



# NASZE WIEŚCI GMINNE

MIESIĘCZNIK SPOŁECZNO-KULTURALNY GMINY MSZANA



www.mszana.ug.gov.pl Rok XXVII Numer 05/2021

## Kapliczka znów cieszy oko



Zakończył gruntowny remont kapliczki ku czci w. Jana Nepomucena w Gogołowej. Obiekt jest wpisany do Gminnej Ewidencji Zabytków... [czyt. str. 5](#)

### W numerze...

#### Nasza złota Klaudia



W podstawówce na zawodach zawsze była ostatnia. Teraz, gdy wychodzi na matę, jest zawsze albo prawie zawsze faworytką. I zwykle wygrywa. Niedawno obroniła tytuł mistrzyni Europy... [STR. 7-10](#)

#### Na basen od lipca

Na modernizowanej Krytej Pływalni w Połomi trwają odbiory końcowe i ostatnie prace. Obiekt przeszedł wielką metamorfozę, rozbudowano cztery sauny, teraz są w niej dwie sauny. Otwarcie basenu dla użytkowników zaplanowano na początek wakacji... [STR. 5](#)

#### Wóz po wiścony



15 maja w OSP Mszana wiścony Dzielnicowy Strażak... [STR. 4](#)

### NASI PASJONACI



Przygodę z siłownią zaczął w wieku 17 lat. Ważył wtedy 63 kg. Dziś ma 33 lata i 90 kg mięśni, własną siłownię i trenerkę, która równie intensywnie trenuje kulturystykę... Przeczytajcie o Łukaszu i Joannie Szoltyśkach [STR. 15-16](#)

### Ważne zmiany w „Czystym Powietrzu”

24 maja Fundusz Ochrony Środowiska ogłosił zmiany w Programie „Czyste Powietrze”. Dotyczy to kotła na węgiel, który może na bieżąco uzyskać tylko do końca grudnia 2021r... [STR. 11](#)



## Naszyc najmłodszych witamy maskotkami i dyplomami

Do nast pnej grupy najmłodszych mieszka ców gminy, urodzonych w 2020 roku, trafiły gminne maskotki promocyjne. Poniewa epidemia uniemo liwia organizacj wi kszycy spo tka , pracownicy Urz du Gminy dostarczaj "sówki" i listy gratulacyjne dla rodziców wprost do domów mieszka ców.

Zdj cia dzieci mo ecie prze sła mailiem z opisem: imi i nazwisko, imiona rodziców, data urodzenia, waga i wzrost w chwili urodzenia oraz imiona rodze stwa na adres: [promocja@mszana.ug.gov.pl](mailto:promocja@mszana.ug.gov.pl).

Filmowa relacja z przekazywania maskotek tak e na TV Mszana. (mk)



Miłosz Paszylka, syn Joanny i Karola z Mszany. Urodzony 4 listopada 2020 r. Wa ył 2860 g, mierzył 54 cm. Ma 6-letni siostr Oli .



Filip Gajda, syn Pauliny i Łukasza z Mszany. Urodził si 10 czerwca 2020 r. Wa ył 3270 g, mierzył 56 cm. Na razie nie ma rodze stwa.



Liliana Sara Wodejko, córka Justyny i Tadeusza z Gogołowej. Urodziła si 8 kwietnia 2021 r. Wa yła 4050 g, mierzyła 60 cm. Ma starszych braci: Adasia i Bartosza.



Ró a Wawrosz, córka Karoliny i Marcina z Mszany. Urodziła si 16 listopada 2020 r. Wa yła 4260 g, mierzyła 59 cm. Ma brata Adriana i siostr Dorotk .



Stanisław Jan Przybystawski, syn Arkadiusza i Katarzyny z Połomi. Urodzony 8 listopada 2020 r. Wa ył 3650 g, mierzył 55cm. Najmłodszy brat Kamila, Leny i Mai.



Helena Brudny, córka Klaudii i Wojciecha z Mszany. Urodzona 4 listopada 2020 r. Wa yła 2940 g, mierzyła 52 cm. Jest pierwszym dzieckiem młodego mał e stwa.



Anna Wieczorek, córka Karoliny i Krzysztofa z Gogołowej. Urodziła si 14 lipca 2020 r. Wa yła 3600 g, mierzyła 54 cm.



Sara Maria Rojek córka Patrycji i Pawła z Połomi. Urodzona 16 wrze nia 2020 r. Wa yła 3535 g, mierzyła 52cm . Ma starsz siostr Sofi .



## 100 rocznica Bitwy pod Olz . Pami tamy!

W niedziel , 23 maja, przypadała 100 rocznica bitwy pod Olz , przełomowego wydarzenia w III Powstaniu. W bitwie tej walczyli i zgin li tak e mieszkańcy naszej gminy, a ich mogiły stały się pomnikami powsta czymi.

Z okazji tego jubileuszu na grobach powsta czych w Mszanie i Połomi Urz d Gminy udost pnił mieszkańcom folder "Za wolno l ska oddali ycie swoje" autorstwa historyka z wodziśławskiego Muzeum, Piotra Hojki. Mo na go zabra do domu i zapozna si bli ej z histori Gminy Mszana w okresie od przełomu XIX i XX wieku, przez czasy plebiscytu do III Powstania. Ch tni mogli równie zapali znicz ku czci poległych powsta ców.

Bitwa pod Olz była jedn z najwi kszych bitew III Powstania. Wzi to w niej udział ok. 100 mieszkańców naszej gminy, co najmniej 9 oddało swoje ycie. Zgin li: Alojzy Błato , Jan Nogły, Jan O lizło i Wiktor Wala z Mszany oraz z Połomi: Józef Anto czyk, Teodor Anto czyk, Teodor Białecki, Alojzy Bo ek i Leon Wita. Dzi ki ofiaro ci rodzin na ich mogiłach w latach 50-tych powstały pomniki powsta cze.

W 2018 roku Gmina Mszana, w partnerstwie z parafi w. Jerzego w Mszanie i parafi pw. Nawiedzenia NMP w Połomi,



Robert Furtak z synem Michałem



Mikołaj i Nikodem Kłoczek



Kwiaty złożyli samorządowcy



pozyskała rodki z Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego na renowację mogił oraz upowszechnianie wiedzy o miejscach pamięci i historii z nimi zwi zanej. Przy odnowionych grobach stan ły tablice informujące o przebiegu Bitwy pod Olz .

III powstanie wybuchło, kiedy upubliczniono projekt przyznania Niemcom prawie trzech czwartych obszaru plebiscytowego. 3 maja 1921 r. o godzinie 2:00 w nocy rozpoc zło dzia-

łania zbrojne. Trwały one na całym l sku, w tym na ziemi wodziśławskiej, której ludno , zwłaszcza terenów wiejskich, była zdecydowanie pro-polska. W wyniku powstania nasz region w cało ci został przył - czony do Polski. (mk)

### Pisali egzaminy



W dniach 25 - 27 maja najstarsi uczniowie naszych trzech Szkół Podstawowych pisali egzamin ósmoklasisty.

W Mszanie egzaminy zdawało 28 uczniów, w Połomi 16, w Gogołowej 18. Pierwszego dnia zdawali j zyk polski, drugiego matematyk . W czwartek mieli na tapecie j zyk obcy (angielski lub niemiecki). Trzymamy kciuki za wyniki. Na zdj ciu klasa VIII z SP w Gogołowej. (mk)

### KRÓTKO

3 maja przypadała 230 rocznica uchwalenia Konstytucji 3 Maja. Z tej okazji delegacja władz Gminy Mszana w osobach wójta Mirosława Szymanka, przewodniczego Rady Gminy Marka Li nikowskiego i radnego Romana Goika, zło yła kwiaty pod pomnikiem Odzyskania Niepodległo ci w parku w Mszanie. (mk)



\*\*\*

Urz d Gminy w Mszanie informuje, e w sobot , 6 czerwca, Punkt Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych (PSZOK), mieszcz cy si czasowo na parkingu przy „goł bniku” b dzie nieczynny. Za niedogodno ci przepraszamy.

### Oddali zabawki, aby pomóc Filipowi



Szkoła w Mszanie przył czyła si do pomocy charytatywnej Filipkowi Cholewie z Jankowic, który choruje na SMA (rdzeniowy zanik mi ni).

Placówka przekazała przyniesione przez uczniów zabawki i gry planszowe na licytację. Do zebrania na leczenie chłopczyka zostało 5,5 mln zł. Je li chcesz pomóc, wystarczy klikn w grup @BOHATEROWIE MACIUSIA dla Filipka - Walka z SMA - wy wietl si wszystkie licytację. Wi cej informacji o Filipku na stronie internetowej [www.siepomaga.pl/filip-sma](http://www.siepomaga.pl/filip-sma).





## Dzie Stra aka z po wi ceniem nowego wozu

W sobot , 15 maja, ochotnicy z OSP Mszana wi towali Dzie Stra aka. Uroczysto bya pol czona z po wi ceniem nowego wozu bojowego, ktory od niedawna jest na stanie jednostki. Stra acy przeszli ze sztandarami z remizy do ko cioa w. Jerzego, gdzie odbyla si Msza w. w ich intencji. Po niej miejscowy proboszcz, ks. MarceLi Rabstein po wi cil nowy woz bojowy.

W uroczysto ci wzi li udzial senator Ewa Gaw da, poseL Krzysztof Gadowski, poczty sztandarowe jednostek OSP z PoLomi i Gogolowej oraz woi t Gminy Mszana MirosLaw Szymanek i przewodnic cy Rady Gminy Marek Li nikowski.

Specjalne podzi kowania otrzymaL wieloletni prezes jednostki, Janusz Bura. Dzie Stra aka zorganizowaL ju nowy prezes, Roman Bura. (mk)



Nowy samochód stra acki trafił do jednostki w Mszanie 3 listopada 2020 roku. Jest to redni wóz ratowniczo-ga niczy marki Iveco, z nap dem 4 na 4, zbiornikiem na wod o pojemno ci 3 tys. litrów i zbiornikiem na pian o poj. 300 l.

