

W Limanowej odbyły się obchody 80. rocznicy Bitwy pod Monte Cassino

20 maja 2024 r.

18 maja 2024 roku przypadła 80. rocznica zdobycia klasztoru na Monte Cassino przez żołnierzy 2 Korpusu Polskiego. W tej ważnej bitwie II Wojny Światowej brali udział również mieszkańcy Ziemi Limanowskiej. Wydarzenie to upamiętniły uroczystości rocznicowe, które odbyły się w Limanowej. Uczestniczyli w nich przedstawiciele lokalnych samorządów. Powiat Limanowski reprezentowali: Starosta Limanowski Mieczysław Uryga, Wicestarosta Limanowski Ewa Filipiak oraz Przewodniczący Rady Powiatu Limanowskiego Józef Pietrzak. Obecne były również delegacje: 114. Batalionu Lekkiej Piechoty Wojsk Obrony Terytorialnej, Ochotniczej Straży Pożarnej Limanowa, dyrekcji i uczniów Szkoły Podstawowej nr 3 w Limanowej im. ks. pułkownika Józefa Jońca oraz limanowskich harcerzy.

Obchody 80. Rocznicy bitwy pod Monte Cassino rozpoczęła msza święta w Bazylice Matki Boskiej Bolesnej w Limanowej. Liturgii przewodniczył i wygłosił homilię ks. Tadeusz Kubala. Po eucharystii uczestnicy uroczystości złożyli wiązanki kwiatów oraz znicze pod tablicę upamiętniającą ks. pułkownika Józefa Jońca, znajdującą się w podcieniu bazyliki.





Następnie na limanowskim cmentarzu parafialnym uczestnicy złożyli znicze na grobach żołnierzy 2 Korpusu Polskiego pochowanych w Limanowej – porucznika Jana Biedy, starszego kaprała Franciszka Miłkowskiego, Jana Struga, sierżanta Jana Tokarczyka oraz Wincentego Gawrona.

Na zakończenie części uroczystości na limanowskim cmentarzu parafialnym głos zabrali: współorganizator obchodów Karol Wojtas – historyk i regionalista, a następnie Stanisław Król – dyrektor Szkoły Podstawowej nr 3, Jolanta Juskiewicz oraz Starosta limanowski Mieczysław Uryga, który podziękował organizatorom wydarzenia upamiętniającego najbardziej zaciekle bitew II Wojny Światowej i walczących w niej bohaterów, pochodzących także z Ziemi Limanowskiej.

-Pamięć o ich odwadze i poświęceniu jest dla nas niezwykle ważna- zapewnił Starosta Limanowski.





Część uczestników po zakończeniu uroczystości udała się do Galerii Miejskiej Biblioteki Publicznej w Limanowej, gdzie zwiedziła wystawę historyczną „Mieszkańcy Ziemi Limanowskiej pod Monte Cassino – w 80. Rocznicę zwycięstwa”, po której oprowadził jej współtwórca Karol Wojtas.

Z okazji rocznicy Szkoła Podstawowa nr 3 w Limanowej im. ks. pułkownika Józefa Jońca wydała również broszurę o bitwie pod Monte Cassino i udziale w niej patrona szkoły. Autorem tekstu jest nauczyciel Tadeusz Hejmej. Broszurę współredagowali Stanisław Król, Dariusz Ociepka, Beata Romaniuk i Łukasz Twaróg.



Zapraszamy na XXII Powiatowy

Przegląd Orkiestr Dętych

17 maja 2024 r.

W ostatnią niedzielę miesiąca – 26 maja br. – w sprzyjającej scenerii Parku Miejskiego w Limanowej odbędzie się XXII Powiatowy Przegląd Orkiestr Dętych. Organizatorem wydarzenia jest Powiat Limanowski, a partnerami Miasto Limanowa, Małopolskie Centrum Kultury Sokół w Nowym Sączu. Patronat medialny objęły telewizja internetowa TV28, portal limanowa.in oraz radio RDN. Warto przypomnieć, że przegląd stanowi etap eliminacyjny do 46. Małopolskiego Festiwalu Orkiestr Dętych Echo Trombity w Nowym Sączu, który uznawany jest za jedną z najbardziej prestiżowych i największych cyklicznych imprez amatorskiego ruchu muzycznego.

