

# WIADOMOŚCI SPÓŁDZIELCZE

styczeń 2022 (330)

[www.chsm.com.pl](http://www.chsm.com.pl)



GAZETA BEZPŁATNA | ISSN 1233-0256

nakład: 7 500 egz.

## Dopłaty dla odbiorców energii w 2022 roku – dodatek osłonowy

Obciążenie budżetów domowych opłatami za nośniki energii, osiągnęło w ostatnim czasie dość wysoki pułap. Co więcej, informacje, które do nas wszystkich docierają ostatnio z kraju i ze świata, powodują, iż prawdopodobnie tendencja ta utrzyma się w najbliższych miesiącach, a może i latach. Dlatego każda inicjatywa mająca ograniczyć jej skutki jest cenna i warto zapoznać się z możliwościami, które choć trochę je rekompensują. Jedną z nich są dopłaty do prądu.

Pomoc najuboższym rodzinom nie jest niczym nowym i jak wiadomo przejawia się w różnych formach. Od wielu lat dotyczy to również zwrotu kosztów poniesionych za zużycie prądu. Przykładem może być wprowadzony

w 2014 roku bon energetyczny, który funkcjonował do roku 2021.

W 2022 roku został zastąpiony nowym świadczeniem - dodatkiem osłonowym, który ma pomóc osobom o niskich dochodach.

W ramach proponowanych regulacji na czas wypłaty dodatku osłonowego tj. na cały 2022 rok zawieszają się także wypłatę funkcjonującego wcześniej tzw. dodatku energetycznego, ponieważ dodatki osłonowe w szerszym zakresie i w sposób bardziej kompleksowy niż w ubiegłorocznym stanie prawnym wspomogą odbiorców.

Dodatek osłonowy to jeden z elementów tarczy antyinflacyjnej, który ma za zadanie finansowe wsparcie obywateli. Dodatkiem osłonowym

objętych będzie około 4 mln gospodarstw domowych w kraju.

Ustawa o dodatku osłonowym weszła w życie 4 stycznia br. Będzie on wypłacany w roku 2022 w dwóch ratach. Wysokość dodatku osłonowego zależy od dwóch czynników, po pierwsze od dochodu, po drugie od źródła ciepła.

Dodatek ten jest z założenia rekompensatą za rosnące ceny energii, gazu i żywności. Przysługuje on najuboższemu gospodarstwu domowemu, których przeciętne miesięczne dochody nie przekraczają:

- 2100 zł w gospodarstwie jednoosobowym,
- 1500 zł na osobę w gospodarstwie wieloosobowym.

**Dokończenie na str.17**



## Radość i wspólne świętowanie podczas „Wigilii dla Samotnych”

Choć Święta Bożego Narodzenia za nami, to przed nami ciągle są wspomnienia z niedawnej "Wigilii dla Samotnych", która odbyła się 23 grudnia 2021r.

**Dokończenie na str.20**

Zapraszamy do obserwowania fanpage'a Klubu ChSM "Pokolenie" na Facebooku oraz odwiedzenia strony [www.chsm.com.pl](http://www.chsm.com.pl)

W NUMERZE PLAN REMONTÓW NA ROK 2022 (STR. 4-9)

REKLAMA

**RESTAURACJA CASINO CLUB**  
Chorzów, ul. Śląska 1 (boczna Gwareckiej)  
tel. 32 247 70 54 lub 602 268 951

PRZYJMujemy ZAPISY NA ZABAWĘ:  
KARNAWAŁOWĄ - 29.01, 12.02 - 300 ZŁ/PARA  
ŚLEDZIOWĄ - 26.02 - 300 ZŁ/PARA

IMPREZY RODZINNE - URODZINY, KOMUNIE  
Catering / Imprezy okolicznościowe

Więcej informacji na stronie [www.rcc.pl](http://www.rcc.pl)  
e-mail - [rcc@rcc.pl](mailto:rcc@rcc.pl)

**30 LAT**

**WULKANIZACJA**  
**OPONY**

**SPRZEDAŻ**  
**SERWIS**

**KLIMATYZACJA** odgrzybianie ozonowe

Gzynie pon.-pt. 8<sup>00</sup> - 18<sup>00</sup> sob 8<sup>00</sup> - 15<sup>00</sup>  
Chorzów, ul. Leśna 9, tel. 32 246 86 41

UCZCIWE CENY!  
**POGOTOWIE KOMPUTEROWE**  
TEL: 503-30-35-40

**MEBLE NA WYMIAR**  
kuchnie, szafy, wnęki itp.  
pomiar i wycena gratis  
tel. 503 592 364

## ŻYCIE SPÓŁDZIELNI



ul. 3-go Maja 113

### Administracja

W grudniu 2021 roku zakończono prace związane z malowaniem i kafelkowaniem klatki schodowej w budynku przy ul. 3 Maja 115, remontem balkonów w budynku

przy ul. 3 Maja 113, malowaniem i kafelkowaniem klatki schodowej w budynku przy ul. Floriańskiej 26, remontem balkonów i elewacji budynku przy ul. Cieszyńskiej 8-14a oraz wymianą drzwi wejściowych do budynku przy ul. Lompy 8a. W toku są



ul. 3-go Maja 115

## ŻOŁNIERZY WRZEŚNIA



ul. Cieszyńska 8-14a

prace termomodernizacyjne budynku przy ul. Kopalnianej 7-11.

### Rada Osiedla

Na grudniowym posiedzeniu Rada Osiedla „Żołnierzy Września” dokonała rzeczowej analizy wykonania zadań remontowych w 2021 roku. Szczegółowo omówiono wszystkie remonty wykonane w minionym roku.

## CHORZÓW BATORY



ul. Granicznej 104-110

### Administracja

Zgodnie z harmonogramem dokonano rocznych przeglądów instalacji gazowej oraz przewodów kominowych spalinywych i wentylacyjnych.

Przy ul. Granicznej 104-110 konty-

nuowano prace malarskie na klatkach schodowych, a przy ul. Granicznej 82 prace związane z zagospodarowaniem terenu wokół budynku.



ul. Granicznej 82



ul. Granicznej 82

### Rada Osiedla

Na grudniowym posiedzeniu członek Rady Osiedla „Chorzów Batory” ocenili pozytywnie pracę Administracji za rok 2021 oraz omówili problematykę bieżącą.

## CENTRUM

ul. Ks. Wł. Opolskiego 1

**Administracja**

W grudniu 2021 roku zakończono wymianę dźwigów osobowych w budynku Ks. Wł. Opolskiego 1 oraz wymianę jednego dźwigu osobowego w budynku Ks.

Wł. Opolskiego 3. W budynkach przy ul. Kordeckiego 5-7a oraz Słowiańskiej 34-40 zakończono prace związane z wymianą instalacji elektrycznej na klatkach schodowych.

W grudniu odnotowano liczne dewastacje szlabanów przy ul. Ks. Wł. Opolskiego 3, które na bieżąco były zgłaszane do firmy obsługującej naprawy i na Policję.



ul. Ks. Wł. Opolskiego 3



ul. Kordeckiego 5-7a

**Rada Osiedla**

Na posiedzeniu Rady Osiedla podsumowano działalność Rady za 2021 rok. Dokonano analizy skarg i wniosków wpływających do Administracji w roku ubiegłym.

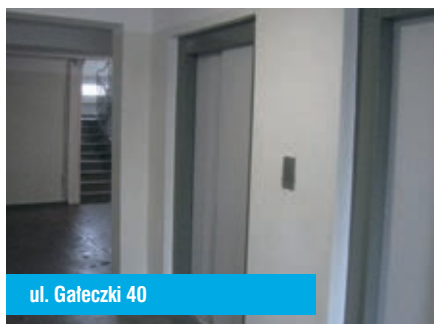
## RÓŻANA-GAŁĘCZKI

**Administracja**

W grudniu 2021 roku w zasobach Administracji „Różana Gałęczki” zakończono prace związane z remontem elewacji i balkonów budynku przy ul. Gałęczki 9, malowaniem klatek schodowych przy ul. Gałęczki 40 i Racławickiej 31-37 oraz montażem zbiorczych kanałów na instalacje kablowe w budynkach przy ul. Działkowej 7-11b. Dokonano wymiany pionu wodno-kanalizacyjnego w budynku przy ul. Młodzieżowej 15. Rozpoczęto prace malarskie w budynku przy ul. Gałęczki 41.



ul. Gałęczki 9



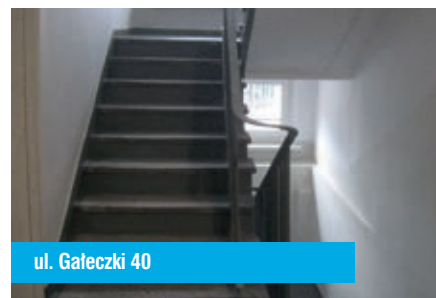
ul. Gałęczki 40

Przeprowadzane były kontrole szczelności instalacji gazowych, przeglądy kominiarskie i przeglądy instalacji elektrycznych oraz realizowano wynikające z nich zalecenia. Na bieżąco usuwano zgłaszane awarie.

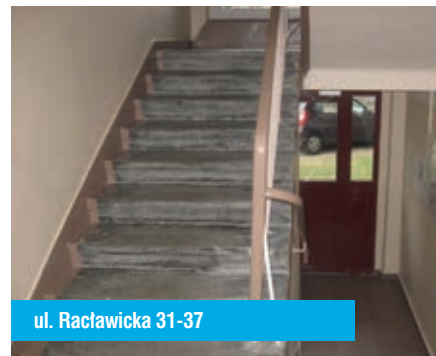
**Rada Osiedla**

Podczas posiedzenia w grudniu 2021 roku Rada Osiedla „Różana Gałęczki” omówiła oraz pozytywnie zaopiniowała zmiany do planu remontów Administracji na rok 2022. Ponadto dokonano podsumowania działalności

Rady w roku 2021. Rozpatrywane były także sprawy bieżące i wniesione przez mieszkańców osiedla.



ul. Gałęczki 40



ul. Racławicka 31-37

**Zmiana godzin pracy Spółdzielni w dniu 2.02.2022r.**

Informujemy, że na podstawie art. 130 § 2 Kodeksu pracy: w dniu **2.02.2022r. (środa)** biura Chorzowskiej Spółdzielni Mieszkaniowej będą pracować w godzinach: **7.00 – 15.00**

# PLAN REMONTÓW NA 2022 ROK

## ADMINISTRACJA „ŻOŁNIERZY WRZEŚNIA”

Planowany fundusz remontowy 5 121 980,00 zł

Remonty bieżące, awarie i roboty drobne 455 000,00- cały rok

### INSTALACJE

**WODNO – KANALIZACYJNE 180 000,00 zł**

- Osiedle Pnioki  
Płukanie instalacji cwu 10 000 zł III kwartał
- Zasoby MA-1  
Wymiany pionów 50 000 zł cały rok
- 3-go Maja 115  
Renowacja wewnętrznych rur spustowych 30 000 zł II kwartał
- Nowaka 5  
renowacja wewnętrznych rur spustowych 90 000zł IV kwartał

### C.O.

**92 000,00 zł**

- Zasoby MA – 1  
Wymiana pionów 30 000 zł - cały rok
- 3-go Maja 113  
wymiana grzejników 17 000 zł - II kwartał
- Gwarecka 65  
wymiana grzejników 20 000 zł - II kwartał
- Nowaka 7,9, Józefa 1  
remont rozdzielaczy 25 000 zł - III kwartał

### GAZ

**40 000,00 zł**

Zasoby MA -1  
usuwanie nieszczelności gazowych 40 000 zł- cały rok

### ELEKTRYCZNE

**450 000,00 zł**

- Floriańska 24  
modernizacja instalacji 160 000 zł - III kwartał
- Zasoby MA – 1  
kontrola i naprawy inst. odgromowych 30 000 zł- cały rok
- 3-go Maja 113  
remont instalacji elektrycznej 50 000 zł - I kwartał
- Gwarecka 65  
remont instalacji elektrycznej 80 000 zł - II kwartał
- Wolskiego 18-20  
remont instalacji elektrycznej 40 000 zł - II kwartał
- Wolskiego 22-24  
remont instalacji elektrycznej 40 000 zł - III kwartał
- Józefa 1  
remont instalacji elektrycznej 50 000 zł - I kwartał

### DOCIEPLENIA

**0 zł**

### ELEWACJE

**1 520 000,00 zł**

- Kopalniana 13 -17  
remont balkonów 450 000 zł - II/III kwartał

- Gwarecka 71  
remont balkonów 600 000 zł - II/III kwartał
- Opolska 12-14  
remont balkonów 470 000 zł - II/III kwartał

### DEKARSKO-BLACHARSKIE

**400 000 zł**

- Łagiewnicka 104-106  
remont dachu 70 000 zł - II/III kwartał
- Rodziny Oswaldów 49-51  
remont dachu 70 000 zł - II/III kwartał
- Watoły 1-3  
remont dachu 90 000 zł - II/III kwartał
- Nowaka 5  
remont dachu 100 000 zł - II/III kwartał
- Węglowa 5  
remont dachu 70 000 zł - II/III kwartał

### MALARSKIE

**714 980,00 zł**

- Gwarecka 65  
malowanie klatek schodowych 150 000 zł - III kwartał
- Józefa 1  
malowanie klatek schodowych 196 000 zł - II kwartał
- Wolskiego 18-20  
malowanie klatek schodowych 90 000 zł - III kwartał
- Wolskiego 22-24  
malowanie klatek schodowych 90 000 zł - IV kwartał
- Floriańska 24  
malowanie klatek schodowych 188 980 zł - IV kwartał

### STOLARSKIE

**130 000,00 zł**

- Zasoby MA – 1  
wymiana i zwroty za stolarkę okienną 100 000 zł - cały rok
- Zasoby MA – 1  
wymiana drzwi wejściowych 30 000 zł - cały rok