Samochód został zakupiony za kwot ponad 771 tys. zł, w tym 261,2 tys. zł pochodziło z bud etu gminy, 230 tys. pozyskano z Komendy Głównej Pa stwowej Stra y Po arnej, 140 tysi cy zł z Narodowego Funduszu Ochrony rodowiska i Gospodarki Wodnej, a po 70 tys. zł z Wojewódzkiego Funduszu Ochrony rodowiska oraz z bud etu Województwa L skiego.

## „Bogu na chwał , ludziom na ratunek”. Przedszkolaki w OSP

3 maja przypadał Mi dzynarodowy Dzie Stra aka. Dwie grupy przedszkolaków z PoLomi ju 30 kwietnia odwiedziły remiz OSP w PoLomi. Był pokaz sprz tu i strojów oraz... krótki test znajomo ci numerów alarmowych. Maluchy zdali go na medal. Wielk atrakcj bya dla dzieci mo liwo zajrzenia do

rodka nowego wozu bojowego oraz zwiedzanie remizy. Gumisie i Smerfy podzi kowały stra akom, wr czaj c im przygotowane własnor cznie laurki i słodki pocz stunek. Ochotnicy odwzajemnili si słodkim wafelkiem. Na koniec dzieci były wiadkami prawdziwego alarmu po arowego. (az)



*Dla wszystkich Stra aków  
yczymy bezpiecznej stu by, zawsze szcz liwych powrotów z akcji! Nale Wam si ogromne podzi kowania za po wi cenie w ochronie ycia i mienia ludzkiego, za zaangażowanie i gotowo do niesienia pomocy. Niech idee czerpane bezpo rednio od patrona stra aków, w. Floriana, przy wiecay Wam zawsze.  
Z najlepszymi yceniami Przedszkolaki z PoLomi oraz wychowawcy grup*



## Od lipca będzie można korzystać z odnowionej pływalni

Na modernizowanej Krytej Pływalni w Połomi trwają odbiory końcowe inwestycji. Firmie zlecono kilka poprawek, więc prace jest jednak skończona. Z początkiem czerwca ruszy napełnianie wody w obiekcie basenowych. Proces technologiczny uzdatniania wody i uzyskanie uzgodnień z Sanepidem może potrwać 2 do 3 tygodni. Otwarcie basenu i udostępnienie go mieszkańcom planowane jest od 1 lipca.

Pływalnia przeszła całkowitą metamorfozę, jej stan techniczny można teraz określić jako nawet lepszy niż w momencie budowy. - Stara konstrukcja była całkowicie drewniana. Teraz już nie buduje się basenów w taki sposób. Po modernizacji i wielu dodatkowych pracach basen powinien służyć użytkownikom przez wiele kolejnych lat - mówi z-ca wójta Błażej Tatarczyk.

Ten remont to jedna z większych gminnych inwestycji ostatnich lat, jego koszt opiewa na



Obiekt z zewnątrz



Nowa sauna

blisko 4 mln złotych. Rozpoczęł się jesienią 2020 r. Przetarg wygrała firma Zakład Produkcyjno-Remontowo-Budowlany Artura Marcinka. Wartość umowy opiewała na ponad 3,5 mln zł. Gmina pozyskała dofinansowanie z Programu RIT Subregionu Zachodniego W w kwocie 707 tys. zł (trwają starania gminy o zwiększenie dofinansowania o dalsze 200 tys.). Umowę z wykonawcą podpisano już w sierpniu 2020, jednak m.in. w związku z COVID-19



Wyremontowana łazienka

(zakazania i kwarantanna wśród pracowników), faktycznie prace ruszyły w październiku. Roboty przy 20-letnim obiekcie były tak drogie, że remont przeciągnął się prawie o pół roku (początkowo miał się zakończyć 31 stycznia 2021). Pierwotnie nie planowano tego remontu łazienek, bo jej stan wydawał się dobry. Jednak w trakcie trwania modernizacji uznano, że warto wyremontować również łazienki pływalni, zwłaszcza, że została z niej spuszczonej woda. Na sesji w styczniu 2021 r. Rada Gminy dołączyła do inwestycji 350.000 zł na remont łazienek. Te

prace wykonała wybrana w otwartym przetargu firma Stane-poxyd z Dankowa.

Nowy basen zachęca m.in. rozbudowaną strefę spa. Oprócz już istniejącej jednej sauny, utworzono drugą, w miejscu małej dawniej widowni. Ta sauna ma własne zaplecze sanitarne i szatni, więc można z niej skorzystać nawet nie wchodząc na hali basenowej.

Na wyremontowanej pływalni będzie wprowadzony nowy system zegarkowy (podobnie jak na innych basenach w regionie) - klient wchodzi na basen o dowolnej godzinie i w ramach biletu korzysta z pływalni przez 60 minut + 10 minut czasu szatniowego. Po wyjściu odbija zegarek. Jeśli przekroczy 70 minut, dopłaca 2 zł za każdą rozpoczętą kolejną 6 minut. Również na hali basenowej znajduje się czytnik do kontroli czasu. Bilet normalny będzie kosztował 9 zł. Za wejście na saunę zapłacimy 16 zł. Przez całe wakacje mieszkańcy gminy zapłacą za wejście na basen tylko 1 zł! (mk)

## Asfaltowanie ul. Wodzisławskiej

Zgodnie z informacjami, jakie przedstawiciele gminy Mszana pozyskali od firmy Strabag - wykonawcy przebudowy ul. Wodzisławskiej, nasz odcinek drogi wojewódzkiej powinien być gotowy do końca czerwca tego roku. Cała inwestycja ma się natomiast zakończyć do 30 listopada 2021 r.

W połowie maja na odcinku od nowego ronda (skrzyżowanie DW 933 z DW 930 - ul. Wolności) do wiaduktu nad autostradą została już położona ostatnia, ciemna warstwa asfaltu. Nawierzchnia jest bardzo cicha, co z pewnością poprawi komfort życia mieszkańców - mówią mieszkańcy domów wzdłuż ruchliwej trasy. Końcowe asfaltowanie drugiego odcinka, czyli



od zjazdu na autostradę do stacji paliw Orlen, jeśli utrzyma się bezdeszczowa pogoda, jest planowane na sam początek czerwca.

Tym samym na naszym odcinku zakończy się większość robót, z którymi związane były znaczne trudności w ruchu. Będzie jednak nadal prowadzone prace przy bocznych zjazdach, humusowanie i porządkowanie poboczy. (mk)

## Figury wróciły do kaplicy

Zakończył się remont XIX-wiecznej kapliczki ku czci w. Jana Nepomucena w Gogołowej. Wróciły też do niej odnowione rzeźby.

Obiekt zlokalizowany przy ulicy Wiejskiej był mocno zniszczony na skutek szkód górniczych. Kapliczka jest wpisana do Gminnej Ewidencji Zabytków, stąd gmina od dawna czyniła starania o jej odnowienie. Remont był przeprowadzany po uzgodnieniach z wojewódzkim konserwatorem zabytków i objął naprawę i zakres. Zostały wzmocnione i zaizolowane fundamenty, wykonano nową opaskę wokół budynku, skutki zawilgocone tynki, całkowicie wymieniono dach, na którego pokryciu znalazła się



karpiówka. Odnowiono również gruntownie wnętrze.

Do kapliczki wróciły zabytkowe figury: XIX-wieczna drewniana figura wizerunku Jana Nepomucena i dwie inne zabytkowe rzeźby oraz krzyż. Jak już informowaliśmy w marcu, udało się je odrestaurować dzięki darowi nie z Fundacji JSW przekazanej Parafii pw. Nawiedzenia Najświętszej Marii Panny w Połomi. (mk)



## Medal zdobyty, matura napisana

Przez trzy dni, od 12 do 14 maja br., na hali sportowej Centrum Sportu Raszyn swoje zmagania w Krajowych Mistrzostwach świata IDO prowadzili najlepsi tancerze z całego kraju. Wśród nich znalazły się trzy mieszkanki naszej gminy: Zuzanna Halfar, Emilia Krzyształa i Megan Durczok, które na co dzień trenują w Zespole Tanecznym Mira.

Jeden złoty, dwa srebrne i jeden brązowy medal to dorobek Mira-owych tancerek, które po długiej przerwie spowodowanej pandemią powróciły na taneczny parkiet. - Biorąc pod uwagę ograniczoną ilość treningów oraz czasowe zawieszenie działalności Wodzisławskiego Centrum Kultury, to jesteśmy bardzo zadowolone z uzyskanych rezultatów. Byłyśmy nastawione bardzo pozytywnie, choć było mało czasu na przygotowania. Dodatkowym obciążeniem psychicznym był fakt, iż jedna z naszych koleżanek miała przed sobą egzamin maturalny, następnego dnia po występie. Na szczęście udało się i zdobyć medal Formacji Modern Dance Seniorów, jak i napisać maturę - cieszą się mieszkanki Mszany.



Formacja Modern Dance seniorów

Teraz przed nimi wzmocniły czas przygotowania do kolejnego turnieju, w Szczawnie-Zdroju. Tym razem na Mistrzostwa Polski Show Dance i Jazz dance mają przygotowanych dużo więcej choreografii, które muszą jeszcze dopracować. Wydarzenie rangi krajowej organizowane przez Polską Federację Tańca to jednocześnie eliminacje na Mistrzostwa Europy i świata. Ze względu na obecną sytuację epidemiologiczną i panującą obawę przed zakażeniem zawody odbyły się bez udziału publiczności. Dużo więcej informacji jest w internecie. (o)



Megan, Emilka i Zuzia

## Śpiewaj wspaniale nie tylko po polsku

Kolejne sukcesy wokalne uczennic naszej szkoły: Magdalena Komarek z klasy IV b i Zuzanna Płaczek z klasy VIII a wzięły udział w Powiatowym Konkursie Piosenki Angielskiej „Just Sing 2”, zorganizowanym przez Zespół Szkolno-Przedszkolny w Łaziskach.