Bez wątpienia orkiestry z naszego powiatu, podczas każdego kolejnego przeglądu, prezentują coraz wyższy poziom umiejętności, zapewniając równocześnie niezwykley przekaz artystyczny wykonywanych utworów. W tym roku będzie możliwość podziwiania aż 11 zespołów, w tym dwóch spoza naszego powiatu. Przegląd rozpocznie się o godzinie 13:00, a potem wystąpią orkiestry w następujące kolejności:

1. Godz. 13.20
Strażacka Orkiestra Dęta Filipowice
2. Godz. 13.45
Orkiestra Ochotniczej Straży Pożarnej w Dobrej
3. Godz. 14.00
Parafialna Orkiestra z Jaworznej
4. Godz. 14.15
Orkiestra Dęta przy OSP w Męcinie
5. Godz. 14.30
Orkiestra Dęta „Echo Gminy Łukowica”
6. Godz. 14.45
Parafialna Orkiestra Dęta w Laskowej
7. Godz. 15.00

Gminna Orkiestra VIOLIN w Słopnicach

8. Godz. 15.15

Orkiestra Dęta Ochotniczej Straży Pożarnej w Mszanie Dolnej

9. Godz. 15.30

Orkiestra Dęta „Echo Gór” w Kasince Małej

10. Godz. 15.45

Orkiestra Dęta Zator (powiat nowotarski)

11. Godz. 16.00

Orkiestra Dęta w Mszanie Górnej

Około godziny 17:00 planowane jest ogłoszenie wyników i wręczenie nagród, a zaraz potem ok. 17:30 Koncert Kapeli RÓY.

Podczas przeglądu nie zabraknie dodatkowych atrakcji, jak: dmuchany zamek, grill oraz bufet z przekąskami. Natomiast na stoiskach promocyjnych swoje wyroby zaprezentują:

1. Tadeusz Leśniak – miody i wyroby pszczele
2. OO. Cystersi ze Szczyrzyca – przysmaki regionalne
3. Piotr Banach – wyroby z drewna
4. Pracownia Ceramiki Magdalena Ibek – ceramika
5. Mirosław Twaróg – ceramika
6. Anna Dudek – wyroby szydełkowe, breloki, kartki
7. Marek Wojtas „Pasieka Pszczółka” – miody i wyroby pszczele.



Zachęcamy mieszkańców oraz gości powiatu do udziału w tym muzycznym wydarzeniu.



XXII Powiatowy Przegląd Orkiestr Dętych

26 maja 2024 r. godz. 13:00
Park Miejski w Limanowej

**Artyści z powiatu
limanowskiego nagrodzeni na
41. Konkursie Muzyk,
Instrumentalistów, Śpiewaków
Ludowych i Drużbów Wesełnych
„Druzbacka”**

17 maja 2024 r.

Od 8 do 12 maja br. trwał 41. Konkurs Muzyk,

Instrumentalistów, Śpiewaków Ludowych i Drużbów Weselnych „Druzbacka”, który odbył się w Gminnym Ośrodku Kultury w Podegrodziu. Wydarzenie prowadził Marian Wójtowicz. Powiat limanowski reprezentowało liczne grono artystów i zespołów ludowych z naszego regionu, którzy zostali docenieni przez jury i publiczność zdobywając nagrody i wyróżnienia w następujących kategoriach.

1. Konkurs Muzyk Ludowych

Kategoria dorosłych:

Nagroda główna w postaci „Złotych Basów” i nagroda pieniężna w wysokości 900 zł – Muzyka Rodzinna „Kościelnioki” z Olszówki;

I miejsca i nagrody pieniężne w kwocie po 700 zł – „Słopnicki Zbyrcok” ze Słopnic, „Z Janowic”, „Dolina Mszanki” z Mszany Górnej, „Starowiejski Hyr” ze Starej Wsi;

II miejsca i nagrody pieniężne w kwocie po 600 zł – „Limanowianie” z Limanowej, „Dolina Słomki” ze Stronia;

III miejsca i nagrody pieniężne w kwocie po 500 zł – „Przyszowianie” z Przyszowej, „Szczyrzycanie” ze Szczyrzyca, „Słopniczanie” ze Słopnic.