### PIECE

**5 000,00 zł**

zasoby MA-1  
remont pieców + zwroty za wkład alufol 5 000 zł - cały rok

### INNE BUDOWLANE

**135 000,00 zł**

- Zasoby MA – 1  
zalecenia kominiarskie 10 0000 zł - cały rok
- Zasoby MA – 1  
remont schodów zewnętrznych 20 0000 zł - cały rok
- Floriańska 26  
remont elewacji nadbudówki 15 0000 zł - III kwartał
- Boczna 6  
wykonanie podjazdu + PEFRON 90 0000 zł - I/II kwartał

### DROGI, ZIELEŃ, MAŁA ARCHITEKTURA

**370 000,00 zł**

- Zasoby MA-1  
Wycinka drzew 20 000 zł cały rok
- Zasoby MA-1  
Nasadenia drzew i krzewów 10 000 zł cały rok

3. Zasoby MA-1 Remonty nawierzchni	40 000 zł - cały rok	11. Czempieła 53/1,2 wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych	38 000 zł - IV kwartał
4. Boczna 10 modernizacja placu zabaw	50 0000 zł - II kwartał	12. Czempieła 55/ 2,3 wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych	38 000 zł - IV kwartał
5. Boczna 8 remont chodnika – do przedszkola	50 0000 zł - III kwartał	13. Czempieła 57/1 wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych	19 000 zł - IV kwartał
6. Lompy 8a-8d wykonanie parkingu	180 000 zł - II kwartał	14. Czempieła 59/1,2,3 wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych	43 000 zł - III kwartał
7. Wolskiego 19 remont chodnika	20 0000 zł - II kwartał		

**DŹWIGI 385 000,00 zł**

1. 3 Maja 113 Wymiana 2 szt. dźwigów	365 000 zł - I kwartał
2. Zasoby MA-1 Roboty bieżące	20 000 zł - cały rok

**REZERWA/Zalecenia P. POŻ. 40 000,00 zł****ADMINISTRACJA „CHORZÓW BATORY”**

<b>Planowany fundusz remontowy</b>	<b>5 369 390,00 zł</b>
Awarie i roboty drobne	393 000,00 zł cały rok

**INSTALACJE 1 813 000,00 zł****WODNO-KANALIZACYJNE 641 000,00 zł**

1. Karpacka 28/1,2 wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych	36 000 zł - II kwartał
2. Jubileuszowa 34/1,2,3 wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych	43 000 zł - I kwartał
3. Jubileuszowa 36/1,3 wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych	29 000 zł - I kwartał
4. Jubileuszowa 38/1,2,3 wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych	43 000 zł - I kwartał
5. Strzybnego 5/1,4 wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych	38 000 zł - II kwartał
6. Strzybnego 5a/2,3 wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych	24 000 zł - II kwartał
7. Strzybnego 5b/2,3 wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych	30 000 zł - II kwartał
8. Czempieła 47/1,3 wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych	30 000 zł- IV kwartał
9. Czempieła 43/1,2 wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych	30 000 zł - IV kwartał
10. Czempieła 51/1,3 wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych	33 000 zł - IV kwartał

15. Czempieła 61/1,3 wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych	43 000 zł - III kwartał
16. Czempieła 63/2,3 wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych	32 000 zł - III kwartał
17. Czempieła 65/1,2 wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych	38 000 zł - III kwartał
18. Farna 2/1 wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych	20 000 zł - I kwartał
19. Zasoby MA - 2 remont przyłączy	70 000 zł - cały rok

**C.O. 194 000,00 zł**

1. ZASOBY MA-2 Roboty po sezonie grzewczym	40 000 zł - II/III kwartał
2. Stefana Batorego 98 projekt tech.na wymianę zaworów pod pionami c.o	7 000 zł - II,III kwartał
3. Stefana Batorego 98 montaż zaworów regul. w wymiennikach oraz pod pionami c.o.	70 000 zł - II,III kwartał
4. Brzozowa 2 projekt tech.na wymianę zaworów pod pionami c.o.	7 000 zł - II,III kwartał
5. Brzozowa 2 montaż zaworów regul. w wymiennikach oraz pod pionami c.o.	70 000 zł - II,III kwartał

**GAZ 590 000,00 zł**

1. ZASOBY MA-2 usuwanie nieszczelności	70 000 zł cały rok
2. Kaliny 91 projekt techn. na przebudowę inst. gazowej	10 000 zł - I kwartał
3. Kaliny 91 wyprowadzenie inst. gaz. na klatkę schodową	250 000 zł - II kwartał
4. Brzozowa 3 projekt techn. na przebudowę inst. gazowej	10 000 zł - I kwartał
5. Brzozowa 3 wyprowadzenie inst. gaz. na klatkę schodową	250 00 zł - IV kwartał

**ELEKTRYCZNE****388 000,00 zł**

1. ZASOBY MA-2  
Pomiar instalacji odgromowej 8 000 zł – cały rok
2. ZASOBY MA-2  
remont i konserw. inst. odgromowej 15 000 zł - cały rok
3. Hutnicza 17-19  
modernizacja inst. elektrycznej klatek schodowych  
90 000 zł - II,III kwartał
4. Czempieła 48  
modernizacja inst. elektrycznej klatek schodowych  
75 000 zł - I kwartał
5. Żółkiewskiego 9-11  
modernizacja inst. elektrycznej klatek schodowych  
90 000 zł - II kwartał
6. Strzybnego 5,5b  
modernizacja inst. elektrycznej klatek schodowych  
110 000 zł - II,II kwartał

**DOCIEPLENIA****140 000,00 zł**

1. Karwińska 1-3a, Karpacka 9-11  
Projekt docieplenia elewacji 40 000 zł I kwartał
2. Karwińska 1-3a, Karpacka 9-11  
remont elewacji – spłata raty kredytu  
100 000 zł III-IV kwartał

**ELEWACJE / BALKONY****620 000,00 zł**

1. Brzozowa 21-23  
remont balkonów, wym. balustrad, płytkowanie  
210 000 zł - I kwartał
2. Graniczna 94-102  
naprawa dolnej części elewacji 50 000 zł - III kwartał
3. Brzozowa 25 (30 szt.)  
remont balkonów, wym. balustrad, płytkowanie  
360 000 zł - II, III kwartał

**DEKARSKO – BLACHARSKIE****130 000,00 zł**

1. ZASOBY MA-2  
Realizacja zaleceń kominiarskich 20 000 zł – cały rok
2. ZASOBY MA-2  
Naprawy kominów, naprawa dachów, roboty alpinistyczne  
30 000 zł – cały rok
3. Kaliny 98  
remont dachu 60 000 zł - II, III kwartał
4. Mickiewicza 4  
remont kominów 20 000 zł - II kwartał

**MALARSKIE****630 000,00 zł**

1. Graniczna 104-110  
malowanie i płytkowanie klatek schodowych  
100 000 zł - I kwartał
2. Kaliny 62  
malowanie i płytkowanie klatek schodowych  
110 000 zł - I, II kwartał
3. Hutnicza 17-19  
malowanie i płytkowanie klatek schodowych  
100 000 zł - III, IV kwartał
4. Czempieła 48  
malowanie i płytkowanie klatek schodowych  
70 000 zł - I, II kwartał

5. Żółkiewskiego 9-11  
malowanie i płytkowanie klatek schodowych  
100 000 zł - II, III kwartał
6. Strzybnego 5-5b  
malowanie i płytkowanie klatek schodowych  
150 000 zł - III, IV kwartał

**STOLARSKIE****186 000,00 zł**

1. ZASOBY MA-2  
Zwroty za wymianę okien we własnym zakresie  
80 000 zł cały rok
2. ZASOBY MA-2  
wymiana okien 100 000 zł cały rok
3. ZASOBY MA-2  
naprawa okien po dewastacjach 6 000 zł cały rok

**ZDUŃSKIE****65 000,00 zł**

1. ZASOBY MA-2  
przebudowa pieców kaflowych 15 000 zł cały rok
2. ZASOBY MA-2  
zwroty za wkłady kominowe 15 000 zł cały rok
3. ZASOBY MA-2  
Realizacja zaleceń kominiarskich 35 000 zł cały rok

**INNE BUDOWLANE****60 000,00 zł**

1. ZASOBY MA-2  
Prace budowlane 20 000 zł cały rok
2. Graniczna 60  
remont podestu 20 000 zł - II, IV kwartał
3. Graniczna 94  
remont podestu 20 000 zł - II, IV kwartał

**ZIELEŃ, ARCHITEKTURA, DROGI****716 000,00 zł**

1. ZASOBY MA-2  
naprawa ubytków asfaltowych po zimie - projekty  
35 000 zł cały rok
2. ZASOBY MA-2  
Zakup i wycinka drzew i krzewów 30 000 zł cały rok
3. ZASOBY MA-2  
Naprawa urządzeń zabawowych 6 000 zł cały rok
4. ZASOBY MA-2  
Zakup urządzeń zabawowych 50 000 zł II/III kwartał
5. Brzozowa 25  
modernizacja parkingu 250 000 zł - III, IV kwartał
6. Kochłowska 9-11  
wykonanie parkingu 210 000 zł III-IV kwartał
7. Graniczna 82  
utwardzenie terenu pod wiatę śmietnikową + wiata  
25 000 zł - II kwartał
8. Kochłowska 11  
utwardzenie terenu pod wiatę śmietnikową + wiata  
25 000 zł - II kwartał
9. Brzozowa 52 -58  
wym. nawierzchni przy wejściach do budynku  
50.000 zł - III kwartał
10. Brzozowa 52 -58  
utwardzenie terenu pod wiatę śmietnikową + wiata  
35 000zł - II kwartał

**DŹWIGI****416 000,00 zł**

1. ZASOBY MA-2  
remonty bieżące 16 000 zł cały rok
2. Kaliny 98  
wymiana dźwigów 400 000 zł - IV kwartał

**REZERWA****10 390,00 zł****ADMINISTRACJA „CENTRUM”****Planowany fundusz remontowy****6 164 670,00 zł**

Awarie i roboty drobne 480 000,00 zł - cały rok

**INSTALACJE****1 360 000,00 zł****WODNO – KANALIZACYJNE****400 000,00 zł**

1. Krakusa 16  
renowacja 2 pionów kan. deszcz.met. rękawa żywicznego  
70 000 zł - I,II kwartał
2. Kazimierza 8-10  
renowacja 2 pionów kan. deszcz.met. rękawa żywicznego  
70 000 zł - I,II kwartał
3. Słowiańska 20,24  
renowacja przył. kanalizacyjnych 45 000 zł - I kwartał
4. Pawła 22a/2-14  
wymiana pionu wodno-kanalizacyjnego  
15 000 zł - I,II kwartał
5. Pawła 4a/ 1-7  
wymiana pionu wodno-kanalizacyjnego  
12 500 zł - I kwartał
6. Konopnickiej 15/2-11, 3-15  
wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych  
25 000 zł - I,II,III kwartał
7. Konopnickiej 21b/3-12  
wymiana pionu wodno-kanalizacyjnego- łazienka  
12 500 zł - I,II kwartał
8. Grunwaldzka 10 (cały budynek)  
wymiana pionów zw.,cw.,cyrkulacja,kanalizacja - kuchnia,  
łazienka 60 000 zł - I, II kwartał
9. Ks. Władysława Opolskiego 1-3-5  
wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych  
45 000 zł - cały rok
10. Ks. Władysława Opolskiego 7-9-11  
wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych  
45 000 zł - cały rok

**C.O.****170 000,00 zł**

1. Kazimierza 8-10  
roboty tow. ucieplnieniu budynku  
120 000 zł - I,II,III kwartał
2. Konopnickiej 17 a,b  
wymiana grzejników na klatkach schodowych  
10.000 zł II-III kwartał
3. Karolinki 1-5  
wymiana grzejników na klatkach schodowych  
40 000 zł - II,III kwartał

**GAZ****300 000,00 zł**

1. Zasoby MA-3  
remonty instalacji 55 000 zł - cały rok

2. Zasoby MA -3  
usuwanie nieszczelności gazowych „C”  
245 000 zł cały rok

**ELEKTRYCZNE****590 000,00 zł**

1. Bogedaina 24-24a  
remont inst. oświetleniowej (LED+ czujniki ruchu)  
80 000 zł - I kwartał
2. Konopnickiej 17 a,b  
remont inst. oświetleniowej (LED+ czujniki ruchu)  
100 000 zł I kwartał
3. Karolinki 1-5  
remont inst. oświetleniowej (LED+ czujniki ruchu)  
100 000 zł II-III kwartał
4. Kordeckiego 5-7a  
remont inst. oświetleniowej (LED+ czujniki ruchu)  
80 000 zł - I kwartał
5. Ks. Władysława Opolskiego 1-11  
wyk. monitoringu zewn. i wew. osiedlaj  
230 000 zł - cały rok

**DOCIEPLENIA****1 700 000,00 zł**

1. Konopnickiej 17a,b  
uzupełnienie warstw, termo renowacja budynku dodatkowo remont balkonów 650.000 zł - II-III kwartał
2. Rycerska 18-20, 22-24  
uzupełnienie warstw, termo renowacja budynku dodatkowo remont balkonów/loggii 850.000 zł - II-III kwartał
3. Grunwaldzka 1-3  
zmiana sposobu docieplenia ściany szczytowej remont galerii i wjazdu na podwórko 200 000 zł - III,IV kwartał

**ELEWACJE****330 000,00 zł**

1. Powstańców 20,20a  
remont 16 sztuk balkonów, przybudówki, bramy oraz czyszczenie i malowanie elewacji  
150 000 zł - II, III kwartał
2. Grunwaldzka 6-10b  
kontynuacja remontu balkonów/loggii  
100 000 zł - II, III kwartał
3. Katowicka 71-73-73a  
remont elewacji frontowej parteru 80 000 zł - II,III kwartał