Madzia zajęła I miejsce w kategorii klas IV-VI, natomiast Zuzia otrzymała miejsce III w kategorii klas VII-VIII. Serdecznie gratulujemy!

Linki do występów znajdziecie na facebooku szkoły. (mc)

## Wybrali szkolne talenty

W SP Połomia zdalnie zorganizowano Szkolny Mam Talent. Chętni przesyłali filmiki ze swoimi nagraniami, na które następnie głosowali wszyscy uczniowie. W kategorii młodszej najwięcej głosów zdobyli: I miejsce - Weronika Fojcik, kl. III (gra na ukulele i pianinie, II - Nadia Wolner, kl. II (śpiew, gra na puzonie, taniec), III - Antoni Knura, kl. I - gra na trąbce. W starszej kategorii I była Emilia Bulenda, kl. VIII (gra na pianinie), II - Kacper Wolner, kl. VII (gra na trąbce), III - Dominika Musioł, kl. VII i Aleksandra Filipowska (gra na flecie i pianinie). (ja)

reklama

**HYDRO KUCZA**

[www.hydrokucza.pl](http://www.hydrokucza.pl)

☎ 603 464 469

📱 @hydrokucza

- ✓ instalacje centralnego ogrzewania
- ✓ instalacje wodno-kanalizacyjne
- ✓ instalacje gazowe i solarne
- ✓ przyłącza wodne i gazowe
- ✓ pompy ciepła
- ✓ rekuperacja



## Kotłowanie na podłodze to jej żywioł

W podstawówce na zawodach była zawsze ostatnia. Jej największym marzeniem we wszystkich startach było nie tyle wygra, co dotrzeć na metę przed ostatnim zawodnikiem.

Dziś może się z tego śmiać. Teraz, gdy wychodzi na matę, jest zawsze albo prawie zawsze faworytką. I zwykle wygrywa.

Mega uwielbia się bawić. 23-letnia Klaudia Mitko z Mszany do bogatej kolekcji swoich sukcesów dołączyła kolejne mistrzostwo Europy w grapplingu (to rodzaj zapasów z elementami ju-jitsu). Najważniejsze w tym roku zawody odbyły się 26-27 kwietnia w Warszawie.

Klaudia wystartowała w nich w kategorii 71 kg, do której wagi trochę jej brakuje, ale okazało się, że kluczem do sukcesu jest jej wietna technika. I ogromny zapal do walki podłoża z frajdą z tego, co robi.

- Mnie się to kotłowanie podłoża i siłowanie zwyczajnie bardzo podoba, treningi i zawody to dla mnie przyjemność. Mega uwielbiam się bawić i rozkminiać sobie różne taktyki na walkę - mówi uśmiechnięta mistrzyni.

Warto dodać, że w Warszawie Klaudia obroniła tytuł mistrzyni Europy zdobyty przed rokiem w Rzymie. I tamte, tegoroczne zawody były, z powodu pandemii, rozgrywane bez publiczności. Za to rywale byli z górnej półki. - Do Polski przyjechali najlepsi zawodnicy z całej Europy. Zwłaszcza Rosjanie byli bardzo mocno przygotowani, oni te zdobyli największe medale. Mnie jednak udało się obronić tytuł i to pokonując w finale Rosjankę - opowiada.

Kluczem jest dobry plan. Już w półfinale było ciężko, gdy mszanianka trafiła na Ukrainkę, z którą wcześniej nie przegrała w eliminacjach. - Musiałam na nią uważać, ale bardzo



Moment ogłoszenia wyniku - Klaudia mistrzyni Europy

chciałam się odegrać, co mnie dodatkowo motywowało. Z powodu mojej techniki - chwytu od dołu - już na początku walki tracę 2 punkty, ale potem je odrabiam i prowadzę do poddania rywalki. Kluczem do zwycięstwa jest ułożenie sobie planu na każdą walkę, zaplanowanie konkretnych akcji, a potem je realizowanie. Dodając odrobinę spontaniczności - mówi zawodniczka klubu Chackmat Poznań.

Zaczęła się w Delfinie

Przygodę ze sportem zaczęła w I klasie podstawówki, gdy tata zapisał ją do klubu triathlonowego UMKS Delfin Gmina Mszana. Jak pisali my na wspomnianym artykule, początki nie były obiecujące.

- Zawsze byłam ostatnia, pamiętam, że na jakichś zawodach triathlonowych po wyjściu z wody zgubiłam buta i na metę dobiegłam tylko w jednym, mocno kulejąc i płacząc. Byłam tak sportowcem sieroty, ale dzięki tym pierwszym doświadczeniom złapałam nawyk codziennego trenowania. Nawet jak poszłam do liceum, dalej chodziłam na zajęcia Delfina. Pan Marcin Sosna umiał motywować i choć sukcesów nadal nie miałam, spodobała mi się regularność

treningów. Zaczęłam dumać o biegu, zaczęłam pływać. Dziś dzięki temu mogę sobie dorobić jako ratownik wodny, mam też treningi uzupełniające na basenie przed zawodami na macie - opowiada młoda mistrzyni.

Blondynka z Mszany w Emiratach

Z ju-jitsu zaprzyjaźniła się w wieku 16 lat. Systematycznie zdobyta pod okiem pana Sosny zapoczątkowała. Klaudia nabyła nawyk codziennego trenowania - nawet gdy nie było treningu w klubie, ona szła biegać albo pływać.

Po kilku latach przyszedł pierwsze sukcesy. I z każdym rokiem



W złotym jej do twarzy

kiem jest ich wiek. Mitko jest rekordzistką, jeśli chodzi o liczbę przyznanych nagród Wójta Gminy Mszana za osiągnięcia w wynikach sportowych, w tym miejscu otrzymała również Nagrodę Sportowców Powiatu. Od kilku lat należy do kadry Polski w ju-jitsu, ponadto wywalczyła sobie prawo startu w prestiżowych zawodach międzynarodowych, tak zwanych grand slamach, organizowanych przez szejków ze Zjednoczonych Emiratów Arabskich.

Blondynka z Mszany już dwukrotnie była w stolicy ZEA - Abu Dabi. Punkty do tych zawodów zdobywała na mocno obsadzonych turniejach w Holandii, Niemczech, Londynie czy Madrycie. W hiszpańskim mieście spotkała się z koleżanką, z którą nawiązała kontakt w projekcie Comenius, jeszcze będąc uczennicą SP w Mszanie. - W ramach Comeniusa Ana Belen nocowała kiedyś u nas, a ja u niej. Potem do siebie pisywałyśmy maile. Gdy poleciałam dwa lata temu do Malagi, zobaczyłyśmy się po tylu latach na żywo. To było bardzo miłe - opowiada.

23-latką z Mszany czas dzieli między zawody, studia na poznańskim AWF-ie, działania w klubie Chackmat i pracę do rywczy, a także praktyki w szkole w wodzisławskiej dzielnicy Wilchwy. Przygotowuje się do zawodu nauczyciela wychowania fizycznego.

- Bardzo lubi pracować z dziećmi. W wakacje często jest jako opiekunka na obozach, nie tylko sportowych - opowiada studentka III roku.

Młodożółć do wiadomości

Z racji powołania do kadry i startów w dwóch dyscyplinach (ju-jitsu i grappling), ma indywidualny program studiów. Oprócz uprawiania instruktora pływania jest też trenerem samoobrony, a ponadto trenuje młodzież ... (dł. na str. 10)



# ZARAZAMY RADOŚCIĄ - MSZANA 2021

Blisko półtoraroczny lockdown ka demu z nas, mniej lub bardziej, dał si we znaki. Ucierpiały dzieci i młodzie , przykucili do komputerów na czas nauki zdalnej, seniorzy zamkn li si z konieczno ci w czterech cianach domów, nasza psychika musi si nadal zmagać z wieloma obawami, a ciało przybyło kilogramów.

Czas to zmieni i powoli, krok za krokiem, próbowa , na ile sytuacja pozwoli, odzyska dawny optymizm, aktywno i rado .



**Zarazamy  
Radością**  
Gminny Program  
Powrotu do Normalności  
Mszana 2021

Gminny Program Powrotu do Normalności ZARAZAMY RADOŚCIĄ , z którym ruszamy od 1 czerwca, to ponad 50 propozycji dla mieszkańców w każdym wieku. Bezpłatne zajęcia m.in. fitness, aerobik i zumba. Kryta pływalnia za złotówek . Porady medyczne podczas imprez plenerowych. Darmowe porady psychologiczne dla dzieci i dorosłych. Dodatkowe atrakcje dla seniorów. Kilka na cie imprez kulturalnych i sportowych. Zapraszamy!

