. I przełamywała bariery

Ok. 150 osób z niepełnosprawnością wzięło udział w XVII edycji imprezy sportowo-integracyjnej lokalnego koła Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Inteluktualną.

„Polska Biega” jest ogólnopolską akcją promującą zdrowy styl życia i aktywność ruchową. Włącza się w nią Polskie Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Inteluktualną (PSONI) Koło w Częstochowie, nadając jej dodatkowy wymiar – tworząc przestrzeń, w której osoby z niepełnosprawnością intelektualną mogą aktywnie uczestniczyć w sportowej rywalizacji.

Zanim sama impreza odbyła się 18 czerwca w Parku Staszica, częstochowskie PSONI przygotowało jej uczestniczki i uczestników do startu. Osoby z niepełnosprawnością intelektualną brały udział w warsztatach sportowych prowadzonych przez wykwalifikowanych instruktorów w Częstochowskim Centrum dla Osób z Niepełnosprawnością Inteluktualną przy ul. Focha 71a.

W tegorocznej akcji biegowej udział wzięli przedstawiciele 11 szkół, placówek i organizacji z Częstochowy działających na rzecz osób z niepełnosprawnością intelektualną. Uczestnicy rywalizowali w konkurencjach dostosowanych do swoich



możliwości – biegu osób sprawnych (dwa okrążenia wokół altany), biegu osób mniej sprawnych (jedno okrążenie), biegu na wózkach oraz marszu nordic walking wokół parku.

W każdej z konkurencji przyznano medale i dyplomy za pierwsze trzy miejsca. Wszyscy natomiast otrzymali pamiątkowe dyplomy za udział. Na zawodników czekał słodki poczęstunek, napoje oraz ciepły posiłek.

Wydarzenie swoją obecnością wsparli przedstawiciele Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej oraz Urzędu Miasta.

„Polska Biega” to jeden z ważnych elementów działań częstochowskiego PSONI na rzecz aktywizacji oraz integracji osób z niepełnosprawnością intelektualną. Impreza nie tylko promuje zdrowy styl życia i aktywność ruchową, ale przede wszystkim stwarza przestrzeń do budowania rela-



cji społecznych, wzmacniania samodzielności oraz przełamywania stereotypów dotyczących niepełnosprawności.

PSONI Koło w Częstochowie realizuje misję wspierania osób z niepełnosprawnością intelektualną i ich rodzin, tworząc warunki do ich pełnego uczestnictwa w życiu społecznym, edukacyjnym, zawodowym i kulturalnym. Ważnym elementem tych działań jest także promowanie aktywności fizycznej i sportu. Tematyka ta była obecna również podczas organizowanego przez PSONI Dnia Godności Osób z Niepełnosprawnością Inteluktualną – pod hasłem „Godność na Medal”.

Na bazie informacji PSONI
w galerii zdjęć obok:

biegowa impreza zorganizowana przez PSONI
w Parku Staszica 18 czerwca 2026

(fot. udostępnione przez PSONI Koło w Częstochowie)

Felieton

Moim zdaniem

Znamy klasyczne polskie dywagacje o wyższości świąt Bożego Narodzenia nad świętami Wielkiej Nocy. Z okazji piłkarskich MŚ w domach kibiców zastąpiły je ostatnio rozważania o domniemanej wyższości Mundialu bez Polaków nad tym, w którym biało-czerwoni grają. Zasadne, jeżeli ta gra byłaby na znaną z kilku ostatnich imprez mistrzowskich fałszywą nutę, czyli „bez serc, bez ducha” i... bez sensu. Z drugiej strony niemało jest też zwolenników teorii, że każda beznadziejna seria musi się kiedyś skończyć i skoro tak dobrze idzie piłkarskim „matuzalemom”, jak Messi czy Ronaldo, to może imprezę życia zagrałby też wreszcie nieco młodszy od nich „Lewy” przy wsparciu kolegów? Tego się już nie dowiemy, bo w finale baraży ze Szwecją pod koniec marca biało-czerwonym zabrakło skuteczności i szczęścia. Styl porażki eliminującej nas z finałów mistrzostw był tym razem całkiem przyzwoity: ofensywny i optycznie strawny dla nie bardzo rozpieszczonego poziomem reprezentacyjnej piłki polskiego kibica.

Jak byłoby jednak na Mundialu trudno przewidzieć, bo mental tej drużynie z reguły siadał, gdy trzeba było pokazać to, co ma się najlepszego. Na impre-

zę docelową Polska nie „dowozila” zazwyczaj nawet przyzwoitej niekiedy formy z eliminacji. I była w tym jakaś dziwna i niezrozumiała konsekwencja.

Mogłoby się więc zakończyć jak na tych MŚ, w których braliśmy udział od 2002 r., wyglądając równie bezbarwnie jak np. na obecnej imprezie Czesi.

Może więc takie bezstresowe dla polskich kibiców mistrzostwa, które można śledzić bez wielkich narodowych nadziei, naprężeń a później potencjalnych traum, po prostu się nam należały? Można kibicować dzięki temu m.in. dzielnie walczącej drużynie z Wysp Zielonego Przylądka oraz robić zakłady czy rozpoczynający 40. rok życia Lionel Messi zdobędzie na tym Mundialu koronę króla strzelców czy też dopadną go znacznie młodsze piłkarskie wilki, jak Mbappé czy Haaland.

Cieszymy się więc światowym futbolem, a może do kolejnych poważnych wyzwań naszą piłkarską reprezentację uda się lepiej posklejać, żeby i wstydu nie było, i wynik jaki taki udało się osiągnąć.

Prawdę powiedziawszy – większe zgranie przydałoby się osiągnąć całemu naszemu zacnemu krajowi, bo jeżeli narodowa drużyna symbolizuje i odzwierciedla to, co się dzieje w polskim społeczeństwie, to

o zgodność celów, „team spirit” i boiskową harmonię byłoby obecnie cholernie trudno. Jest tu sporo rowów, wojennych okopów i wilczych dołów do zasypania. Hejtu, dezinformacji i emocji – do skasowania. Rozumu i logicznego myślenia – do odzyskania.

Mówiąc nieco górnolotnie: w kontekście globalnej i europejskiej niełatwej sytuacji geopolitycznej czekają nas nie lada wyzwania. Dlatego ważna jest świadomość wspólnego interesu publicznego (państwa i narodu), a także potrzeby budowania naszej pozycji międzynarodowej, opartej na partnerskiej współpracy z innymi demokracjami, a nie autokracjami. Mimo dzielących nas wewnętrznie różnic ideologicznych i politycznych.

Trzeba pamiętać, że tak jak śpiewał zespół „No To Co” do słów Ludwika Jerzego Kerna:

Po zielonej trawie piłka goni albo my wygramy albo oni, albo będzie dobrze, albo będzie źle, piłka jest okrągła, a bramki są dwie...

No więc chodzi o to, aby tę piłkę rozgrywać, a nie być rozgrywanym. I strzelać do właściwej bramki...

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