**DEKARSKO – BLACHARSKIE****255 000,00 zł**

1. Ks. Wł. Opolskiego 9  
remont dachu - hydronylon ( II segment)  
85 000 zł II-III kwartał
2. Ks. Władysława Opolskiego 5  
remont dachu - hydronylon ( 2 segmenty)  
170 000 zł - II, III kwartał

**MALARSKIE****700 000,00 zł**

1. Słowiańska 34-40  
kontynuacja robót malarskich klatek schodowych  
100 000 zł I kwartał
2. Dąbrowskiego 64-68  
malowanie klatek schodowych,piwnic,strychów  
125 000 zł - II,III kwartał
3. Konopnickiej 17 a,b  
malowanie klatek schodowych i piwnic  
75 000 zł III, IV kwartał

4. Bogedaina 24-24a malowanie klatek schodowych,piwnic,strychów 50 000 zł I,II kwartał	1. Szczecińska 10/38 Wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych 8 000 zł II-III kwartał
5. Karolinki 1,2,3,4,5 malowanie klatek schodowych i piwnic 250 000 zł - II, III ,IV kwartał	2. Szczecińska 10/39 Wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych 8 000 zł II-III kwartał
6. Kordeckiego 5,5a,7,7a malowanie klatek schodowych,piwnic,strychów 100 000 zł - I, II kwartał	3. Szczecińska 10/40 Wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych 8 000 zł II-III kwartał
<b>STOLARSKIE 130 000,00 zł</b>	4. Szczecińska 10/16 Wymiana pionów wodno-kanalizacyjnych 8 000 zł II-III kwartał
Zasoby MA-3 wymiana i zwroty za wymianę okien 2021+stare 130 000,-zł cały rok	5. Głowackiego 5/1 Wymiana pionów wodnych 5 000 zł II-III kwartał
<b>ZDUŃSKIE 10 000,00 zł</b>	6. Głowackiego 5/2 Wymiana pionów wodnych 5 000 zł II-III kwartał
Zasoby MA-3 remont pieców + zwroty za wkłady 10 000,-zł,-zł cały rok	7. Głowackiego 5/3 Wymiana pionów wodnych 5 000 zł II-III kwartał
<b>INNE BUDOWLANE 80 000,00 zł</b>	8. Głowackiego 7/2 Wymiana pionów wodnych 5 000 zł II-III kwartał
1. Zasoby MA-3 Realizacja zaleceń kominiarskich 30 000 zł cały rok	9. Głowackiego 7/3 Wymiana pionów wodnych 5 000 zł II-III kwartał
2. Zasoby MA-3 Montaż nakładek profili poręczowych na balustradach 30 000 zł cały rok	10. Górnicza 26-28 poziom kanalizacyjny 30 000 zł II,III kwartał
3. Ks. Wł. Opolskiego 1-11 naprawy bieżące szlabanów wjazdowych 20 000 zł cały rok	11. Sportowa 6-8 poziom kanalizacyjny 30 000 zł II,III kwartał
<b>DROGOWE, ZIELEŃ MAŁA ARCHITEKTURA 350 000,00 zł</b>	12. Gałeczki 36 poziom kanalizacyjny 85 000 zł I,II kwartał
1. .Krakusa 12-16 zagospodarowanie terenu wnętrza osiedla 300 000 zł III-IV kwartał	13. Gałeczki 45 dolna piwnica-lewa str. poziom kanalizacyjny 85 000 zł II,III kwartał
2. Zasoby MA -3 wycinka, prześwietlenie, nasadzenia drzew i krzewów 38 000 zł - cały rok	14. Gałeczki 40 przyłącze kanalizacyjne 110 000 zł - II,III kwartał
3. Zasoby MA-3 Naprawa nawierzchni asfaltowych 12 000 zł II,III kwartał	15. Ryszki 59 przyłącze kanalizacyjne 60 000 zł - II,III kwartał
<b>DŹWIGI 260 000,00 zł</b>	16. Zasoby MA -4 wymiana pionów wod.-kan. i przyłączy 75 000 zł - II,III kwartał
1. Ks. Wł. Opolskiego 3 kontynuacja wymiany dźwigów - 1 szt, 250 000 zł I kwartał	17. Zasoby MA -4 Naprawy pionów p.poż. 4 000 zł
2. Zasoby MA-3 Roboty bieżące 10 000 zł cały rok	<b>C.O 52 000,00 zł</b>
<b>Rezerwa/Zalecenia P.POŻ 219 670,00 zł</b>	1. Zasoby MA -4 wymiana grzejników przed malowaniem 30.000 zł II,III kwartał
<b>ADMINISTRACJA „RÓŻANA-GAŁECZKI”</b>	1. Zasoby MA -4 roboty wynikłe po sezonie grzewczym 22.000 zł II,III kwartał
<b>Planowany fundusz remontowy 6 243 960,00 zł</b>	<b>GAZ 65 000,00 zł</b>
<b>Awarie i roboty drobne 457 000,00 zł- cały rok</b>	Zasoby MA -4 usuwanie nieszczelności na inst. gaz. typu „C” 65 000 zł cały rok
<b>INSTALACJE WODNO – KANALIZACYJNE 536 000,00 zł</b>	<b>ELEKTRYCZNE 288 700,00 zł</b>
	1. Działkowa 7-11a zbiorcze korytka na inst. kablowe,likwidacja przycisków ośw. przeróbka inst. dzwonekowej 73 700 zł - I kwartał



2. Gałęzki 45  
modernizacja inst. domofonowej 65 000 zł - I kwartał
3. Gałęzki 47  
modernizacja inst. domofonowej 75 000 zł - III -IV kwartał
4. Krzywa 26,31  
wymiana tablic rozdzielczych 7 000 zł - II kwartał
5. Różana 4  
wymiana tablic rozdzielczych 3 500 zł - II kwartał
6. Astrów 14  
wymiana tablic rozdzielczych 3 500 zł - II kwartał
7. Ryszki 39-41  
wymiana tablic rozdzielczych 5 000 zł - II kwartał
8. Łąkowa 12  
wymiana tablic rozdzielczych 4 000 zł - II kwartał
9. Zasoby MA - 4  
wykonanie oświetlenia świątecznego 30 000 zł - IV kwartał
10. Zasoby MA - 4  
kontrole i naprawy inst. odgromowych 22 000 zł - cały rok

**DOCIEPLENIA 0,00 zł**

**ELEWACJE 0,00 zł**

**DEKARSKO BLACHARSKIE 300 000,00 zł**

1. Gałęzki 41  
remont dachu - hydronylon 162 000 zł II-III kwartał
2. Gałęzki 5  
remont dachu - hydronylon 57 000 zł II-III kwartał
3. Krzywa 26 + maszynownia  
remont dachu - hydronylon 53 000 zł II-III kwartał
4. Ryszki 37+ maszynownia i suszarnia  
remont dachu - hydronylon 14 000 zł II-III kwartał
5. Ryszki 41-43 (segment)  
remont dachu - hydronylon 14 000 zł II-III kwartał

**MALARSKIE 1 188 000,00 zł**

1. Gałęzki 45  
Malowanie klatek schodowych i piwnic 700 000 zł II-III kwartał
2. Działkowa 7 -11b  
malowanie klatki schodowej i piwnicy + strych 288 000 zł II-III kwartał
3. Gałęzki 41-43 (kontynuacja)  
malowanie klatki schodowej i piwnicy 200 000 zł I kwartał

**STOLARSKIE 340 000,00 zł**

Zasoby MA -4  
wymiana i zwroty za wymianę okien wnioski 2021 i stare 340 000 zł - cały rok

**ZDUŃSKIE**

Zasoby MA- 4  
remont pieców + zwroty za wkłady alufol 8 000 zł - cały rok

**INNE BUDOWLANE 2 113 000,00 zł**

1. Gałęzki 11  
remont balkonów i podwyższenie balustrad + naprawa

i odnowienie elewacji wraz z projektem technicznym 440 000 zł - III kwartał

2. Młodzieżowa 1  
remont balkonów (110) wraz z projektem technicznym 1 050 000 zł - III,IV kwartał
3. Gałęzki 24 - 24a  
remont balkonów (12) i odnowienie elewacji 160 000 zł - II,III kwartał
4. Gałęzki 24  
remont tarasu  
Gałęzki 22  
wymiana deskowania - 2 balkony 40 000 zł - II,III kwartał
5. Młodzieżowa 15  
kafelkowanie korytarzy i parteru 100 000 zł - I kwartał
6. Działkowa 11a,b  
remont balkonów 220 000 zł - II,III kwartał
7. Zasoby MA -4  
naprawa bram do hal garażowych 4 000 zł - II kwartał
8. Zasoby MA- 4  
realizacja zaleceń kominiarskich 50 000 zł - cały rok
9. Zasoby MA -4  
wymiana drzwi do klatek 9 000 zł - cały rok
10. Zasoby MA - 4  
reomnty balkonów 30 000 zł - II-IV kwartał
11. Zasoby MA - 4  
remont schodów 10 000 zł - cały rok

**DROGOWE, ZIELEŃ MAŁA ARCHITEKTURA**

**594 000,00 zł**

1. Gałęzki 40  
renowacja terenu (I etap) 510 000 zł - II, III kwartał
2. Młodzieżowa 15  
remont chodnika 14 000 zł - II kwartał
3. Zasoby MA -4  
wycinka, prześwietlenie, nasadzenie drzew 32 000 zł - I,IV kwartał
4. Zasoby MA -4  
naprawa nawierzchni asfaltowych 24 000 zł - II,IV kwartał
5. Zasoby MA -4  
urządzenia zabawowe, zakup i naprawa 14 000 zł - cały rok

**DŹWIGI**

**60 000,00 zł**

Zasoby MA -4  
roboty bieżące 60 000 zł - cały rok

**Rezerwa/Zalecenia P.POŻ**

**68 260,00 zł**

REKLAMA

**REKLAMA**

W WIADOMOŚCIACH SPÓŁDZIELCZYCH

**tel. 32 241 33 74**

## Historia blisko Ciebie



Dzieje Chorzowskiej Spółdzielni Mieszkaniowej, sięgające aż 1908 roku, są ważną częścią historii miasta. W ramach cyklu, który zatytułowaliśmy „Historia blisko Ciebie”, zamieszczamy artykuły o interesujących miejscach i obiektach w Chorzowie, a także o ludziach i wydarzeniach z nimi związanych. Autorami tekstów będą znawcy i miłośnicy Chorzowa – Roman Herrmann i Adam Lapski.



## Chorzowskie ślady hrabiego Redena

**W poprzednim, grudniowym, odcinku „Historii blisko Ciebie” p. Roman Herrmann zaprezentował i zaprosił do odwiedzenia nowej chorzowskiej placówki muzealnej – Muzeum Hutnictwa, które otwarte zostało w listopadzie ubiegłego roku. Pozostając zatem przy tematyce hutnictwa, tym razem zaprezentujemy państwu chorzowskie miejsca związane z osobą Fryderyka Wilhelma von Redena, a okazją do tej prezentacji są przypadające w 2022 roku ważne rocznice: 270. rocznica urodzin hrabiego Redena oraz 220. rocznica uruchomienia huty „Królewskiej”, która przez dziesięciolecia była wyznacznikiem statusu i wielkości naszego miasta.**

Bohater odcinka zwany „ojcem chorzowskiego przemysłu”, bez którego bez wątpienia nie byłoby dzisiejszego Chorzowa urodził się 23 III 1752 r. w Hameln w Dolnej Saksonii. Pochodził z rodziny o bogatych tradycjach górniczych, a decydującą rolę w ukształtowaniu i karierze w przemyśle pruskim odegrał jego



Głowa Redena z Muzeum Hutnictwa

wuj Fryderyk Anton von Heinitz, który był ministrem pruskiego Departamentu Górnictwa i Hutnictwa. W 1779 roku Reden został dyrektorem Wyższego Urzędu Górniczego we Wrocławiu, a po śmierci Heinitza w 1802 roku objął kierownictwo Departamentu Górnictwa i Hutnictwa. Od 1803 roku sprawował ten urząd w randze ministra. W 1786 roku z rąk króla pruskiego i elektora brandenburskiego Fryderyka Wilhelma II otrzymał tytuł hrabiowski. Górny Śląsk zawdzięcza Redenowi rozwój przemysłu i wielkie ożywienie gospodarcze. Z jego inicjatywy wybudowano kopalnię rud w okolicy Tarnowskich Gór, w 1791 roku kopalnie skarbowe węgla kamiennego „Luiza” w Zabrze i „Król” oraz hutę. Dwa ostatnie z wymienionych zakładów dały początek wpięciu osadzie, a później miastu Królewska Huta (dzisiejszy Chorzów). Wraz z Johnem Baildonem Reden założył odlewnię żelaza w Gliwicach (obecne Gliwickie Zakłady Urządzeń

Technicznych). W chwili pokonania Prus przez Francję w wojnie z lat 1806-1807 Reden pozostający na swym urzędzie złożył Napoleonowi I Bonaparte przysięgę wierności, za co po zawarciu pokoju w Tylicy 9 VII 1807 roku został uznany za zdrajcę i pozbawiony stanowiska oraz prawa do emerytury. Jeszcze w 1802 roku w wieku 50 lat zawarł związek małżeński z Fryderyką Reidesel zu Eisenach (1744 - 1854), z którą do śmierci 3 VII 1815 roku mieszkał w swoim majątku w Bukowcu koło Kowar (Sudety, podnóże Rudaw Janowickich). Zmarł bezpotomnie i pochowany został w krypcie na terenie swego majątku. Przy okazji warto wybrać się kiedyś w to malownicze miejsce, gdzie na terenie dawnego majątku Redena utworzono ścieżkę kulturową z zespołem pałacowo-parkowym

Tymczasem jednak wróćmy do Chorzowa. Zezwolenie na budowę tutejszej huty wydano 27 X 1797 roku, a plany jej budowy wykonane przez Johanna



Restauracja na Górze Redena

Friedricha Weddinga i Johna Baildona zatwierdzone zostały przez króla Fryderyka Wilhelma III 27 V 1799 roku. Nadzór nad jej budową sprawował Reden. Jeszcze przed rozpoczęciem prac budowlanych w pobliżu nowo powstającego zakładu z końcem maja 1798 roku wzniesiono osiedle domów dla budowniczych i pracowników huty. Kilka z nich zachowało się do dnia dzisiejszego przy ul. Teodora Kalidego, stanowiąc najstarsze zabytki budownictwa mieszkalnego w naszym mieście.