## I. ODDYCHAMY PEŁNĄ PIERSIĄ ruch i zabawa najlepszą rekonwalescencją

- Wycieczki z sieci – Dzieci Dziecka na Polanie Kultury w Połomi – 1 czerwca, godz. 12.00 – 16.00. Impreza plenerowa przygotowana przez GOKiR i OPS. W programie m.in. występ zespołu Garden Folk, Drzewa Dobrych Myśli, konkurs malarski i spotkanie z Harrym Potterem.
- Aktywne pikniki z wietlicznych rodowisk w Połomi – każdy piątek, czerwiec - sierpień, godz. 12.00 – 16.00. W programie: zabawy podwórkowe na świeżym powietrzu, rozgrywki sportowe na boisku szkolnym, wyjścia na siłowni plenerowej, podchody.
- Fitness przed południem – pół godziny aktywności fizycznej (fitness, joga, aerobik) dla każdego. Każdego czwartek, czerwiec-sierpień : \*godz. 10.00 - scena plenerowa w Połomi, \*godz. 10.45 - boisko sportowe w Gogołowej, \*godz. 11.30 - Park Aktywnej Rekreacji w Mszanie.
- VII Gminny Rajd Rowerowy – 12 czerwca. Zapisy: GOKiR Mszana. Start: plac przed sceną plenerową w Połomi, meta: na boisku w Gogołowej. Dystans 23 km.
- ZUMBA – 15 czerwca, godz. 17.30, Odeon Kultury w Mszanie. Pierwsze spotkanie organizacyjne. Zajęcia bezpłatne dla mieszkańców gminy Mszana.
- AEROBIK – 17 czerwca, godz. 17.00, Odeon Kultury w Połomi. Pierwsze spotkanie organizacyjne. Zajęcia bezpłatne dla mieszkańców gminy Mszana.
- Zakochanie roku szkolnego na Polanie Kultury w Połomi – 24 czerwca, godz. 12.00 – 17.00. W programie: warsztaty biblioteczne, gry i zabawy na świeżym powietrzu. Organizator OPS - wietlicznych rodowiskowa w Połomi, GOKiR Mszana.
- Za złotówek na nowy basen – od 1 lipca do 31 sierpnia. W ramach odbudowywania swojej sprawności fizycznej po lockdownie każdy mieszkaniec Gminy Mszana za godzinowe wejście na basen zapłaci tylko 1 zł!
- Chodźcie z nami! - Nordic Walking z instruktorem: \* Mszana – Park Aktywnej Rekreacji: 6, 27 lipca, 17 sierpnia, godz. 18.30, \* Połomia – scena plenerowa: 13 lipca, 3, 24 sierpnia, godz. 18.30, \* Gogołowa – boisko sportowe przy ul. Okrężnej: 20 lipca, 10, 31 sierpnia, godz. 18.30.

- Aqua aerobik z GOS – 1, 8, 15, 22 i 29 lipca oraz 5, 12, 19 i 26 sierpnia. Kryta Pływalnia w Połomi, godz. 19.00. Zajęcia dla mieszkańców Gminy Mszana w cenie 9,00 zł.
- Pluskam si! - Gry i zabawy w wodzie dla najmłodszych – 2 i 16 lipca oraz 6 i 20 sierpnia. Kryta Pływalnia w Połomi, godz. 10.00-12.00.
- I skoki Maraton Rowerowy – 19-20 czerwca. Impreza ogólnopolska. Start i meta w Mszanie. Organizator: Stowarzyszenie Promocji Aktywnego Wypoczynku "SPAW" i GOKiR Mszana.
- Szosowe Mistrzostwa I skoki Ze Startu Wspólnego oraz III Wyścig Kolarski o Puchar Wójta Gminy Mszana – 20 czerwca. Start o godz. 11.00 przy scenie plenerowej w Połomi. Uczestnikami mistrzostw są zrzeszeni zawodnicy szkółek kolarskich z terenu województwa łódzkiego.
- Bezpieczne Granie w Gminie Mszana – turniej piłkarski dla młodzieży w wieku 2011 i młodsi – 26 czerwca, boisko sportowe w Połomi. Start o godz. 9.00.
- Między Grzywą a Ogonem – Zawody Zaprzęgów Konnych – 11 lipca. Boisko sportowe w Gogołowej. W programie zawody w powożeniu zaprzęgami jednokonnymi i parokonnymi, maraton kombinowany z przeszkodami; zajęcia z hipoterapii, jazdy konnej i powożenia; gry i zabawy dla najmłodszych.
- Cross Country IPONE Series – lipiec/sierpień. Zawody na torze crossowym na hałdzie w Skrzyszowie. Organizator: Enduro Mszana.
- Nocny extreme – zawody crossowe dla dzieci i dorosłych – koniec sierpnia. Tor crossowy na hałdzie w Skrzyszowie. Organizator: Enduro Mszana.
- Jubileusz 35-lecia LKS Start Mszana – 18 września. Boisko sportowe w Mszanie. W programie: mecze pokazowe, gry i zabawy dla dzieci.
- Gigantyczny Plac Zabaw – 12 września. Boisko sportowe w Gogołowej. Organizator: GOKiR Mszana. Impreza nie tylko dla dzieci. Największe w Europie tory przeszkód i dmuchane urządzenia do zabawy.

Szczegóły na: [www.mszana.ug.gov.pl](http://www.mszana.ug.gov.pl), w mediach społecznościowych i na stronach www instytucji biorących udział w projekcie





## II. MUZYKA DLA MŁODZIKA I STARZIKA

### Dobre granie w plenerze

- 6 czerwca – Muzyczna niedziela. Przejazd Orkiestry Rozrywkowej ulicami gminy
- 20 czerwca – WEJ CIÓWKA DO LATA. Impreza plenerowa w Parku Aktywnej Rekreacji w Mszanie.
- 26 czerwca – FESTIWAL KULTURY KRAINY GÓRNEJ ODRY w Wodzisławiu z udziałem zespołów z gminy Mszana.
- 3 lipca – Muzyczna sobota. Przejazd Orkiestry Rozrywkowej ulicami gminy
- 1 sierpnia – PIKNIK RODZINNY I WYSTAWA PSÓW RASOWYCH w Połomi.

Kluby Seniora – zajęcia tematyczne, porady, spotkania przy kawie z udziałem zaproszonych gości (terapeuci, prawnicy, policjanci, strażacy, doradcy ZUS itp.):

- Klub Seniora Mszana – kałda ródka, godz. 10.00, O ródka Kultury w Mszanie
- Klub Seniora Połomia – kałdy czwartek, godz. 10.00, O ródka Kultury Połomia

KAWIARENKA DLA SENIORA, czyli kawa i herbata w lokalnych restauracjach za 1 zł. Partnerzy projektu: Lewiatan Mszana Kłapuch, Chata Staropolska i Pizzeria LOLO w Połomi będą otwarci dla seniorów z Gminy Mszana od poniedziałku do piątku.

Szczegóły na: [www.mszana.ug.gov.pl](http://www.mszana.ug.gov.pl),

w mediach społecznościowych oraz na stronach internetowych instytucji biorących udział w projekcie

## III. NIE MAM DOŁA, POMAGA MI SZKOŁA oferta wsparcia psychologicznego i społecznego w placówkach o wiatowych

- Wsparcie psychologiczne dla uczniów po edukacji zdalnej. Szkoły gminy Mszana - czerwiec.
- Warsztaty psychologiczne. Szkoły gminy Mszana - czerwiec.
- Apteczka pomocy emocjonalnej: uczniowie – uczniom doradzaj, jak radzi sobie z powrotem do szkoły. Szkoły gminy Mszana - czerwiec.
- Kola naszych potrzeb - terapeutyczne warsztaty plastyczne. Szkoły gminy Mszana - czerwiec.
- 11 czerwca - Jak nie czytam, jak czytam – wspólne czytanie księzek, SP Mszana.
- Piekna nasza Połomia - Konkurs fotograficzno- plastyczny. SP Połomia.
- Wycieczki rowerowe „elaznym szlakiem”. SP Mszana - czerwiec.
- Wycieczki do Rud Raciborskich. SP Mszana - czerwiec.
- Bieg na orientację. SP Gogołowa - czerwiec.

### BEZPŁATNE PORADY PSYCHOLOGICZNE DLA DZIECI I DOROSŁYCH:

- kałdy poniedziałek - Urząd Gminy;
- kałda ródka - OPS w Połomi;
- Godz. 14.30 - 17.30.
- Zapisy pod nr tel. 32 472 00 42, 783 570 750.

## IV. WAKACJE OD WIRUSA Zostaw komputer, przyjdź do nas

- ANIELSKIE POPOŁUDNIA – wietlica Parafialna w Mszanie (rodzi i piątki).
- 28 czerwca - 2 lipca – Wakacje bez nudy: Zrób z niczego coś fajnego. Zajęcia dla dzieci. wietlica OPS.
- 5 lipca – WYCIECZKA DO OPOLA. Zapisy: GOS.
- 5 - 9 lipca – Wakacje bez nudy: Akademia Pana Kleksa. wietlica OPS.
- 7, 8, 9 lipca – ETNO WARSZTATY dla dzieci na Polanie Kultury.
- 7, 14, 21, 28 lipca (rodzi) - Odlotowe wakacje w bibliotece.
- 12 - 16 lipca – Wakacje bez nudy: Sztuka obok nas. wietlica OPS.
- 13 lipca – PIKNIK DLA DZIECI w Parku Aktywnej Rekreacji w Mszanie.
- 14 lipca – Rowerowy tor sprawnościowy w Połomi.
- 15, 16 lipca – Warsztaty florystyczne dla dzieci i młodzieży. Polana Kultury w Połomi.
- 19 lipca – WYCIECZKA W BESKID LSKIM I WYIECKI. Zapisy: GOS Mszana.
- 19 - 23 lipca – Wakacje bez nudy: Sport recept na szczęście. wietlica OPS.
- 20 lipca – PŁYNIEMY KANAŁEM GLIWICKIM. Wycieczka. Zapisy GOKiR Mszana.
- 22 lipca – Ekologiczne wariacje w wakacje – piknik w Gogołowej.
- 26 - 30 lipca – Wakacje bez nudy: Muzyczna karuzela. Zajęcia dla dzieci.
- 31 lipca – WYJAZD NA KAJAKI. Zapisy: GOS Mszana.
- 2 - 6 sierpnia – Wakacje bez nudy: Mali badacze. wietlica OPS.
- 4 sierpnia – Interaktywne Centrum Pszczelarstwa „Apilandia”. Wycieczka. Zapisy GOKiR Mszana.
- 4, 11, 18, 25 sierpnia (rodzi) - Odlotowe wakacje w bibliotece.
- 7 sierpnia – SURVIVAL W JURZE KRAKOWSKO-CZESKOCHOWSKIEJ. Wycieczka. Zapisy: GOS Mszana.
- 9 - 13 sierpnia – Wakacje bez nudy: wiat Teatru. Zajęcia dla dzieci.
- 11 sierpnia – Rowerowy tor sprawnościowy. Park Aktywnej Rekreacji w Mszanie.
- 11, 12, 13 sierpnia – „Warsztaty wokaln-teatralne”. Polana Kultury w Połomi.
- 17 sierpnia – ALE BOMBA – do wiadzenia chemiczne i fizyczne w plenerze. Park Aktywnej Rekreacji w Mszanie.
- 24 sierpnia – WYCIECZKA DO WROCŁAWIA. Zapisy: GOKiR Mszana.
- 28 sierpnia – WYJAZD NA KAJAKI. Zapisy: GOS Mszana.

Szczegóły na: [www.mszana.ug.gov.pl](http://www.mszana.ug.gov.pl),

w mediach społecznościowych oraz na stronach internetowych instytucji biorących udział w projekcie



# Tydzie Bibliotek: poznajcie nasze dziewczyny

Z okazji obchodzonego w całej Polsce Tygodnia Bibliotek (8-15 maja), pracownicy Gminnej Biblioteki Publicznej w Mszanie postanowili bliżej przedstawić

si mieszkańcom. Nakręciliśmy i umieściliśmy w sieci filmiki, na którym krótko przybliżymy swoje sylwetki i zainteresowania czytelnicze! Poznajcie ich!

Eliza Sicińska-Hajska



Dyrektor i bibliotekarz, 2 w. 1. Pracuje w Mszanie. Skończyła filologię polską i bibliotekoznawstwo. Czyta głównie nocami, przede wszystkim kryminały, thrillery i literaturę faktu. Swoją pierwszą bibliotekę poprowadziła w wieku 7 lat, jej wszystkie prywatne książki miały numery i karty, a czytelnicy dostawali upomnienia!

Justyna Sitko



Bibliotekarz w Filii nr 1 w Połomi. Pracuje też w Mszanie. Absolwentka pedagogiki i bibliotekoznawstwa. Kocha mocną literaturę: thrillery i kryminały, lubi także historię z życia wziętą. Ma doskonały kontakt z dziećmi, wietnie prowadzi z nimi wszelkie zajęcia i zabawy!

Agnieszka Bałys



Bibliotekarz w Filii nr 2 w Gogołowej. Pracuje również w Mszanie. Absolwentka historii i bibliotekoznawstwa. Swoją przygodę z literaturą zaczęła do późno, za to teraz potrafi "połknąć" kilka książek dziennie! Naprawdę! Wiecznie u miętusi i rozgadana! Pozytywnie nastawiona do wszystkich i wszystkiego.

Monika Woryna



Bibliotekarz, pracuje w Połomi i w Mszanie. Ukończyła filologię polską i bibliotekoznawstwo. Uwielbia podróże, zwiedziła już kawałek świata! Miłośniczka literatury podróżniczej (a to niespodzianka!). Pięknie koloruje kolorowanki antystresowe. Jak sama się mieje - czyta wolno, za to dokładnie.

Blandyna Nowak



„Minister finansów” w bibliotece. Pracuje w Mszanie, jako księgowa. Niby z boku, ale w centrum dowodzenia! Od literatury woli cyferki i spędzanie czasu z rodziną.

Róża Ostrzołek



Pracownik gospodarczy w bibliotece w Mszanie. Bibliotekarz z serca, a nie z wykształcenia. Porządkuje książki, zachęca do ich wypożyczenia nawet podczas zakupów w sklepie. A w obkładaniu nowych książek nie ma sobie równych! Miłośniczka zwierząt, zbieraczka figurek słoni!

dok. ze str. 8... i s... dziuje na zawodach. Ju-jitsu i grappling są jej jednakowo bliskie, choć ta druga dyscyplina jest dużo bardziej widowiskowa. Chodź słuchaj, a podczas tegorocznych igrzysk olimpijskich w Tokio, grappling ma być dyscypliną pokazową.

- Ju-jitsu jest bardziej statyczne, grappling to sport bardziej widowiskowy. Walka jest ograniczona tylko do 5 minut i bardzo dynamiczna. Zawody grapplingowe są organizowane pod szyldem wiatowego zisku zapaśniczego. Do tradycyjnych zapasów dodano możliwość poddawania, a walka niekończy się po upadnięciu na ziemi, ale włączyć wtedy dopiero się zaczyna. Są w niej widowiskowe duszenia i pod-

dawania - opowiada pasjonatka. To, że czasem po zawodach ma na nogach same sińce, nie stanowi dla niej wielkiego problemu.

Siłownia na tarasie. Jej celem na przyszłość jest wygrana w mistrzostwach wiatu. Okazja do tego może być już jesienią. Natomiast ukoronowaniem kariery byłby dla Klaudii udział i wygrana w turnieju mistrzowskim w Stanach Zjednoczonych, gdzie biją się najmocniejsi, jedynie "czarne pasy". Zawody trwają tydzień.

- Obecnie najsilniejszą kobietą w tej dyscyplinie jest Brazylijka Beatriz Mesquita. Walczy od 5 roku życia i wygrywa praktycznie wszystko. Nie stosuje nowoczesnych technik, ale jest

mega silna technicznie. Kto wie, może kiedy się zmierzymy - mówi Klaudia.

W Polsce jej idolem jest Adam Wardziński, najlepszy zawodnik ju-jitsu w Europie, na dodatek jej klubowy kolega z Poznania. Klub Chackmat to zresztą kuźnia talentów i miejsce, gdzie trenują zawodnicy z całej Eu-

ropy. - Czesto w wakacje mamy gości z Niemiec, Czech, Słowacji. Zamiast wyjechać na urlop, przyjeżdżają do Poznania potrenować - mówi Mitko.

W sportowej karierze wspierają rodzice i młodszy brat, który na tarasie ich domu w Mszanie stworzył małą siłownię. Czesto oboje na niej trenują. (mk)



## Wi cej pieni dzy na naprawy dróg gminnych

Rada Gminy na kwietniowej sesji zatwierdziła zmiany w budżecie polegające na dołożeniu 1,5 mln złotych na zadania związane z przebudową dróg gminnych. W sumie do wydatkowania w tym zakresie będzie 1,7 mln. Dzięki temu, oprócz pozimowych remontów czystkowych, które już rozpoczęły, można będzie jeszcze w tym roku położyć w większe nakładki

asfaltowe na kilkunastu sfatygowanych odcinkach. - Wkrótce zostanie ogłoszony przetarg, który pokazuje, jaki zakres robót uda się za te środki zrealizować. Wszystkich wymagających napraw odcinków ulic gminnych mamy dużo więcej, w pierwszej kolejności wybraliśmy 11 - mówi zastępca wójta, Błażej Tatarczyk. - Wiadomo, że wszystkiego nie da się zrealizować naraz. Ale

systematycznie będziemy poprawiać stan dróg. Nie wolno tego zapominać, a prowadzimy duże inwestycje - przebudowę Tuśkera i części Mickiewicza - dodaje wójt Mirosław Szymanek.

Ujęte do remontu ze wspomnianych środków budżetowych są drogi w Mszanie i Połomi. W Gogołowej również zaplanowano remonty nawierzchni, będą one prowadzone w ramach naprawy szkód górniczych. Zostały już złożone wnioski na te prace. (mk)

## Potrzebnych do pracy w spółce wodnej

W sierpniu tego roku kończy się kadencja dotychczasowego zarządu Gminnej Spółki Wodnej. Jej obecnym przewodniczącym, Łukasz Mura, który z racji innych obowiązków nie będzie już kandydował, prosi mieszkańców o głosy do pracy w tym gremium, aby zgłaszali się do sołtysów Połomi i Gogołowej, bo w tych sołectwach działa spółka. - Spółka w ostatnich latach robi naprawdę dużo dobrego w zakresie melioracji i ko-

nservacji rowów. Udaje nam się pozyskiwać dotacje z różnych źródeł, pewna jest zawsze pomoc z Urzędu Gminy. Za te środki można na sporo zrobić, a właściwa melioracja jest naprawdę cenna. Ja już nie mogę, ale liczę, że znajdą się godni następcy - mówi Ł. Mura.

Praca w spółce jest działalnością społeczną. Przewodniczący nie ma wynagrodzenia. (mk)

### Odcinki ujęte do remontu:

ul. Konopnickiej - odcinek od ul. 1 Maja do Mszanki; ul. Kopernika; boczna ul. Mickiewicza - do p. Kochański; boczna ul. Mickiewicza - lepa do nr 183; ul. Chabrowa - od ul. 1 Maja do nr 5k; boczna ul. Wolności - druga strona p. Ostrzołek; ul. Szkolna - od p. Berger do krzyża; boczna ul. Centralnej - od nr 127 a do 131 a; ul. Człwik Centralna - Przyległa; boczna ul. Centralnej - w kierunku nr 79 f; boczna ul. Szkolnej - od nr 9 do przepustu.

## Sesja absolutoryjna 10 czerwca

10 czerwca w Urzędzie Gminy Mszana odbędzie się sesja absolutoryjna, na której zostanie również przeprowadzona debata o stanie Gminy, na podstawie przedstawionego przez Wójta raportu o stanie Gminy.

Raport obejmuje podsumowanie działalności wójta w roku poprzednim, w szczególności realizacji polityk, programów i strategii, uchwał rady gminy.

W debacie głos mogą zabierać mieszkańcy. Mieszkaniec składa do przewodniczącego rady pisemne zgłoszenie, poparte podpisami co najmniej 20 mieszkańców. Zgłoszenie składa się najpóźniej w dniu poprzedzającym dzień, na który zwołana została sesja absolutoryjna. Mieszkańcy są dopuszczani do głosu według kolejności otrzymania przez przewodniczącego rady zgłoszenia. Liczba mieszkańców mogących zabrać głos w debacie wynosi 15. (mk)



## GKRPA

## Kac - podatek od picia

Relaks, zabawa, spotkanie ze znajomymi, a może po prostu nawykowe picie. Ładniejszy w łóżku będzie pod wpływem alkoholu. Niektórzy mówią, że wtedy pią alkohol, a nie człowiek. Jest w tym wiele prawdy. Co zatem dzieje się noc z organizmem człowieka będącego w stanie nietrzeźwym?