27 IX 1802 roku uruchomiono w nowo wybudowanej hucie pierwszy wielki piec noszący imię „Reden”. Jego uruchomienie uznaje się za oficjalną datę rozpoczęcia działalności huty. Drugi wielki piec o nazwie „Heinitz” uruchomiono już 15 XII 1802 roku.

Wielkość Redena i jego wkład w przemysłowy rozwój regionu docenione zostały przez króla Prus, który zezwolił na wystawienie mu pomnika. Dzisiaj pomnik hrabiego Redena stoi w miejscu, gdzie w latach 1873 - 1955 był staw hutniczy. Odświeżony 20 lat temu, 6 IX 2002 roku z inicjatywy Stowarzyszenia Miłośników Chorzowa im. Juliusza Ligonia monument wykonany przez tyskiego artystę rzeźbiarza Augustyna Dyrkę jest repliką pomnika dłuta Teodora Erdmanna Kalidego, znanego rzeźbiarza z Królewskiej Huty. Jednocześnie obecny obiekt jest trzecim założeniem pomnikowym poświęconym Redenowi na terenie naszego miasta. Dwa poprzednie pomniki poświęcone Redenowi ustawione były na jednym z chorzowskich wzgórz, które przed II wojną światową nosiło nazwę Wzgórze Redena, dzisiaj zaś znane jest jako Góra Wyzwolenia (316,8 m n.p.m.). Pierwszy pomnik

poświęcony Redenowi, jak już wspomniano autorstwa T. Kalidego stanął na wzgórzu już w 1852 roku. Odświeżenie pomnika miało nastąpić w 50. rocznicę uruchomienia Huty Królewskiej oraz w 100. rocznicę urodzin Redena, jednakże termin ten przesunięto o rok ze względu na panującą epidemię cholery.



Pomnik hr. Redena na Placu Hutników

Ostatecznie pomnik odświeżono 29 VIII 1853 roku przy udziale samego króla Prus Fryderyka Wilhelma IV (1795 - 1861). Pomnik zniszczony został 18 VII 1939 roku. Jego pierwszą replikę odświeżono w tym samym miejscu 7 VII 1940 roku, jednakże zaraz po zakończeniu działań wojennych monument został powtórnie zniszczony. Dzisiaj z pierwszego pomnika cudem zachowała się tylko głowa Redena, którą możemy zobaczyć na wystawie w Muzeum Hutnictwa. Na wspomnianym wzgórzu, na jego spłaszczonym wierzchołku w 1874 roku utworzony został park zwany do 1935 roku Wzgórzem Redena, a od 1936 Wzgórzem Wyzwolenia. Obecnie zajmuje on powierzchnię 6,72 ha. Pierwotnie z góry roztaczała się rozległa panorama na Kró-

lewską Hutę i na Chorzów (Stary), która zasłonięta została przez wyrastający drzewostan i zmiany przestrzenne parku. Pierwszą inwestycją na terenie parku było wybudowanie zakładu ogrodniczego ze szklarnią, a następnie w 1913 roku hotelu z restauracją. Ponadto na terenie parku znajdowały się dwa stawy, fontanna i mały zwierzynek. Było tu również ujęcie wody dla miasta, które w latach pięćdziesiątych XX wieku zakryto wielokomorowym zbiornikiem wodnym o pojemności 50 tys. m<sup>3</sup> wody, zasilanym w wodę ze zbiornika goczalkowickiego. W obniżeniu w kierunku na centrum handlowe założony został niewielki, zmodernizowany niedawno plac zabaw dla dzieci. Wspomniany wcześniej hotel z restauracją po II wojnie światowej przejęty został przez Kopalnię „Prezydent” i urządzono w nim Zakładowy Dom Kultury. Później - w latach 1998-2007 - funkcjonował w nim jeden z największych w Polsce klubów muzycznych z dyskoteką „Piramida”. Obecnie budynek jest biurowcem. Na terenie parku zachował się stary drzewostan liczący ponad 100 lat w skład, którego wchodzi między innymi buki, jesiony i dęby. Obecnie park nosi nazwę „Park na Górze Redena”. Wokół wzgórza od strony dzisiejszych ul. Konopnickiej, Kościuszki, Lwowskiej, Poniatowskiego, Roosevelta i Mościckiego w okresie międzywojennym wybudowano modernistyczne wille mieszkalne, a po II wojnie światowej w miejsce to zainwestowała Chorzowska Spółdzielnia Mieszkaniowa, która od połowy lat sześćdziesiątych XX w. wybudowała tam kilkanaście różnej wielkości bloków mieszkalnych.

Innym miejscem upamiętniającym Redena w Chorzowie jest budynek dzisiejszego Teatru Rozrywki, czyli dawnego hotelu „Graf Reden”, zlokalizowany u zbiegu ulic Katowickiej i ul. Konopnickiej, który oddany został do użytku w 1900 roku, a wybudowany według projektów mistrza budowlanego z Królewskiej Huty Otto Mückeego z 1898 roku. Historia tego obiektu zasługuje na odrębny, szeroki opis.

Ostatnim jak dotąd upamiętnieniem hrabiego Redena w Chorzowie było uchwalenie przez Radę Miasta 27 VI 2013 roku nazwy ulicy Fryderyka Wilhelma von Redena, jako ulicy równoległej do ulicy Ignacego Paderewskiego.

**Adam Lapski**

Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom licznego grona Spółdzielców będących miłośnikami poezji, zapraszamy Państwa do lektury i współtworzenia „Kącika poetyckiego” na łamach „Wiadomości Spółdzielczych”.

Kącik poetycki

## Janina Partyka-Pojęta

### Janina Partyka-Pojęta

za wyróżniające się prace malarskie, poezję, za upowszechnianie kultury w listopadzie minionego roku otrzymała od Ministra Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu Rzeczypospolitej Polskiej odznaczenie „ZASŁUŻONY DLA KULTURY POLSKIEJ”

Pani Janina jest członkiem Rady Nadzorczej Chorzowskiej Spółdzielni Mieszkaniowej i członkiem Komisji Społeczno-Kulturalnej. Z wykształcenia jest doktorem nauk ekonomicznych, ale Jej życiową pasją jest malarstwo i poezja, za które otrzymała wiele wyróżnień i nagród, w tym też międzynarodowych.

Swoje prace malarskie dotąd wystawiła na 36 autorskich wystawach, oraz licznych wystawach zbiorowych, w których chętnie bierze udział. Czynnie maluje na żywo podczas plenerów malarskich organizowanych przez różne instytucje kulturalne. Jest Artystką nastawioną na drugiego Człowieka. Dzieli się swoją wiedzą i doświadczeniem. Doświadczenie malarskie stale wzbogaca poprzez malowanie farbami akrylowymi na płótnie. Czasami sięga do innych technik np. akwareli. Jej prace są jednostkowymi. Malarstwo Pani Janiny charakteryzuje się wypracowanym, indywidualnym stylem, tak o nim piszą krytycy sztuki. Twórczość malarska bogato zdobi Jej tomiki wierszy, ale też około 20 tomików innych poetów. Dotąd wydała 12 tomików wierszy. Ostatni pt. „Żar dnia i Nocy”. Twórczość malarska i poetycka pani Janiny udokumentowana jest w wielu publikacjach książkowych, albumowych, w czasopismach, w rocznikach muzealnych itp.

W MDK Batory w Chorzowie od 2014 roku prowadzi Grupę Artystyczną Sztuka Bez Barrier 14, którą założyła. Grupa skupia artystów malarzy, poetów, fotografów, muzyków, grafików. Pani Janina jest współorganizatorem wieczorków muzyczno-poetyckich, które odbywają się cyklicznie w MDK Batory. Także od 2018 r. cyklicznie prowadzi wieczorki poetycko-muzyczne w Pedagogicznej Bibliotece Wojewódzkiej w Katowicach w Filii w Chorzowie. Ostatnio jest współzałożycielem Fundacji Instytut Sztuki Młodej, w której również kontynuuje artystyczną działalność na rzecz upowszechniania kultury wśród społeczności. Współdziała z innymi organizacjami kulturalnymi, jest członkiem Związku Twórców Sztuki, który dostrzegł jej potencjał artystyczny i wystąpił o nadanie tego prestiżowego odznaczenia. Przytoczona tu została jedynie namiastka jej działalności na rzecz Kultury i Sztuki.



## Niewidzialna brama...

Na drugą stronę  
 chcesz iść  
 przez niewidzialną bramę  
 ...stoisz  
 na wypukłym moście  
 ... a w dole  
 rzeka czasu ... płynie  
 brzegów nie widać  
 ... tęsknota  
 uronionej łzy  
 leniwie spływa ... po  
 ... nagości ciała  
 rdzą pokryta kłódka  
 zamknięta  
 klucza nie masz  
 ... Zeusa wzywasz  
 broni by użył  
 danej przez cyklopów  
 zawiasy skrzypią  
 nie widząc  
 ... wrota uchylasz  
 a tam  
 kurz - pajęczyna ...  
 w tunel czasu umykasz  
 ... pospiesznie  
 szukając wyjścia... wejścia  
 pokojowe drzwi otwierasz  
 ... wchodząc  
 do kuchni  
 po podłodze stąpasz  
 odziany ... w nowe doświadczenia  
 ... spoglądasz  
 przez okno ...  
 ruch  
 po drugiej stronie ... drogi  
 on jest ... przemieszczenie  
 do punktu odniesienia  
 nie utoniesz  
 ... w myślach ...  
 ani w mroku



## RADA NADZORCZA CHORZOWSKIEJ SPÓŁDZIELNI MIESZKANIOWEJ

W dniu 15 grudnia 2021 roku odbyło się kolejne posiedzenie Rady Nadzorczej ChSM.

Rada przyjęła plany prac Komisji Problemowych, Rad Osiedli oraz Rady Nadzorczej na 2022 rok.

W kolejnym punkcie obrad Rada

zapoznała się z informacją na temat przeprowadzonych przetargów na prowadzenie prac remontowo-modernizacyjnych w IV kwartale 2021 roku.

Prezes Zarządu p. Marek Kopel przedstawił informację z bieżącej

działalności Zarządu.

W sprawach organizacyjno-samorządowych omówiono wnioski mieszkańców naszej Spółdzielni.

*Sekretarz RN ChSM,  
Justyna Szatkowska*

# Każda praca jest częstką mnie

## rozmowa z Bogdanem Przybyłą

Bogdan Przybyła -mieszkaniec Chorzowskiej Spółdzielni Mieszkaniowej, członek Grupy Harcerskiej "Dinozaury" działającej w Klubie ChSM "Pokolenie", przede wszystkim miłośnik sztuki i pasjonat oraz twórca rękodziela artystycznego.

- Naszą rozmowę rozpocznę od mojego osobistego spostrzeżenia - Pan nie lubi nudy, interesuje Pana wiele rzeczy i wielu rzeczy się Pan podejmuje.

- Zgadza się, nie lubię nudy, staram się robić wiele różnych rzeczy. Zawsze mnie gdzieś nosiło, nie mogłem usiedzieć na jednym miejscu. Nuda zabija więc trzeba coś robić, żeby tą nudę z życia wygonić.

- Czyli nudę przepędzają Pana pasje - rękodzieło. Rozwińmy w takim razie trochę temat tej twórczości, co ją obejmuje?

- Od jakiegoś czasu zainteresowały mnie dwie techniki: decoupage i pouring. Decoupage (czyt. dekupaż) to technika zdobnicza polegająca na przyklejaniu na odpowiednio przygotowanej powierzchni, wzoru wyciętego lub wyrwanego z papieru lub serwetki. Tą techniką można dekorować wszystko: słoiki, butelki, deseczki, co tylko chcemy. Druga technika czyli pouring (czyt. puring) to malowanie obrazów polegające na wylewaniu farby akrylowej na płótno lub inne podłoże, dzięki czemu powstają wielobarwne i abstrakcyjne obrazy.

- W internecie od jakiegoś czasu modne stało się DIY (do it yourself - zrób to sam) czy utożsamia się Pan z tą kategorią twórczą czy raczej celuje Pan w sztukę przez duże S?

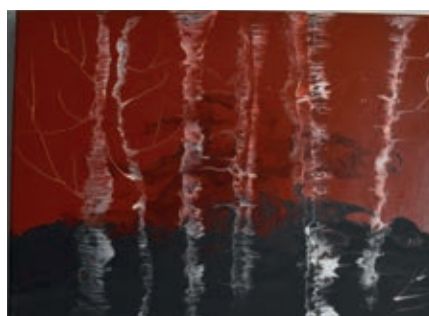
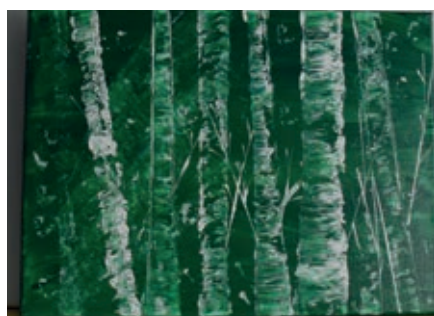


- Obie wcześniej wspomniane techniki wywodzą się z tej kategorii „zrób to sam”, ponieważ nie trzeba kończyć studiów artystycznych, żeby takie rzeczy wykonać, odpowiednie materiały i wszystko da się zrobić. Jednak do tego wszystkiego trzeba dodać swoje emocje i odczucia. I to jest w tym wszystkim wciągające, to daje spełnienie, a jeśli jeszcze moje prace się spodobają to dopiero „satysfakcja” jest ogromna. Nie utożsamiam się właściwie z techniką czy kategorią twórczą, ale raczej z moimi pracami,

z którymi ciężko mi się rozstać bo w każdej z nich jest częstka mnie.

- Czy inspiruje się Pan internetem, czy raczej natchnienie szukane jest gdzie indziej?

- Inspirację czerpię i z internetu i z otoczenia. Bardzo interesują mnie zdjęcia ze stacji kosmicznej, która krąży nad nami. Robię je sobie sam obserwując przeloty stacji, a moje wyobrażenia kosmosu i wszechświata czasem udaje mi się zawrzeć w moich obrazach.





- Na jakim etapie życia zaczął Pan odkrywać w sobie duszę artysty – twórcy?

- Dusza artysty-twórcy, to w moim przypadku zbyt dużo powiedziane. Od młodych lat interesowałem się rysunkiem, malarstwem, a najbardziej grafiką, potem doszedł op-art. Praktycznie zawsze coś szkicowałem ołówkiem na kartkach zeszytów, w których przeważały rysunki gór, lasów, które po prostu uwielbiam. Bardzo lubiłem i w dalszym ciągu podziwiam prace wielkiego artysty Salvadora Dali.

- Czy z jakąś pracą wiąże pan szczególne wspomnienie, emocje?

- Wszystkie moje prace traktuję na równi, nie wyróżniam któreś szczególnie. Tak jak powiedziałem wcześniej każda jest dla mnie wyjątkowa, bo jest w niej cząstka mnie.

- Na ostatniej wystawie, która miała miejsce w Klubie ChSM „Pokolenie” furorę zrobiły Pana obrazy.

- Właśnie są to obrazy, wykonywane techniką pouringu. To jest właśnie w nich wyjątkowe, że nie tylko sam proces tworzenia jest ciekawy, intrygujący, bo nigdy nie wiadomo co z tego „chlapania” farbą wyjdzie, ale także potem ich odbiór przez innych- każdy widzi w nich coś innego, coś osobistego.

- Wiem, że w grupie Harcerskiej „Dinozaury”, w której Pan aktywnie

działa, jest wiele artystycznych dusz i że razem wspieracie się w różnych działaniach, czy macie w planach jakieś kolejne wspólne wystawy a może Pana autorska?

- Już robiliśmy pierwsze przymiarki do pracy na bieżący rok, ale to jeszcze odrobinę za wcześnie na deklarowanie jakichkolwiek planów. Co do mojej autorskiej wystawy, byłaby dla mnie wielkim wydarzeniem, a ja nie lubię takowych planować, z prostej przyczyny-planowane rzeczy mi nie wychodzą, najlepiej wychodzą mi rzeczy robione z marszu, także myślę, że i w tym przypadku będzie podobnie.

- Mamy początek roku czy w związku z tym ma Pan jakieś artystyczne cele noworoczne?

- Moje artystyczne „cele” wyjdą w praniu, co będzie to się dopiero okaże, po prostu dla wszystkich i dla mnie samego będzie to niespodzianka.

- Na zakończenie proszę w trzech słowach powiedzieć co Pan sądzi o Klubie ChSM „Pokolenie”.

- Przede wszystkim uważam, że jest on bardzo potrzebny, bo skupia wokół siebie osoby różnych pokoleń, które mogą korzystać z wielu wydarzeń i inicjatyw, a Kierownictwo jest też przychylnie do działań samych mieszkańców, którzy mają swoje pasje i umiejętności.

Można powiedzieć, że znam Klub od fundamentów, od „Kocyndra” do teraz i życzę sobie, żeby trwał i działał nadal.

Rozmawiała:  
Marzena Warta-Biały





# Spotkanie z królową gier

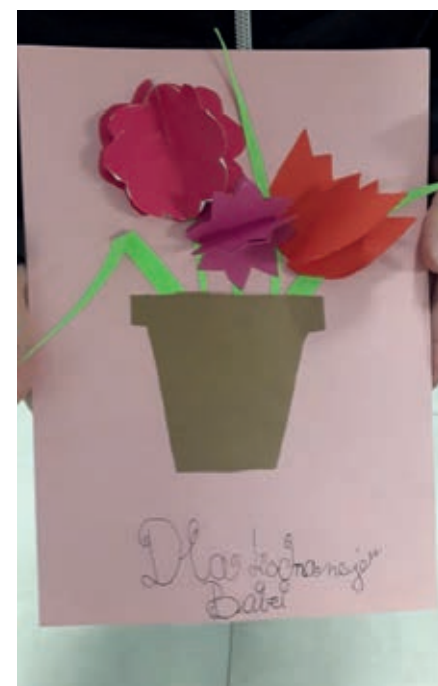
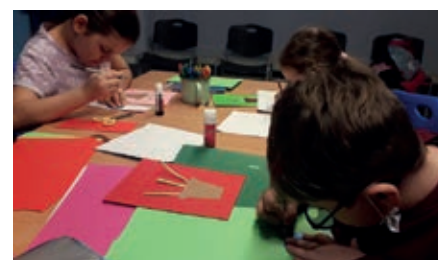
Prezentując kilka migawek fotograficznych, wracamy jeszcze do wspomnień z VIII Turnieju Szachowego o puchar Klubu ChSM „Pokolenie”, który rozegrano 20 listopada 2021 roku. Jak zwykle to sportowe wydarzenie cieszyło się ogromnym zainteresowaniem, a szachy ponownie połączyły ze sobą różne pokolenia - najmłodszy gracz miał 4 lata, a najstarszy 88 lat.

I miejsce wywalczył Arkadiusz Hopek, który startował w grupie OPEN, II miejsce zajął Władysław Piciński startujący z grupy do 12 lat, a na III miejscu uplasował się Szymon Sikora, również z grupy kategorii OPEN. Nagrody zwycięzcom i wyróżnionym wręczał Przewodniczący Rady Miasta Chorzów Waldemar Kołodziej.

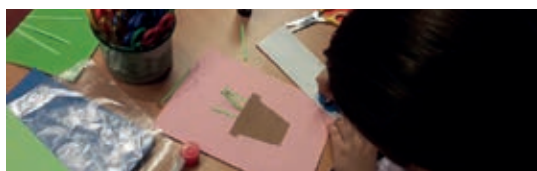
Zdjęcia: Marcin Bulanda



## Dla małych plastyków



Zajęcia plastyczne w Klubie „Pokolenie” Chorzowskiej Spółdzielni Mieszkaniowej upływały ostatnio pod znakiem przygotowań do Dni Babci i Dziadka. Dzieci zainteresowane rozwijaniem swoich uzdolnień plastycznych mogą dołączyć do spotkań odbywających się w Klubie przy ul. Młodzieżowej 29 w każdą środę od godz. 17.00 do 18.00.





## Dopłaty dla odbiorców energii w 2022 roku – dodatek osłonowy

**Dokończenie ze str.1**

### Stawki dopłat

Wysokość dopłat w ramach dodatku osłonowego zależy od liczby osób w rodzinie i jej dochodu. Biorąc pod uwagę te dwa kryteria przedstawia się to następująco:

- 400 zł dla jednoosobowego gospodarstwa przy miesięcznym dochodzie nieprzekraczającym 2100 zł,
- 600 zł dla 2-3 osobowego gospodarstwa, którego budżet nie przekracza 1500 zł miesięcznie na osobę,
- 850 zł dla 4-5 osobowego gospodarstwa o miesięcznym dochodzie nieprzekraczającym 1500 zł na osobę,
- 1150 zł dla gospodarstwa 6 i więcej osobowego, którego miesięczny dochód nie przekracza 1500 zł na osobę.

We wniosku o dodatek osłonowy znajdziemy dokładną informację o sposobie wyliczania dochodów.

### Stawki dla gospodarstw z piecami węglowymi

Gospodarstwa zagrożone tzw. ubóstwem energetycznym dostaną większy dodatek osłonowy. Chodzi tu o gospodarstwa domowe, których głównym źródłem ogrzewania jest kocioł na paliwo stałe, kominek, koza,

ogrzewacz powietrza, trzon kuchenny, piekociuchnia, kuchnia węglowa lub piec kaflowy na paliwo stałe, zasilane węglem lub paliwami węgl pochodnymi. W tym przypadku dodatek wynosi:

- 500 zł dla gospodarstwa domowego jednoosobowego,
- 750 zł dla gospodarstwa domowego składającego się z 2 do 3 osób,
- 1062,50 zł dla gospodarstwa domowego składającego się z 4 do 5 osób,
- 1437,50 zł dla gospodarstwa domowego składającego się z co najmniej 6 osób.

### Kiedy i gdzie składać wniosek o dodatek?

Ustawa o dodatku osłonowym weszła w życie 4 stycznia i od tego dnia można składać wnioski do 31 stycznia 2022r. Wyплаты wsparcia w roku 2022 odbędą się w dwóch równych ratach, tj. do 31 marca i do 2 grudnia. Gospodarstwa, które nie złożą wniosku do końca stycznia, nadal mogą ubiegać się o dodatek, jednakże muszą dopełnić formalności do 31 października 2022r. W tej sytuacji wypłata dodatku osłonowego zostanie zrealizowana w całości do 2 grudnia 2022r.

Wnioski o dodatek osłonowy składa się we właściwej dla miejsca zamieszkania gminie lub elektronicznie. Szczegółowe informacje na temat tego świadczenia

dla osób zamieszkałych w Chorzowie można znaleźć na stronie internetowej <http://ops.bip.chorzow.eu> w zakładce „Dodatek osłonowy”. Oprócz formy korespondencyjnej, wniosek o dodatek osłonowy można wysłać elektronicznie. W tym przypadku konieczny będzie kwalifikowany podpis elektroniczny lub Profil Zaufany. Dodatek osłonowy będzie przyznawany tylko jednej osobie z każdego gospodarstwa domowego. Jeżeli taki wniosek złożą kilka osób, dotacje otrzyma ta, która była pierwsza.

I jeszcze dobra wiadomość dla rodzin, które nie spełniają kryteriów dochodowych. W przypadku dodatku osłonowego obowiązywać będzie tzw. zasada złotówka za złotówkę. Oznacza to więc, że dodatek ten będzie przyznawany nawet po przekroczeniu kryterium dochodowego, a kwota dodatku będzie pomniejszana o kwotę tego przekroczenia. Minimalna kwota wypłacanych dodatków osłonowych będzie wynosić 20 zł.

Dodatek osłonowy nie jest opodatkowany podatkiem dochodowym od osób fizycznych.

**Bartłomiej Gocek**  
Członek Zarządu ChSM  
Dyrektor ds. Ekonomicznych

REKLAMA

**DLACZEGO WARTO?**

Pokonanie pandemii COVID-19 i powrót do normalności są możliwe, gdy przerwiemy łańcuch zakażeń. Szczepionka daje nam taką możliwość. Aby efekty były jak najlepsze i jak najszybsze, wszyscy musimy być solidarni.

**Każdy z nas może zatrzymać pandemię.** Przyjęcie szczepionki to nie tylko ochrona nas samych. To także ochrona naszych rodziców, dziadków, dzieci i przyjaciół. Naprawdę warto!

CAŁODOBOWA INFOLINIA: 989
 [WWW.GOV.PL/SZCZEPIMYSIE](http://WWW.GOV.PL/SZCZEPIMYSIE)

KANCELARIA PREZESA RADY MINISTRÓW
 Ministerstwo Zdrowia

# Zielone piękno

## Administracja Chorzów Batory

Prezentujemy laureatów tegorocznej edycji Konkursu na najładniejszy balkon i ogródek przydomowy z rejonu administracyjnego Chorzów Batory. W następnym numerze rejon administracyjny Centrum. Fotograficzne wspomnienie ciepłych dni zostanie z nami aż do kolejnej wiosny.

Halina Flegler – 1 miejsce (balkon)



Teresa Kornat – 1 miejsce (ogródek przydomowy)



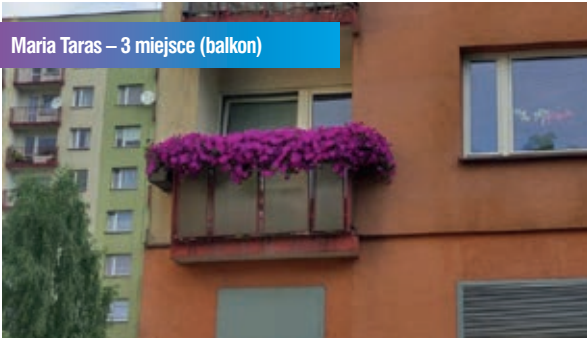
Doroła Fik – 2 miejsce (balkon)



Wiesław Krawczyk – 2 miejsce (ogródek przydomowy)



Maria Taras – 3 miejsce (balkon)



Jan Głowoc – 3 miejsce (ogródek przydomowy)



Helena Antoniadis  
– wyróżnienie (balkon)





## ANDRZEJKOWY ZAWRÓT GŁOWY

29 i 30 listopada Klub Seniora oraz Grupa Harcerska „Dinozaury” świętowali Andrzejki. Były tradycyjne wróżby, lanie wosku i taneczna atmosfera. Żałujemy tylko, że inni Święci nie obchodzą tak hucznie swoich imienin.