Z pewnością można szybciej wejść w pierwszą fazę snu, czasem nawet w niezbyt zamierzony sposób, co może okazać się źródłem problemów. Niestety, alkohol zaburza i opóźnia kolejne fazy snu. Co powoduje, że mózg nie ma szans przetworzyć wspomnień, stresu, emocji i zdarzeń, czyli sobie wszystkiego spokojnie poukładać. Alkohol podwyższa tętno, cały układ nerwowy jest aktywniejszy niż powinien. Aktywny jest też uk-

ład trawienny, w tymbroba musi zmetabolizować czyli pokawałkować każdą cząsteczkę alkoholu, by móc ją wydaląć. Alkohol jest moczopędny, sprawia, że nasz organizm chce się uwolnić od płynów, ponieważ blokuje się hormon, który pomaga utrzymać wodę w organizmie. Poza tym alkohol może poszerzyć naczynia krwionośne skóry i zwiększyć tętno, co prowadzi do nadmiernego pocenia się. Pod wpływem alkoholu mięśnie naszego ciała odpuszczają się, także te znajdujące się w gardle, stąd bierze się chrapanie.

Generalnie alkohol to substancja chemiczna C<sub>2</sub>H<sub>5</sub>OH, która chociaż daje wiele radości i korzyści, nie jest lubiana przez nasz organizm. Stan po zażyciu alkoholu w nomenklaturze medycznej nosi nazwę: toksyczne

zatrucie organizmu alkoholem, po naszymu - kac. Tak więc pijemy, by było nam dobrze, po czym przeżywamy zatrucie organizmu, stąd taki przykry stan - taki podatek od zysku.

Jeśli zdarzy się komu czasem lekko się podtrze lub mocniej od czasu do czasu, z pewnością organizm zreperuje powstałe uszkodzenia. Niestety, jako społeczeństwo pijemy zbyt frywolnie i destrukcyjnie. Statystyki ostatnich miesięcy wy-

kazały kolejny raz wzrost spożycia alkoholu.

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Mszanie zaprasza do korzystania z Punktu Konsultacyjnego wg harmonogramu. W każdy poniedziałek i wtorek tygodnia dyżur telefoniczny od 16.00 - 19.00, tel. 603 333 703.

*Agnieszka Brańczyk  
Certyfikowany specjalista  
terapii uzależnień*

### HARMONOGRAM NA CZERWIEC:

1 czerwca - godz. 14.30 - 15.30: Odełek Pomocy Społecznej w Połomi, pokój na I piętrze; godz. 15.40 - 16.40: Urząd Gminy Mszana, sala posiedzeń

### HARMONOGRAM NA LIPIEC:

6 lipca - godz. 14.30 - 15.30: Odełek Pomocy Społecznej w Połomi, pokój na I piętrze; godz. 15.40 - 16.40: Urząd Gminy Mszana, sala posiedzeń

### Dyżur telefoniczny:

w każdy poniedziałek i wtorek, godz. 16.00 - 19.00. Tel. 603 333 703



## Dodatkowy nabór na dotacje do pieca

Urząd Gminy w Mszanie ogłasza dodatkowy nabór wniosków na dotacje do wymiany kotłów w roku 2021. Łącznie jest 13 wolnych miejsc na realizację inwestycji, w tym: 7 - na wymian kotła w głowego na kocioł gazowy i 6 - na wymian kotła w głowego na kocioł w głowy 5 klasy.

Zainteresowane osoby, które skorzysta z dotacji jeszcze w tym roku, są proszone o złożenie wniosku w dniach od 7 do 11 czerwca 2021 r. Można go złożyć: osobiście (do urny na korespondencję na parterze Urzędu Gminy), drogą elektroniczną (opatrzoną podpisem kwalifikowalnym, w tym przypadku liczy się data wpływu do Urzędu) lub pocztą na adres: Urząd Gminy Mszana, ul. 1 Maja 81, 44-325 Mszana (liczy się data wpływu do Urzędu).

Wnioski wraz z niezbędnymi oświadczeniami będzie można pobrać w holu na parterze Urzędu Gminy oraz ze strony internetowej gminy.

W przypadku złożenia wniosku, ile ci wniosków, w drodze losowania zostanie ustalona kolejność przyznawanych dotacji. Losowanie odbędzie się online dnia 15 czerwca 2021 r. o godz. 13.00. Relację z losowania mieszkańcy mogą obserwować na stronie: [www.mszana.ug.gov.pl/](http://www.mszana.ug.gov.pl/) w odnośniku: „Transmisja Sesji Rady Gminy”.

Dofinansowanie udzielane jest w wys. 40% - nie więcej niż 5.000 zł na zakup i montaż kotła w głowego lub na pellet oraz w wys. 50% - nie więcej niż 5.000 zł na zakup i montaż kotła gazowego. Szczegółowe informacje można uzyskać pod numerem tel. (32) 475 97 59 w Referacie Gospodarki Komunalnej. (nn)

## Zmiany w „Czystym Powietrzu”

24 maja Narodowy Fundusz Ochrony środowiska ogłosił zmiany w programie „Czyste Powietrze”. Zakup i montaż kotła na gaz w ramach programu będzie możliwy tylko do 31 grudnia 2021 r., co oznacza, że od 1 stycznia 2022 r. nie będzie dotacji na to źródło ciepła.

Wszyscy, którzy złożą wniosek o dofinansowanie, zakup i zamontują kocioł na gaz do 31 grudnia 2021 r. będą mieli ten koszt zakwalifikowany do dotacji. Powyższy warunek nie dotyczy wniosków złożonych przed datą wejścia w życie zmian w programie (planowane od 1 lipca 2021 r.).

Natomiast od 1 stycznia 2022 r. nie będzie można już otrzymać dotacji na zakup kotła w głowego w programie „Czyste Powietrze”. Uzasadnieniem tej decyzji są wytyczne Komisji Europejskiej oraz zapisy Krajowego

Planu Odbudowy i Polskiego Ładu, a także obowiązujące uchwały antysmogowe w poszczególnych województwach, które nakazują wymianę starych kotłów w głowych i ograniczają możliwość stosowania paliwa stałego – węgla.

Ponadto od 1 lipca 2021 r. w Programie „Czyste Powietrze” planowane jest zwiększenie obecnych progów dochodowych uprawniających do podwyższonego poziomu dofinansowania, czyli do uzyskania do 37 tys. zł bezwrotnej dotacji. Dla gospodarstw jednoosobowych próg dochodowy wzrośnie do 2.189,04 zł (o ok. 229 zł więcej niż obecnie). Dla gospodarstw wieloosobowych - do 1.563,60 zł na osobę (o ok. 164 zł więcej niż obecnie). Planuje się także podwyższenie progów budżetowych obowiązujących od 1 lipca 2021 r.

reklama

# OK ubezpieczenia



**Ubezpieczenia: komunikacyjne, mieszkań i domów, turystyczne, dla firm, rolne, OC zawodu, wypadkowe i zdrowotne, na życie, emerytalne**

**MSZANA - ul. 1 Maja 81 (budynek Urzędu Gminy)  
od poniedziałku do piątku, godz. 8.00 - 16.00**

**PUNKT KASOWY W POŁOMI - ul. Centralna 93 (budynek Starej Szkoły)  
od poniedziałku do piątku, godz. 8.30 - 16.30**

Proama



InterRisk  
VIENNA INSURANCE GROUP



ERGO  
HESTIA



Allianz

wiener  
VIENNA INSURANCE GROUP

warta.

TUZ  
UBEZPIECZENIA



CONCORDIA  
UBEZPIECZENIA

HDI

UNIQA



LINK 4

COMPENSA  
VIENNA INSURANCE GROUP

SIGNAL IDUNA

[www.okubezpieczenia.pl](http://www.okubezpieczenia.pl)

tel. 664 085 740



## Piłkarze b d gra do lipca

Pó niej ni zwykle rozpoczn w tym roku wakacje seniorzy dru yn piłkarskich. Mecze rundy wiosennej ruszyły dopiero w II połowie kwietnia i potrwał do połowy lipca.

Pi toligowy Płomie Połomia rywalizuje w utworzonej raciborsko-rybnickiej grupie mistrzowskiej. Na razie, po 6 kolejkach i zaledwie 2 zdobytych punktach jest na dole stawki. Wspomniane punkty połomianie zdobyli po remisach 1:1 z Chwałowicami (1 maja) i Granic Ruptawa (3 maja). Mecze z Fortec wierklany (24 kwietnia), LKS Tworków (9 maja), Granic Ruptawa (15 maja) oraz Uni Racibórz (22 maja) nasi niestety przegrali, cho ni wielk ró nic bramek. Generalnie w pierwszych meczach po długiej przerwie nie było wielu goli.

29 maja (ju po oddaniu tego numeru WG do druku) Płomie grał na wyje dzie z Czarnymi Gorzyce. 3 czerwca podejmie u siebie LKS Krzy anowice, za 5 czerwca pojedzie do wierklan. W dwa kolejne weekendy czeka wyjazd do Chwałowic oraz mecz u siebie z LKS Tworków (19 czerwca). Na 26 czer-



Rado mszanian po wygranej 2:1 z Górnikiem Radlin

wca zaplanowane jest spotkanie z Uni Racibórz, na 3 lipca mecz u siebie z Czarnymi Gorzyce. 10 lipca sezon zako czy mecz z LKS w Krzy anowicach (godz. 17:00).

Graj cy w klasie A Start Mszana po 22 kolejkach sezonu ma na koncie 42 pkt i zajmuje 3 miejsce w tabeli. Do lidera - Jedno ci Jejkowice - traci 12 oczek.

Rund wiosenn mszanie zacz li 24 kwietnia od remisu 1:1 z MKS ory. 1 maja wygrali u siebie 2:1 z Zuchem Orzepowice, a dwa dni pó niej pokonali na wyje dzie 2:0 Płomie Ochojec. Kolejny mecz, z Jedno ci Grabownia (Rybnik), Start przegrał 1:2, ale ju 15 maja rozgromił a 8:1 Wicher Wilchwy. Tydzie pó niej nasi zanotowali kolejne zwyci stwo, tym razem

pokonuj c 2:1 Górnika Radlin. 29 maja Start grał na wyje dzie w Szczekowicach. 3 czerwca zespół podejmie u siebie LKS II Bełk, a dwa dni pó niej jedzie do Kleszczowa. 12 czerwca gra na własnym boisku z liderem - Jedno ci Jejkowice, a 19 czerwca jedzie do Boguszowic.

26 czerwca odb dzie si zaległy mecz Startu z Naprzodem Rydułtowy (godz. 17:00). 3 lipca nasi pojed do Jankowic, za 10 lipca czeka ich pojedynek z Poloni Niewiadom (godz. 17:00). Kibicujmy! (mk)

### Rajd rowerowy GOKiR

Do 3 czerwca mo na si zapisywa na VII Gminny Rajd Rowerowy. Start 12 czerwca z Połomi, meta na boisku w Gogołowej. Zapisy w O rodkach Kultury. (rj)

## Ruszyły zmagania crossowców z Enduro Mszana

23 maja odbyła si pierwsza runda długo oczekiwanych zawodów ICCS Siedl cin, w których z powodzeniem startowało kilku zawodników Enduro Mszana. W klasie kobiet III miejsce zdobyła Aneta Cichy, w klasie Champion E1 równie III miejsce zdobył Remigiusz Anto czyk. W klasie Champion E2/E3 Radek Mrozik zaj ł V miejsce. Czwarty w klasie Master 40+ Hobby był Wojciech Anto czyk, a pi ty Krzysztof Kary Lenik.

19 w swojej klasie był Kamil Markiewka, a Szymon Bryc zaj ł 44 miejsce.



Szymon Bryc z Mszany

Kilka dni wcze niej, 15-16 maja odbyła si pierwsza i druga

runda Pucharu Polski Enduro, w której wzi ł udział dwóch zawodników mszanieckiego klubu - Remigiusz Anto czyk i Igor Gromek. Obaj crossowcy sezon rozpoczn li w wietnym stylu, zajmuj c w klasyfikacji generalnej czołowe miejsca: Remigiusz wywalczył I miejsce w klasie E1, natomiast Igor II miejsce w klasie Junior 85.

- Gratulacje dla wszystkich zawodników oraz organizatorów tych imprez. Widzimy si na nast pnych zawodach! - mówi z nadziej Marek Bryc, szef klubu motocrossowego Enduro Mszana. (mk)

### TELEADRESY

O rodek Zdrowia w Mszanie  
tel. 32/ 472 00 28  
O rodek Zdrowia w Połomi  
tel. 32/ 476 04 29

Poczta Polska Oddział w Mszanie  
tel. 32/ 472 00 90

Bank Spółdzielczy Jastrz bie  
Zdrój/Oddział Mszana  
tel. 32/ 478 90 65

Szkoła Podstawowa w Mszanie  
www.zs-mszana.com,  
tel. 32/ 472 02 01,  
e-mail: gim-mszana@wp.pl  
SP w Gogołowej  
www.zsgogolowa.cp9.vps.pl  
tel./fax: 32/ 476 04 77,  
e-mail: zs.gogolowa@wp.pl  
Zespół S-P w Połomi  
www.zsppolomia.pl  
tel./fax: 32/ 476 04 93  
dyrektor.zsp.polomia@op.pl  
Przedszkole w Mszanie  
tel. 32/ 472 00 78, 885 980 000  
przedszkole.mszana@gmail.com

GOKiR w Mszanie  
www.gokir-mszana.pl  
tel./fax: 32 4720076  
e-mail: kontakt@gokir-mszana.pl  
O rodek Kultury w Połomi  
tel. 32/ 4760415, 4752935  
e-mail: polomia@gokir-mszana.pl  
O rodek Kultury w Gogołowej  
tel. 533098051  
i.lisnikowska@gokir-mszana.pl  
Gminna Biblioteka w Mszanie  
tel. 32/472 00 20,  
e-mail: biblioteka.mszana@onet.pl

Gminny O rodek Sportu  
www.gosmszana.pl  
tel. 32/ 476 00 12,  
e-mail: [biuro@gos.mszana.finn.pl](mailto:biuro@gos.mszana.finn.pl)

Parafia Rzymsko-Katolicka  
pw. w. Jerzego w Mszanie  
www.parafiamszana.pl  
tel. 32/ 472 00 93

Parafia Rzymsko-Katolicka  
pw. Nawiedzenia Naj wi tszej  
Marii Panny w Połomi  
www.parafiapolomia.prv.pl  
tel. 32/ 476 04 70

Pa stwowa Stra Po arna  
w Wodzisławiu I.  
tel. 32/453 93 93  
Komenda Powiatowa Policji  
w Wodzisławiu I.  
453 72 00

TAURON Polska Energia  
tel. 32/ 303 03 03



4 czerwca Urząd nieczynny

Piątek, 4 czerwca 2021 r. (po Bożym Ciele) będzie dniem wolnym od pracy w Urzędzie Gminy w Mszanie. W sprawach pilnych, dotyczących niezwłocznego załatwienia w Urzędzie Stanu Cywilnego będzie pełniony dyżur pod telefonem nr 781 306 710.

## Jak królową jesteś ?

W nawiązaniu do obchodzonego 25 maja nietypowego wiośnia - Dnia Królowy - biblioteka gminna ogłosiła konkurs z nagrodami "A TY? JAK KRÓLOWĄ JESTE?"

Wystarczy napisać o sobie, która królową jesteś? I dlaczego tak twierdzisz? - Uzasadnij pisemnie swój wybór, a do tego możesz zrobić swoje zdjęcie jako królowy i pokazać się z wybranymi bohaterkami.

Konkurs trwa do 8 czerwca. Prace należy przesłać na maila: biblioteka.mszana@onet.pl (w tytule maila: konkurs - królowa). Nagrody czekają! (esh)

## Sprawdź to samo rachmistrza

W maju pracownicy rozpoczęli rachmistrzowie Spisu Powszechnego, którzy mogą dzwonić z numeru 22 828 88 88, ale nie będą odwiedzać respondentów w domach do odwołania.

Rachmistrz spisowy ma nadany oficjalny identyfikator wydany przez Wojewódzkie Biuro Spisowe zawierający imię i nazwisko, numer, godło, informacje o przetwarzaniu danych osobowych.

To samo rachmistrza może sprawdzić na infolinii spisowej pod numerem 22 279 99 99 i również poprzez aplikację dostępną na stronie rachmistrz.stat.gov.pl

Z uwagi na pandemię, rachmistrzowie nie będą realizować wywiadów bezpośrednich (i odwiedzają respondentów w domach) a do odwołania. Osoby, które pukają do drzwi i podają się za rachmistrzów mogą być oszustami.

Takie przypadki trzeba zgłaszać na policję.

Jeśli obywatel zekspisowany został już zrealizowany przez Internet albo poprzez infolinię spisową, nikt nie będzie dzwonił do respondentów w tej sprawie. Takie kontakty mogą być próbą wyłudzenia danych.

W przypadku uzasadnionych wątpliwości co do wiarygodności i rzetelności rachmistrza spisowego, prosimy zaistniały incydent niezwłocznie zgłaszać na infolinię spisową lub do właściwego Biura Spisowego w swoim miejscu zamieszkania.

Po weryfikacji rachmistrza i uzyskaniu pewności, że dzwoni w celu przeprowadzenia spisu, prosimy mieć na uwadze, że zgodnie z ustawą nie może odmówić mu podania danych.

Warto zapoznać się z zawieszonym z zakresu pytań spisowych na stronie www.spis.gov.pl. Infolinia 22 279 99 99.

## Zrób zdjęcie, gdzie czytasz

Gminna Biblioteka Publiczna ogłosiła konkurs fotograficzny pod nazwą „Znajdziesz mnie w bibliotece”. - Tym razem to my chcemy zobaczyć Was i Wasze domowe biblioteczki lub miejsca, w których czytacie! Biblioteka może być w każdym miejscu, w którym czytacie! Czekamy na zdjęcia, na których uwiecznicie swoje księgozbiory i Was lub Wasze rodziny i przyjaciół przy czytaniu. - mówi dyrektor Eliza Sicińska-Hajska.