REKLAMA

796 024 809

CENTRUM  
POWYPADKOWE

- KOMPLEKSOWE NAPRAWY POWYPADKOWE
- ROZLICZENIA BEZGOTÓWKOWE ZE WSZYSTKIMI FIRMAMI UBEZPIECZENIOWYMI
- WYNAJEM AUTA ZASTĘPCZEGO
- POMOC DROGOWA
- BLACHARSTWO, LAKIERNICTWO



czynne 7.00-16.00

powypadkowe.chorzow@gmail.com 41-500 Chorzów  
www.centrumpowypadkowe.gmail.com ul. Hajducka 67



# PAMIĘTAJ!









## Radość i wspólne świętowanie podczas „Wigilii dla Samotnych”

### Dokończenie ze str. 1

Świąteczna atmosfera, pyszna kolacja wigilijna oraz wspólne kolędowanie wraz z artystami z Teatru Rozrywki na długo pozostaną w pamięci wszystkich uczestników. Swoją obecnością zaszczytili nas Przewodnicząca Rady Nadzorczej ChSM Pani Grażyna Wiedera, Członek Zarządu ChSM Pan Bartło-

miej Gocek, pomysłodawca i gospodarz wydarzenia Pan Romuald Lachowicz oraz Proboszcz Parafii św. Antoniego Ks. Krystian Kukowka.

Wszyscy podczas tego wyjątkowego spotkania, życzyli sobie przede wszystkim zdrowia i możliwości wspólnego świętowania podczas kolejnej Wigilii.



## Turniej Skata

Świąteczny Turniej Skata rozegrano w Klubie „Pokolenie” Chorzowskiej Spółdzielni Mieszkaniowej w dniu 19 grudnia 2021 roku. W karcianej rywalizacji wystartowało ponad 30 zawodników. Najwyższe lokaty zajęli Piotr Olszak, Dariusz Przybyła i Zbigniew Goworek.

Zdjęcie: Marcin Bulanda

## Harmonogram przeglądów gazowych na rok 2021 w zasobach Administracji „Centrum” - aktualizacja

Lp.	Adres	nr Domu	Ilość mieszkań	2022 rok					
1.	Karolinki	1-5	125	styczeń	35.	Konopnickiej	15,a,b	36	marzec
2.	Majętnego	8-18	148	styczeń	36.	Konopnickiej	17,a,b	36	marzec
3.	Rycerska	2-24	180	styczeń	37.	Konopnickiej	21,a,b	40	marzec
4.	Pawła	2	8	styczeń	38.	Konopnickiej	23,a,b	36	marzec
5.	Pawła	4-4a	18	styczeń	39.	Konopnickiej	25,a,b	35	kwiecień
6.	Pudlerska	18	10	styczeń	40.	Konopnickiej	27,a,b	35	kwiecień
7.	Pawła	22,22a	29	styczeń	41.	Dąbrowskiego	4-12	68	kwiecień
8.	Rymera	15-19	45	styczeń	42.	Dąbrowskiego	16, 18	30	kwiecień
9.	Rymera	21-25	41	styczeń	43.	Dąbrowskiego	38-42	39	kwiecień
10.	Pawła	17	6	styczeń	44.	Dąbrowskiego	62,a,b,c	37	kwiecień
11.	Miechowicka	2, 4	30	styczeń	45.	Dąbrowskiego	64-68	36	kwiecień
12.	Katowicka	61a,b,c	31	styczeń	46.	Powstańców	20, 20a	16	kwiecień
13.	Katowicka	71-73a	36	styczeń	47.	Rostka	4	9	kwiecień
14.	Katowicka	121,a	16	styczeń	48.	Sienkiewicza	12, 14	25	kwiecień
15.	Katowicka	136,a,b	96	styczeń	49.	Kościuszki	16-30	110	maj
16.	Kazimierza	8, 10	79	styczeń	50.	Kopernika	8	30	maj
17.	Słowiańska	2-40	300	luty	51.	Krasickiego	7	30	maj
18.	Konopnickiej	36	29	luty	52.	Krzywa	9	30	maj
19.	Konopnickiej	38	30	luty	53.	Katowicka	90	11	maj
20.	Roosevelta	3	30	luty	54.	Barska	2-8	30	sierpień
21.	Mościckiego	19,a,b	18	luty	55.	Stalmacha	7-15	73	sierpień
22.	Poniatowskiego	17, 19	24	luty	56.	Pl. Mickiewicza	1, 2	16	sierpień
23.	Gajowa	1-7	59	luty	57.	Krakusa	12	41	sierpień
24.	Stabika	6-12; 14-24	163	luty	58.	Krakusa	16	43	sierpień
25.	Grunwaldzka	2-10b	77	marzec	59.	Kordeckiego	5-7a	41	sierpień
26.	Grunwaldzka	1-17	87	marzec	60.	Ks. Wł. Opolskiego	1	180	wrzesień
27.	Krzyżowa	8-16	42	marzec	61.	Ks. Wł. Opolskiego	3	168	wrzesień
28.	Krzyżowa	22-34a	71	marzec	62.	Ks. Wł. Opolskiego	5	168	wrzesień
29.	11 Listopada	37-43	43	marzec	63.	Ks. Wł. Opolskiego	7	180	wrzesień
30.	Poniatowskiego	24-28	42	marzec	64.	Ks. Wł. Opolskiego	9	180	wrzesień
31.	Karpińskiego	16, 18	28	marzec	65.	Ks. Wł. Opolskiego	11	180	wrzesień
32.	Kaszubska	17-21	42	marzec					
33.	Bogedaina	24, 24a	19	marzec					
34.	Konopnickiej	11,a,b,c	50	marzec					

W czerwcu, lipcu, październiku i listopadzie przeglądy w mieszkaniach nieudostępnionych w pierwszym terminie

REKLAMA

### PRACA W SIEMIANOWICACH ŚL. UL. ROZWOJOWA

**UWAGA!!! ATRAKCYJNA PRACA**  
**Mile widziani renciści i emeryci.**

Prężnie rozwijająca się firma z branży metalowej  
poszukuje do pracy osób (MEŻCZYŹN I KOBIET)  
na stanowisko:

#### **MONTER ELEMENTÓW SPRĘŻYSTYCH**

Idealnym kandydatem/kandydatką będzie osoba  
posiadająca chęci do pracy.  
Oferujemy: stabilne zatrudnienie na umowę o pracę  
oraz atrakcyjne zarobki.

Kontakt **wyłącznie** pod numerem telefonu:  
**664 854 818** lub mailowo: **biuro@pupd.pl**  
od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00 – 15.00



## REKLAMA

W WIADOMOŚCIACH  
SPÓŁDZIELCZYCH

tel. 32 241 33 74

Nasz felieton

# Remontowe refleksje

Na palcach jednej ręki można policzyć tych, którzy lubią remonty. Wysoce prawdopodobne jest to, że wąskie to grono obejmuje jedynie tych, którzy na tego typu usługach zarabiają. Zasięg i skala prac nie mają dla tej tezy znaczenia. Ten kto remontuje coś we własnym zakresie, w zaciszu własnego domostwa, oszczędza wprawdzie na kosztach robocizny, nie oszczędza natomiast na zdrowiu i stresie. Prace te bowiem w każdym przypadku potrafią dotkliwie zreorganizować życie rodziny. Idąc dalej, kafelkowanie korytarzy, malowanie klatek schodowych czy wymiana dźwigów osobowych w wielopiętrowych budynkach reorganizuje życie całego bloku. Trwająca modernizacja placu zabaw odbiera najmłodszym radość dzieciństwa. Remonty dróg wdzierają się dotkliwie w codzienną rutynę setek kierowców. Jeśli na wytyczone objazdy nałoży się jeszcze gołoledź i nieobecność piaskarek, słów brakuje. Po okolicy echem niosą się złorzeczenia, to tu to tam daje się słyszeć płacz i zgrzytanie zębów. Na ten ostatni dźwięk dentyści zacierali by ręce z zadowolenia, gdyby nie to, że

pracują w lateksowych rękawiczkach... Marudzewski właśnie wrócił z sobotnich zakupów. – Jest pięknie – wołał od progu. – Jest pięknie! - powtórzył dla wzmocnienia przekazu. Marudzewska machinalnie wyjrzała przez okno. Za szybą było szaro i deszczowo. - Zdaje się, że pada? – zapytała nieśmiało. - Pada i owszem, ale przecież nie mówię o pogodzie, choć rzeczywiście mógłbym uznać, że lekki deszczyk zamiast śnieżycy to pod koniec stycznia całkiem niezła aura – stwierdził Marudzewski. - Znając cię tyle lat, nie byłabym zaskoczona – Marudzewska z trudem tłumiała śmiech. - Pięknie jest na klatkach schodowych – Marudzewski doprecyzował powód swojego entuzjazmu. – Nasz ponadczterdziestoletni blok zyskał właśnie kolejną młodość – kontynuował. - Miejmy nadzieję, że długo ją utrzyma – stwierdziła Marudzewska. – Teraz się wszystkim podoba, a ilu z nich jeszcze niedawno narzekało, że brud, hałas i w ogóle wszystkie uciążliwości świata na nasz blok spadły – dodała. - Ja tam złego słowa nie powiem – zarze-

kał się Marudzewski. - A ja gwarantuję za tę deklarację, ale nie jest to gwarancja bezterminowa. - Niby dlaczego? – zdziwił się Marudzewski. - Ano dlatego, że znowu będziesz gderać, gdy tylko zacznie się nowy remont, albo wyskoczy jakaś nagła awaria... - Awarie wyłażą zawsze w najmniej odpowiednim momencie. W środku przerwy świątecznej, w niedzielę, albo we czwartek tuż po osiemnastej, kiedy nie sposób wezwać kogoś z odsieczą, więc... - Tak, tak... Jesteś usprawiedliwiony – ironizowała Marudzewska. – Wracając do meritum, miejmy nadzieję, że długo będziemy się cieszyć efektami tego świeżutkiego remontu i za chwilę nie pojawi się ktoś, kto nie będzie potrafił uszanować tej wspólnej wartości. Całkiem niedawno przy ul. Nowaka nieznanymi sprawcy bezpardonowo obeszlą się z tamtejszym placykiem gospodarczym. Po całkiem zadbanej wiacie śmietnikowej zostały zgłiszczą i konieczność wydatkowania środków, które można było przeznaczyć na coś zupełnie nowego...

Krzysztof Knas

## Krzyżówka z hasłem

Kraj nad Wisłą	Niedopalek papierosa	Wykonuje zdjęcia filmowe	Ryba z rodziny karpio-watych	Słodkowodna ryba drapieżna	Piętrowa pryca	Miłośnik książek	Ciasto z ubitych białek	Imię męskie	Ośrodek dyspozycyjny	Cienki, przenikliwy dźwięk	Reklamowany proszek	Trzy dziesiątki i dwa walety	Imię żeńskie	W nim dużo drzew
Drobna rola filmowa				7		Imię męskie					6			Uszczypliwość
Powązanie	15				2	Okres dziejów			1	Ponurak	3	8		
			5	11	12	Wada wzroku								
Płynie przez Goleńców	Zyłka w liściu	18	Czegoś na coś			Gatunek wierzby	4	10		Głowa zwierzęcia				Lekki odkryty pojazd konny
	16		Mała Alicja	19	Ptak z wachlarzowatym ogonem			Szyfr	Biblijny właściciel arki					Kociokwik
Odcinek drogi		17			Tobolek									
Zraz zawijany								Postać						
Rupieć					Cugle					Wadza cara				
											14			20



Litery z pól ponumerowanych utworzą hasło:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

## Chorzowska Spółdzielnia Mieszkaniowa w Chorzowie, ul. Kopalniana 4A oferuje lokal użytkowy do wynajęcia:

Stawka eksploatacyjna za najem lokalu uzależniona jest od rodzaju prowadzonej działalności gospodarczej:  
działalność handlowo-usługowa, produkcyjna i gastronomiczna: 18,74 zł netto/m<sup>2</sup>/m-c,  
działalność związana z prowadzeniem świadczeń zdrowotnych: 11,02 zł netto/m<sup>2</sup>/m-c,  
pozostała działalność gospodarcza: 12,66 zł netto/m<sup>2</sup>/m-c.

W zależności od położenia lokalu oraz jego wyposażenia, oprócz opłaty eksploatacyjnej naliczane są opłaty w zakresie m.in.: centralnego ogrzewania, zimnej i ciepłej wody, gazu, domofonu, mycia klatek schodowych, opłaty przekształceniowej/za użytkowanie wieczyste.

Lp.	Adres lokalu	Powierzchnia /m <sup>2</sup> /	Położenie
1.	Barska 6	51,50	budynek wielorodzinny - parter

Zgodnie z § 4 Regulaminu najmu lokali użytkowych w zasobach Chorzowskiej Spółdzielni Mieszkaniowej o wyborze najemcy ww. lokali decyduje data doręczenia wniosku do siedziby Spółdzielni przy ul. Kopalnianej 4A w Chorzowie.

Lokal można oglądać po uprzednim telefonicznym kontakcie z administracją:

MA-3

ul. Ks. bpa I. Krasickiego 7A

tel. 32/ 241 35 97

tel. 32/ 241 41 16

Dodatkowe informacje zawarte są w Regulaminie najmu lokali użytkowych dostępnym na stronie internetowej [www.chsm.com.pl](http://www.chsm.com.pl), a także udzielane są przez Dział Członkowsko-Mieszkaniowy, tel.32/241 52 08, wew. 302, 304, 305.

## Chorzowska Spółdzielnia Mieszkaniowa przy ul. Kopalnianej 4A w Chorzowie informuje, że dysponować będzie następującymi lokalami użytkowymi do wynajęcia:

### 1. Lokal użytkowy położony w Chorzowie przy ul. Opolskiej 1.

Lokal o powierzchni użytkowej 64,70 m<sup>2</sup>, usytuowany jest w pawilonie usługowym, wyposażony w instalację elektryczną i wodno-kanalizacyjną.