Fotografie w wersji elektronicznej (format jpg, co najmniej 2 MB) można przesyłać do 6 czerwca 2021 r. na e-mail:



biblioteka.mszana@onet.pl. Regulamin konkursu i formularze znajdziecie na www.bibliotekamszana.pl. Najlepsze prace zostaną nagrodzone i będzie można oglądać je na stronie i facebooku Biblioteki. (esh)

## Numery telefonów Urzędu Gminy



WÓJTA GMINY  
Miroslaw Szymanek  
32 475 97 40  
Zastępca Wójta Gminy  
Błażej Tatarczyk  
32 475 97 51  
Sekretarz Gminy  
Joanna Szymańska  
32 475 97 42

REFERAT ADMINISTRACJI,  
EDUKACJI, INFORMACJI  
Kierownik - Katarzyna Bylicka  
32 475 97 53  
Obsługa Rady Gminy  
32 475 97 44  
Dowody, działalność gosp.  
32 475 97 68  
Promocja, informacja  
32 475 97 54

REFERAT FINANSÓW  
I BUDOWA  
Skarbnik - Małgorzata Gosińska  
32 475 97 50  
Podatki  
32 475 97 65  
Podatki od środków transportu  
32 475 97 64

REFERAT GOSPODARKI  
KOMUNALNEJ  
Kierownik - Dorota Rajszyńska  
32 475 97 48  
Wycinka drzew  
32 475 97 59  
Gospodarka komunalna  
32 475 97 47  
Drogi  
32 475 97 41

REFERAT PLANOWANIA  
I INWESTYCJI  
Kierownik - Aleksandra Tkocz  
32 475 97 46  
Planowanie przestrzenne  
32 475 97 45

ZARZĄDZANIE KRYZYSOWE  
32 475 97 67

URZĄD STANU CYWILNEGO  
Ewidencja ludności  
32 475 97 69

O RODEK POMOCY  
SPOŁECZNEJ  
Kierownik - Mirela Ledwo  
ul. Centralna 93, 44-323 Połomia,  
tel. 32 472 00 42  
www.ops.mszana.ug.gov.pl

Cennik opłat za reklamę w „Naszych Wieściach Gminnych”  
cała strona A4 - 500 złotych  
1/2 strony A4 - 250 złotych  
1/3 strony A4 - 150 złotych  
1/4 strony A4 - 100 złotych  
1/8 strony A4 - 50 złotych  
ogół. drobne w ramce - 10 zł  
Na stronach tytułowych reklam nie przyjmujemy!  
Reklamę w wersji elektronicznej należy przesłać na adres:  
[promocja@mszana.ug.gov.pl](mailto:promocja@mszana.ug.gov.pl)  
Więcej informacji pod nr tel.:  
32 475 97 44.  
Opłat należy wpłacić na konto  
Gminnego Ośrodka Kultury i Rekreacji w Mszanie  
34 8470 0001 2001 0050 0089 0001

Miesięcznik społeczno-kulturalny NASZE WIEŚCI GMINNE  
Wydawca: Gminny Ośrodek Kultury i Rekreacji w Mszanie, ul. Mickiewicza 92, 44-325 Mszana  
Nakład: 1500 egzemplarzy  
Redaktor naczelny: Mirosława Księżk-Rduch  
Kontakt: tel. 32/475 97 54, e-mail: [promocja@mszana.ug.gov.pl](mailto:promocja@mszana.ug.gov.pl)  
Druk: LEGIS, ul. Jastrzębska 157, 44-304 Wodzisław Śląski.  
Tekstów niezamówionych redakcja nie zwraca. Zastrzegamy sobie prawo skracania i redagowania.



## To mał e stwo ma w sobie sił

Przygod z siłowni zaczynał w wieku 17 lat. Wa ył wtedy 63 kg. Dzi ma 33 lata i 90 kg mi - ni, własn siłowni i on , która równie trenuje kulturystyk .

Wła nie zdobył br zowy medal Mistrzostw Polski, stan ł równie na III miejscu podium w Pucharze Polski. Teraz rozpoczyna "okres budowy", aby w przyszłym roku wystartowa w kategorii 95 kg.

Pr y muskuły i promuje swój gmin Mieszka cy w Mszanie Łukasz Szoltysek od 15 lat swoje ycie zwi zał z kulturystyk . Na zawodach debiutował w 2009 roku (były to Mistrzostwa l ska, w których zaj ł III miejsce). W tym samym roku zdobył te br z Mistrzostw Polski. W kwietniu 2013 wywalczył mistrzostwo Polski w kat. 75 kg. Za te sukcesy został jesieni 2013 roku laureatem wyróż nienia Wójta Gminy Mszana dla mieszka ców, których osi gni cia sportowe przyczyniaj si do promocji Mszany poza jej granicami.

Potem przyszły kolejne sukcesy: rok 2014 - II miejsce MP w kat. 75 kg, 2016 - III miejsce MP w kat. 80 kg.

Przed wybuchem pandemii startował równie na arenie mi dzynarodowej. W 2017 roku był w Hiszpanii na amatorskim turnieju Mister Olimpia, a tak e na zawodach Grand Prix w Czechach, gdzie wywalczył III miejsce w kat. 80 kg.

Koronawirus ich nie pokonał Wraz z epidemi koronawirusa przyszły ci kie czasy. Siłownie, w tym jego Maximus w Wodzisławiu l skim, nie mogły normalnie działa , odwołano te wi kszo imprez kulturystycznych.

Do startów zacz ł si ponownie przygotowywa na przełomie minionego i obecnego roku. Na tyle efektywnie, e ju



Łukasza i Joann pól czyła wspólna pasja, a potem mił

w maju 2021 zdobył dwa br - zowe medale: na Mistrzostwach Polski w Kulturystyce w Łodzi (odbyły si 8 maja) i w zawodach Pucharu Polski, które miały miejsce 14-15 maja w Warszawie. Łukasz startował w nich w kategorii 90 kg.

- To były najwa niejsze tegoroczne starty, do których przygotowywałem si intensywnie kilkana cie tygodni. Wi cej startów w tym roku nie przewiduj , chc si skupi na budowaniu sylwetki, eby w przyszłym roku spróbowa sił w wy szej kategorii - mówi.

Redukcja, czyli 20 kilo mniej Jak wygl daj przygotowania do zawodów? - Zaczynam je 16 tygodni przed startem. Podstawa jest szywna dieta, która wbrew pozorom nie oznacza głodzenia si . Jest ustawiona na 2500 kalorii dziennie. Przewiduje du o jedzenia, ale s to jed-

nakowe posiłki, oparte na kilku składnikach: ry , kurczak, płatki ry owe, ziemniaki, chuda wołowina i jajka. Jem 6 razy dziennie o tych samych porach. W tygodniu mam 5 treningów siłowych i 6 razy trening cardio na rowerku - 40 minut z rana na czczo - opowiada pasjonat.

W okresie pozastartowym diety przestrzega w około 80 procentach. - Wtedy mo na sobie pozwoli na troch wi cej, ale nie hulaj dusza... Bo potem, gdy przychodzi zawody, trzeba si napoci przy "zrobieniu" wagi. Najwi ksz redukcj masy ciała miałem ze 104 do 88 kilogramów - wspomina. - Co do wicze , w okresie poza startami s tylko troch mniej intensywne. Trening siłowy nadal mam 5 razy w tygodniu, jedynie trening cardio zmniejsza si do 4 razy w tygodniu po 30 minut. Generalnie kulturystyka to sposób ycia całkowicie



podporz dkowany wiczeniem na siłowni. Ale mnie si to bardzo podoba - mówi Łukasz.

We dwoje łatwiej si gotuje Naley do tych szcz liwców, którzy w jednym miejscu ł cz prac zawodow , pasj i ycie prywatne. Na prowadzonej przez siebie od 2011 roku siłowni poznał Joann , klientk , która pocz tkowo przychodziła troch po wiczy . Od 2019 roku s mał e stwem, oboje pracuj w Maximusie, razem trenuj i wspieraj si w swojej pasji tak e w domu. Znacznie łatwiejsze jest dzi ki temu na przykład wspólne przygotowywanie specjalnych posiłków. Joanna od czterech lat startuje w zawodach kulturystycznych, w kategorii bikini fitness, czyli "sylwetka wysportowana miła dla oka". Równie ma ju na koncie sportowe sukcesy - niedawno zaj łła II miejsce w Pucharze Polski kobiet. Ma realne szanse na udział w Mistrzostwach wiata, które odb d si jesieni ... dok. na ostatniej stronie



## NASZE PASJE

dok. ze str. 15 ... Zjednoczonych.  
- Je li onie uda si zakwalifi-  
kowa , mamy szans na cieka-  
wy wspólny wypad - cieszy si  
jejm .

Siłownia lepsza ni portal  
randkowy

Łukasz artuje, e jego siłownia  
jest lepsza ni biuro mat-  
rymonialne albo popularne  
w ostatnich czasach portale  
randkowe. - Ze spotka i wspólnych  
treningów w naszej sali  
narodziło si ju z10 mał e stw  
- mówi. - Coraz wi cej młodych  
ludzi patrzy na swój wygl d, za-  
czyna dba o sylwetk , mode-  
lowa j dzi ki wiczeniom.  
Jedni przychodz , eby schudn  
n , inni eby nabra mi ni.  
Siłownia jest dla wszystkich i ma  
sił ł cz c ludzi z podobnymi  
pasjami - mówi Szoltysek.

Młody mszaniainin jest nie  
tylko zawodnikiem i wła ciciel-  
em siłowni, ale równie trenerem  
personalnym i szkole-



Łukasz na swojej siłowni i podczas prezentacji na zawodach

niowcem przygotowuj cym  
innych do zawodów. A te staj  
si coraz popularniejsze. Na ma-  
jowych Mistrzostwach Polski  
w sumie startowało 400 osób,  
a w Pucharze Polski - prawie  
600. W swojej konkurencji Łu-

kasz miał 16 rywali, jego ona -  
14 rywalek. - To wiadczy o po-  
pularno ci tej dyscypliny. Ciesz  
si , e kulturystyka i wiczenia  
siłowe zdobywaj coraz liczn-  
iejsze grono zwolenników.  
Uwa am, e sport jest dla

ka dego. Od 28 maja nareszcie  
mo emy normalnie funkcjo-  
nowa . Jeszcze du o czasu up-  
łynie, zanim staniemy na nogi,  
ale mam nadzieję , e si uda.  
Dla nas to po prostu sposób na  
ycie - mówi pasjonat. (mk)

reklama



# PROMOCJA

*nawozy płynne i granulowane*



## 8.50

od zł/szt.

## Zapraszamy

od poniedziałku do piątku 7<sup>30</sup> - 16<sup>00</sup>  
w sobotę od 7<sup>30</sup> - 13<sup>00</sup>



P.H.U. RDUCH ANTONI ul. Centralna 91, 44-323, Połomia

tel. 32 476 00 43