Ogłędzin lokalu będzie można dokonywać od 10.01.2022 r. do 24.01.2022 r., w godzinach pracy Administracji, po uprzednim telefonicznym kontakcie z Administracją Osiedla „Żołnierzy Września” przy ul. Lompy 11, tel. 32/ 241 59 83 lub 32/ 246 04 55.

Wnioski o najem przedmiotowego lokalu można składać w siedzibie Spółdzielni przy ul. Kopalnianej 4A w Chorzowie do dnia 24.01.2022 r., do godz. 15.00.

### 2. Lokal użytkowy nr 3 położony w Chorzowie przy ul. ks. J. Gałeczki 36.

Lokal o powierzchni użytkowej 117,00 m<sup>2</sup>, usytuowany jest na parterze budynku mieszkalno-usługowego, wyposażony w instalację elektryczną, wodno-kanalizacyjną i centralnego ogrzewania, z bezpośrednim wejściem od strony ulicy.

Ogłędzin lokalu będzie można dokonywać od 04.02.2022 r. do 18.02.2022 r., w godzinach pracy Administracji, po uprzednim telefonicznym kontakcie z Administracją Osiedla „Różana-Gałeczki” przy ul. ks. J. Gałeczki 41, tel. 32/ 241 95 62 lub 32/ 241 98 13.

Wnioski o najem przedmiotowego lokalu można składać w siedzibie Spółdzielni przy ul. Kopalnianej 4A w Chorzowie do dnia 18.02.2022 r., do godz. 13.00.

### 3. Lokal użytkowy położony w Chorzowie przy ul. Św. Pawła 4A.

Lokal o powierzchni użytkowej 11,70 m<sup>2</sup>, sytuowany jest na parterze budynku wielorodzinnego, wyposażony w instalację elektryczną, wodno-kanalizacyjną i centralnego ogrzewania, z bezpośrednim wejściem od strony ulicy.

Ogłędzin lokalu będzie można dokonywać od 03.03.2022 r. do 17.03.2022 r., w godzinach pracy Administracji, po uprzednim telefonicznym kontakcie z Administracją Osiedla „Centrum” przy ul. Krasickiego 7A, tel. 32/ 241 35 97 lub 32/ 241 41 16.

Wnioski o najem przedmiotowego lokalu można składać w siedzibie Spółdzielni przy ul. Kopalnianej 4A w Chorzowie do dnia 17.03.2022 r., do godz. 15.00.

### 4. Lokal użytkowy nr 4 położony w Chorzowie przy ul. Ks. Wł. Opolskiego 7.

Lokal o powierzchni użytkowej 74,00 m<sup>2</sup>, usytuowany jest na parterze bu-

dynku wielorodzinnego, wyposażony w instalację elektryczną, wodno-kanalizacyjną i centralnego ogrzewania, z bezpośrednim wejściem od strony ulicy.

Ogłędzin lokalu będzie można dokonywać od 04.04.2022 r. do 19.04.2022 r., w godzinach pracy Administracji, po uprzednim telefonicznym kontakcie z Administracją Osiedla „Centrum” przy ul. Krasickiego 7A, tel. 32/ 241 35 97 lub 32/ 241 41 16.

Wnioski o najem przedmiotowego lokalu można składać w siedzibie Spółdzielni przy ul. Kopalnianej 4A w Chorzowie do dnia 19.04.2022 r., do godz. 15.00.

### 5. Lokal użytkowy nr 5 położony w Chorzowie przy ul. Ks. Wł. Opolskiego 7.

Lokal o powierzchni użytkowej 95,00 m<sup>2</sup>, usytuowany jest na parterze budynku wielorodzinnego, wyposażony w instalację elektryczną, wodno-kanalizacyjną i centralnego ogrzewania, z bezpośrednim wejściem od strony ulicy.

Ogłędzin lokalu będzie można dokonywać od 04.04.2022 r. do 19.04.2022 r., w godzinach pracy Administracji, po uprzednim telefonicznym kontakcie z Administracją Osiedla „Centrum” przy ul. Krasickiego 7A, tel. 32/ 241 35 97 lub 32/ 241 41 16.

Wnioski o najem przedmiotowego lokalu można składać w siedzibie Spółdzielni przy ul. Kopalnianej 4A w Chorzowie do dnia 19.04.2022 r., do godz. 15.00

Stawka eksploatacyjna za najem lokalu uzależniona jest od rodzaju prowadzonej działalności gospodarczej:

- działalność handlowo-usługowa, produkcyjna i gastronomiczna: 18,74 zł netto/m<sup>2</sup>/m-c,
- działalność związana z prowadzeniem świadczeń zdrowotnych: 11,02 zł netto/m<sup>2</sup>/m-c,
- pozostała działalność gospodarcza: 12,66 zł netto/m<sup>2</sup>/m-c.

W zależności od położenia lokalu oraz jego wyposażenia oprócz opłaty eksploatacyjnej naliczane są opłaty w zakresie m.in.: centralnego ogrzewania, zimnej i ciepłej wody, gazu, opłaty przekształceniowej/za użytkowanie wieczyste.

W odniesieniu do ww. lokali użytkowych zastosowanie znajduje § 5 Regulaminu najmu lokali użytkowych w zasobach Chorzowskiej Spółdzielni Mieszkaniowej.

Dodatkowe informacje udzielane są przez Dział Członkowsko-Mieszkaniowy, tel.32/241 52 08, wew. 302, 304, 305.



# DYSTANS DEZYNFEKCJA MASECZKA

## INFORMATOR

### CENTRALA ChSM:

32 241 42 71 do 3; 32 241 52 08;  
32 241 05 28

- sekretariat prezesa i dyrektora ds. ekonomicznych:  
32 241 68 56; fax: 32 241 60 12
- dyrektor ds. techn. i eksploatacji:  
32 241 14 26

### ADMINISTRACJE ChSM

- os. Żołnierzy Września, ul. Lompy 11  
tel. 32 241 59 83; 32 349 66 66
- os. Chorzów Batory ul. Strzybnego 4  
tel. 32 246 46 12, 32 246 12 84
- os. Centrum, ul. Krasickiego 7a  
tel. 32 241 35 97, 32 241 41 16
- os. Różana - Gałeczki, ul. Gałeczki 41  
tel. 32 241 95 62, 32 241 98 13

### POGOTOWIE AWARYJNE

504 095 977

### Klub ChSM „Pokolenie”

ul. Młodzieżowa 29,  
tel. 32 241 94 73

### POGOTOWIA

- ratunkowe: 999 (112 z tel. komórkowego)
- nocna i świąteczna opieka lekarska i pielęgniarska SPZOZ Zespołu Szpitali Miejskich w Chorzowie pawilon nr 5, ul. Strzelców Bytomskich 1  
- tel. 32 349 91 40 (osoby dorosłe),  
32 349 91 38 (dzieci),
- energetyczne i oświetlenia ulic: 991,  
32 303 03 03,
- wod.- kan.: 994, 32 241 32 77, 32 770 37 00
- dźwigowe (całodobowe): 601 515 812
- gazowe 992, 32-245-20-50
- Zakład Urządzeń Dźwigowych „Eldźwig”:  
32 241 60 58
- Spółdzielnia Kominiarzy: 32 241 18 48,  
32 266 60 84-5, Dział Usług: 32 266 76 12
- Straż Pożarna: 998, 32 241 09 77
- Komenda Miejska Policji: 32 771 52 00
- Straż Miejska: 986, 32 241 61 45

### GODZINY PRACY ChSM\*

**poniedziałek, wtorek, czwartek**  
od 7.00 do 15.00

**środa** od 7.00 do 17.00

**piątek** od 7.00 do 13.00

**\*z uwzględnieniem zmiany, o których mowa w informacji zamieszczonej na str. 3**

### GODZINY PRACY KAS:

**poniedziałek, wtorek, czwartek**  
od 7.15 do 14.30

**środa**  
od 7.15 do 16.30

z przerwami: od 11.00 do 11.30 i od 13.00 do 13.30 (kasa Dyrekcji) oraz od 12.30 do 13.00 (kasy administracji osiedli)

**piątek**  
od 7.15 do 12.30  
z przerwami od 9.00 do 9.30 i od 11.00 do 11.30

[www.chsm.com.pl](http://www.chsm.com.pl)



# DROBNE DROBNE

## USŁUGI

• AAA USŁUGI REMONTOWE doświadczenie i solidność, tel. 502-706-342.

• A HYDRAULIK, ELEKTRYK, tel. 799-066-346.

• AUTO KUPIĘ, tel. 509-954-191.

• CAŁODOBOWO AWARIE, naprawy - piecyków gazowych (Vaillant, Junkers, Termet) i instalacji wodnych, kanalizacyjnych, C.O., elektrycznych; remonty łazienek, tel. 32 241-99-81, 601-477-527.

• CZYSZCZENIE DYWANÓW, tapicerek, wykładzin, solidnie, tel. 606-274-056.

• GAZOWE URZĄDZENIA, naprawa, montaż JUNKERS, VAILLANT, TERMET inne tel. 783-367-264.

• HYDRAULIKA tel. 783-367-264.

• JUNKERS TERMET NECKAR Vaillant – czyszczenie, konserwacja, naprawa, wymiana. tel. 733-336-959.

• KAMIENIARSTWO, tel. 602-644-573.

• KUPIĘ MIESZKANIE, może być do remontu. Chorzów i okolice. tel. 720-899-972.

• KUPIĘ UDZIAŁY w każdej nieruchomości. tel. 535-787-267.

• PIECE GAZOWE - naprawa, tel. 601-477-527.

• PRZEPROWADZKI KOMPLEKSOWE utylizacja, tel. 32 220-64-27, 531-944-531.

• WYMIANA INSTALACJI elektrycznych, www.voltage-service.eu, tel. 504-494-622.

## SPRZEDAM, KUPIĘ, ZAMIENIĘ

• Kupię mieszkanie, może być do remontu, spłacę zadłużenie. tel. 501-170-578.

• Kupię każdą nieruchomość, mieszkanie, dom, działkę, garaż, udział. tel. 501-170-578.

• Wynajmę mieszkanie 29 m<sup>2</sup> w Chorzowie przy ul. 3 Maja. Mieszkanie z C.O. składa się z przed-

poкою (przesuwana szafa), kuchni (meble, piec gazowy), łazienki (junkers, wanna, umywalka, ubikacja) oraz pustego pokoju. tel. 510-622-679 lub 517-405-458.

• Sprzedam mieszkanie 2 pokojowe, 46 m<sup>2</sup> w Chorzowie (Klimzowiec) IV piętro/IV. tel. 695-618-390 (8.00-14.00) lub 695-618-420 (15.00-21.00).

• Wynajmę mieszkanie na Górze Redena, 2 pokoje, kuchnia, łazienka, ubikacja, C.O. na korzystnych warunkach. tel. 502-557-763.

• Kupię bezpośrednio garaż Chorzów Batory tel. 797-299-422.

• Kupię bezpośrednio mieszkanie Chorzów Batory lub centrum tel. 797-299-422.

• Sprzedam lub zamienię mieszkanie w Chorzowie przy ul. Świętej Kingi, pow. 48 m<sup>2</sup>, 2 piętro, M-4, 3 pokoje + kuchnia, C.O., gaz, mieszkanie do odświeżenia. Sprzedam lub zamienię na mniejsze na parterze. tel. 509-311-025.

• Kupię garaż w okolicach Amelung, św. Kingi, ul. Składowej. tel. 784-485-650.

• Do wynajęcia mieszkanie dwupokojowe w Chorzowie Batorym. Wyremontowane, częściowo umeblowane. Dostępne od stycznia 2022 r. tel. 505-869-649.

• Sprzedam mieszkanie 4 pokojowe, 55 m<sup>2</sup> w Chorzowie przy ul. Katowickiej, na 2 piętrze z dwoma balkonami. tel. 605-073-866.

• Sprzedam mieszkanie 2 pokojowe, 62 m<sup>2</sup> w Chorzowie przy ul. Karwińskiej, III piętro. tel. 606-822-632.

• Zamienię garaż murowany, własnościowy (kanal i światło) w centrum Chorzowa, ul. Kościuszki 6B na podobny, w dzielnicy Klimzowiec. tel. 728-498-513.

• Kupię garaż, ul. Młodzieżowa. tel. 693-570-949.

• Poszukuję pokoju lub mieszkania w zamian za opiekę na terenie Chorzowa, tel. 32 241-47-46.

• Sprzedam mieszkanie 2 pokojowe na osiedlu Irys o powierzchni 49 m<sup>2</sup>, z księgą wieczystą, bez pośredników, tel. 606-180-297.

• Sprzedam mieszkanie 2 pokojowe 47,6m<sup>2</sup> w Chorzowie, na Osiedlu Irys (4 piętro). Mieszkanie do remontu, adaptacji. Tel. 605-452-606



41-500 Chorzów,  
ul. Wolności 49/1  
tel./fax 241-53-84,  
tel. kom. 693 858 628 oraz 695 374 350  
godz. 9.00-17.00  
www.konkret1.gratka.pl  
e-mail: konkret15@wp.pl

## Mieszkania do sprzedaży

- Chorzów, ul. Cieszyńska, 2 pokojowe, pow. 42,3 m<sup>2</sup>, cena 195.000,-
- Chorzów, os. Pnioki, kawalerka, pow 33 m<sup>2</sup>, cena 168.000,-
- Chorzów, ul. Wileńska, 1 pokojowe, 34 m<sup>2</sup>, do remontu, cena 50.000,-

## Mieszkania do wynajęcia

- Katowice Centrum, kawalerka umeblowana o pow. 28 m<sup>2</sup>, cena 1200, plus kaucja i media
- Katowice Ligota, 2 pokojowe, umeblowane, pow. 38 m<sup>2</sup>, cena 1200,- plus kaucja i media

## Dom do sprzedaży

- Tworóg, pow. ok. 220 m<sup>2</sup>, pow. mieszkalna 113 m<sup>2</sup>, do wykończenia, działka 805 m<sup>2</sup>, przy kompleksie leśnym, cena 320.000,-

PRZYJMujemy DO SPRZEDAŻY, WYNAJMU:  
MIESZKANIA, DOMY,  
DZIAŁKI BUDOWLANE

- Zapewniamy pomoc przy uregulowaniu stanu prawnego nieruchomości zgłaszanych do sprzedaży oraz kredytu na ich sfinansowanie

www.konkret1.gratka.pl

REKLAMA



nr licencji 12985

## NIERUCHOMOŚCI

■ **SKUP MIESZKAŃ ZA GOTÓWKĘ** m.in zadłużonych, w egzekucji komorniczej, z obciążoną hipoteką etc.

■ **SKUTECZNE POŚREDNICTWO, DORADZTWO**

**SJ Mobil bis sp. z o.o.**

41-106 Siemianowice Śl. - Bytków, ul. Wróblewskiego 19

tel. biuro: 32 608 07 14 Dorota: 509 498 648 email: dorota.siudy@gmail.com

NAPRAWA PIECYKÓW  
GAZOWYCH

SPRZEDAŻ JUNKERSÓW  
Z MONTAŻEM PRZEZ  
AUTORYZOWANEGO  
INSTALATORA

INSTALACJE  
WOD-KAN-GAZ



TEL. 501 545 411, 32 2411 700

## Informacje Policji Śląskiej

### ZMIANY W PRZEPISACH I NOWY TARYFIKATOR MANDATÓW

Od 1 stycznia 2022 roku funkcjonuje nowy taryfikator mandatów, który podniósł wysokość grzywnen za najbardziej niebezpieczne i nieodpowiedzialne wykroczenia na drodze. Do 30 tysięcy złotych wzrosła też maksymalna grzywna, jaką może nałożyć sąd. Zmiany wprowadzono w celu poprawy bezpieczeństwa w ruchu drogowym.

Nowa ustawa podwyższa grzywny za nieprawidłowe zachowanie w stosunku do pieszych, niewłaściwe wyprzedzanie i znaczne przekroczenie prędkości. Nieustąpienie pierwszeństwa pieszemu, wyprzedzanie na przejściu dla pieszych, czy jazda po chodniku, to minimum 1,5 tysiąca złotych grzywny. Dodatkowo, jeśli sprawca spowodował zagrożenie bezpieczeństwa pieszego, sąd może orzec zakaz prowadzenia pojazdów. Minimum 1 tysiąc złotych grzywny zapłaci kierowca, który nie zastosuje się

do zakazu wyprzedzania określonego ustawą lub znakiem drogowym.

Nowe przepisy wprowadzają też obligatoryjny zakaz prowadzenia pojazdów i grzywnę minimum 1,5 tysiąca złotych za kierowanie pojazdem mechanicznym bez wymaganych uprawnień. Wprowadzono wyższe grzywny, m.in. nawet 5 tysięcy złotych za przekroczenie prędkości o ponad 71 km/h, kierowanie pojazdem mechanicznym w stanie po użyciu alkoholu - minimum 2,5 tysiąca złotych, nieprawidłowe przechodzenie

lub przejeżdżanie przez przejazd kolejowy - minimum 2 tysiące złotych, a także niewskazanie komu powierzyliśmy do kierowania nasz pojazd do 8 tysięcy złotych.

Podwyższenie grzywnen za najbardziej niebezpieczne wykroczenia na drodze, ma na celu poprawę bezpieczeństwa w ruchu drogowym.

Więcej informacji na stronie internetowej <https://slaska.policja.gov.pl/>

## Informacje Komendy Miejskiej Policji w Chorzowie

### APLIKACJA „MOJA KOMENDA” – KONTAKT Z POLICJĄ I DZIELNICOWYMI NA WYCIĄgniĘCIE RĘKI

**Nie wiesz jak nazywa się twój dzielnicowy ? Masz problem się z nim skontaktować ? Skorzystaj z aplikacji "Moja Komenda" i przekonaj się jakie to proste. Aplikacja zawiera również dane teleadresowe wszystkich jednostek policji w Polsce.**

Aplikacja „Moja Komenda” umożliwi wyszukiwanie każdego dzielnicowego w Polsce. Aby to zrobić wystarczy wpisać np. własny adres zamieszkania, a aplikacja odnajdzie funkcjonariusza, który dba o nasz rejon zamieszkania oraz pokaże, w której jednostce on pracuje. Dzielnicowych możemy wyszukać także po ich imieniu lub nazwisku. Aby połączyć się z funkcjonariuszem wystarczy jedno kliknięcie. Wyszukiwarka dzielnicowych działa w trybie offline. Użytkownik nie musi mieć dostępu do Internetu, aby

odnaleźć swojego dzielnicowego.

Aplikacja „Moja komenda” zawiera także bazę teleadresową wszystkich komend i komisariatów w Polsce. Dodaliśmy do niej dodatkowe jednostki, m.in. rewiry dzielnicowych oraz posterunki. Aplikacja została wyposażona w dwa tryby wyszukiwania informacji. Po włączeniu usług lokalizacyjnych w telefonie sama odnajdzie najbliższe policyjne obiekty. Po przejściu w tryb online wystarczy

jedno kliknięcie, by wskazała trasę do najbliższej komendy lub komisariatu. Równie sprawnie połączy nas z dyżurnymi policjantami z wybranej jednostki. Dodatkowo „Moja komenda” umożliwia wyszukiwanie po nazwie jednostki, ulicy lub kodzie pocztowym.

„Moja Komenda” dostępna jest na telefony z systemem iOS oraz Android. Można ją pobrać w App Store i Google Play. Usługa jest bezpłatna.

Źródło: MSWiA

REKLAMA

UL. KOŚCIUSZKI 9,  
41-500 CHORZÓW  
TEL. 666 566 526

UMÓW SIĘ NA BEZPŁATNE BADANIE  
OSTROŚCI WZROKU

NOVUS  
OPTYK

PILNE

E  
F P  
L P E D  
P E C F D  
E D F C Z E  
E L O P Z

**REKLAMA**  
W WIADOMOŚCIACH  
SPÓŁDZIELCZYCH  
tel. 32 241 33 74

## W ZDROWYM CIELE



NOWOROCZNE  
POSTANOWIENIA DLA ZDROWIA

Jak alarmuje Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) nawet około 85% ludzi prowadzi siedzący tryb życia. Jedną z konsekwencji braku ruchu jest nadwaga lub otyłość. WHO zaleca, aby osoby dorosłe podejmowały w tygodniu co najmniej 150 do 300 minut umiarkowanej lub 75 minut intensywnej aerobowej aktywności fizycznej. Równie istotna jest zdrowa dieta. Odżywianie i styl życia mają ogromny wpływ m.in. na ryzyko zachorowania na nowotwory złośliwe. Trzy z dwunastu zaleceń Europejskiego kodeksu walki z rakiem dotyczą zasad żywienia.

REKLAMA

## Zdrowe postanowienia noworoczne

Przełom starego i nowego roku warto wykorzystać ku temu, by zapoczątkować nawyki, które korzystnie wpłyną na nasze zdrowie. W pierwszej dziesiątce noworocznych postanowień Polaków czołowe miejsca zajmują te dotyczące zwiększenia aktywności fizycznej i zdrowego odżywiania. Wskazywano także kwestie dotyczące pozbycia się zbędnych kilogramów i związane z poprawą jakości snu i wypoczynku. Badania pokazują, że 74,1% Polaków rozpoczyna nowy rok z postanowieniami noworocznymi. Co czwarta osoba trwa w nich dwa tygodnie bądź krócej, z czego 10,3% nawet nie zaczyna ich realizować. Jeśli w rok 2022 wszedłeś z zdrowymi postanowieniami, wytrwaj w nich i zaplanuj ich realizację z Akademią NFZ!

Nie powinniśmy także zaniedbywać regularnych badań profilaktycznych. W ferworze codziennych obowiązków, pracy i czasu dla rodziny łatwo zapomnieć o kontrolowaniu własnego stanu zdrowia. Dlatego warto w postanowieniach noworocznych uwzględnić regularne badania profilaktyczne.

Pamiętajmy, że sen jest podstawową, biologiczną potrzebą naszego organizmu. Polega na wyłączeniu aktywności ośrodkowego układu nerwowego i jego odnowie na poziomie fizycznym. Długi i dobry sen pomaga w radzeniu sobie ze stresem, sprawia, że efektywniej uczymy się i pracujemy, bo poprawia naszą koncentrację, a także

daje energię i dobry humor. Dobry sen pomaga nam lepiej radzić sobie z emocjami, oczyszcza mózg z toksyn, regeneruje nasz organizm i wzmacnia układ odpornościowy, zmniejszając ryzyko rozmaitych chorób. Nie można zapominać, że brak snu zwiększa uczucie głodu i powoduje apetyt na pokarmy wysokokaloryczne, a zwłaszcza na słodczyce, zwiększając ryzyko nadwagi i otyłości.

Równie ważne jak kondycja fizyczna jest zdrowie psychiczne. Warto codziennie wygospodarować czas tylko dla siebie i ograniczyć czas spędzany przed komputerem, telefonem czy telewizorem..

Źródło: diety.nfz.gov.pl

Usługi remontowe,  
doświadczenie i solidność,  
tel. 502-706-342



### REKLAMA

W WIADOMOŚCIACH SPÓŁDZIELCZYCH  
tel. 32 241 33 74

Okna PCV,  
regulacja, naprawa wymiana  
uszczelek, montaż nowych,  
tel. 602-314-720



godz. 9<sup>00</sup>-17<sup>00</sup> ROK ZAŁOŻENIA 1990

41-500 Chorzów, ul. Wolności 49/1  
tel./fax 32 2415-384  
tel. kom. 693 858 628  
oraz 695 374 350  
www.konkret1.gratka.pl  
e-mail: konkret15@wp.pl

**Biuro Obrótu  
Nieruchomościami**  
kupno, sprzedaż, wynajem mieszkań,  
nieruchomości, lokali użytkowych.  
Domy, działki w górach.  
Regulacja stanów prawnych  
nieruchomości.

Zarządzanie nieruchomościami

Licencja zawodowa Nr 796

**KOMPLEKSOWE  
USŁUGI  
KAMIENIARSKIE**

**GRANITY ŚWIATA**  
CENTRUM KAMIENIA

41-500 Chorzów ul. 3-go Maja 151 a  
tel. 32 2478 - 148, fax. 32 2418-385

**NAGROBKI Z GRANITU  
W REGIONIE NAJWIĘKSZA EKSPOZYCJA**

Już od 1500 zł

- \* błaty kuchenne, parapety
- \* stopnie, posadzki, stoliki
- \* nagrobki, grobowce
- \* wazon, lampki, litery

www.centrum-kamienia.com.pl

**Unilink UBEZPIECZENIA**  
LIDER UBEZPIECZEŃ

40 Towarzystw Ubezpieczeniowych w  
jednym miejscu!

ERGO HESTIA  
LINK 4 warta. wiener OC

UL. BOCZNA 19B, CHORZÓW  
☎ 737 171 037

**Usługi Tapicerskie EFEKT**

ul. Plac św. Jana 15, Chorzów 41-500; czynne 9.00 - 17.00; soboty 9.00 - 13.00

Polecamy:

- renowacje mebli
- zestawy 3+2+1
- rogówki rozkładane z pojemnikiem
- wersalki, tapczany
- materace na wymiar

lukasz.ruranski2@op.pl tel. 662-140-508

MEBLE NA WYMIA POMIARY I DOJAZD GRATIS

## STOMATOLOGIA

Linieńska & Urban-Swies

**Szybkie terminy  
na protezy w ramach nfz**

ul. ks. Jana Gałeczki 36, Chorzów

tel.: +48 531 409 780

www.stomatologia-galeczki.pl

REKLAMA



**Skrzydła drzwiowe  
na stare ościeżnice**

(ponad 30 wzorów !!!)

"DOMATOR", ul. Wincentego Pola 22,  
KATOWICE

tel./fax 032 254 49 98,  
kom. 605 416 116  
www.domator.katowice.pl,  
salon@domator.katowice.pl

**NOWA  
SIEDZIBA**

**SERWIS RTV**  
NAPRAWA SPRZĘTU RTV

TELEWIZORY LCD, PLAZMA  
MONTAŻ ANTEN

MONITORY, KAMERY I APARATY  
KUCHENKI MIKROFALOWE  
ODTWARZACZE DVD/CD  
DVB-T

CHORZÓW UL. KOŚCIUSZKI 8

BEZPŁATNY DOJAZD DO KLIENTA TEL. 32-2545-525  
UDZIELAMY GWARANCJI 601-747-505

## REKLAMA

W WIADOMOŚCIACH  
SPÓŁDZIELCZYCH

tel. 32 241 33 74

**SERWIS RTV**  
NAPRAWA  
SPRZĘTU RTV  
MONTAŻ ANTEN

TELEWIZORY - PLAZMA, LCD • KAMERY  
• APARATY CYFROWE • PILOTY • SAT • DVB

DOJAZD NA TERENIE CHORZOWA **GRATIS**  
DLA STAŁYCH KLIENTÓW RABATY  
TEL. 609-645-514

**HEROS**  
PRZEPROWADZKI

**kompleksowe  
PRZEPROWADZKI  
MIESZKAŃ-BIUR**

użytkowanie mebli sprzętu AGD. itp.

☎ 32 220 64 27 kom. 531 944 531

**#SZCZEPIMYSIE**  
BO CHCEMY WRÓCIĆ DO NORMALNOŚCI