Kategoria młodzieżowa:

I miejsca i nagrody pieniężne w kwocie po 500 zł – „Saga Nawarów” z Poręby Wielkiej, „Dolina Mszanki” z Mszany Górnej;

II miejsce i nagroda pieniężna w kwocie 400 zł – „Starowiejski Hyr” ze Starej Wsi;

III miejsca i nagrody pieniężne w kwocie po 300 zł – „Słopniczanki” ze Słopnic.

Kategoria dziecięca:

I miejsce i nagroda pieniężna w kwocie 400 zł – „Dolina Mszanki” z Mszany Górnej;

II miejsca i nagrody pieniężne w kwocie po 300 zł – „Mali Słopniczanie” ze Słopnic, „Olszowianie” z Olszówki, SAGA-Art Training&Events,

III miejsca i nagrody pieniężne w kwocie po 250 zł – „Mali Łostowianie” z Łostówki, „Zagródcanki” z Kasinki Małej, „Słopnickie Zgrajca” ze Słopnic.

1. Konkurs Instrumentalistów

Kategoria dorosłych:

I miejsca i nagrody pieniężne w kwocie po 250 zł – Sławomir Kurek z Wilkowiska (heligonka), Bogusław Nawara z Poręby Wielkiej (skrzypce);

II miejsce i nagroda pieniężna w kwocie 200 zł – Joanna Ociepka z Przyszowej (skrzypce);

III miejsca i nagrody pieniężne w kwocie po 150 zł – Aleksandra Śliwa ze Słopnic (skrzypce), Maciej Liszka ze Stronia (heligonka);

Wyróżnienia w postaci dyplomu – Jerzy Hebda z Przyszowej (heligonka), Marek Duda ze Szczawy (skrzypce).

Kategoria młodzieżowa:

Nagroda im. Rudolfa Józefowskiego w kwocie 300 zł – Jakub Kuczaj z Lubomierza (skrzypce);

I miejsce i nagroda rzeczowa – Anna Dawiec z Lubomierza (skrzypce);

II miejsce i nagroda rzeczowa – Ewelina Liberda z Poręby Wielkiej (skrzypce);

III miejsca i nagrody rzeczowe – Bartosz Gierczyk z Zasadnego (skrzypce), Zuzanna Postrożny ze Starej Wsi (skrzypce);

Wyróżnienia w postaci dyplomu – Emilia Joniec z Wilczyc (skrzypce), Katarzyna Hebda z Przyszowej (skrzypce), Julia Węglarz z Łętowego (skrzypce), Gabriela Hojda z Limanowej (skrzypce).



Kategoria dziecięca:

I miejsce i nagroda rzeczowa – Emilia Wachała z Lubomierza (skrzypce);

II miejsca i nagrody rzeczowe – Julia Wilk z Przyszowej (skrzypce), Maciej Mikuła z Olszówki (skrzypce), Weronika Florek ze Słopnic (skrzypce);

III miejsca i nagrody – Oliwia Lupa z Mszany Dolnej (skrzypce), Leopold Adamicz z Limanowej (skrzypce);

Wyróżnienia w postaci dyplomów – Julia Grabiec z Łętowego (skrzypce), Dominika Kubacka z Wysokiego (skrzypce), Julia Dorczak z Mszany Dolnej (skrzypce), Lena Pławecka z Jaworznej (skrzypce), Joanna Pach ze Słopnic (skrzypce), Aleksandra Frączek z Przyszowej (skrzypce);

Dyplomy uczestnictwa – Wioleta Myszogład z Łostówki i Oliwia Łazarz ze Starej Wsi.

III. Konkurs Grup Śpiewaczych W Kategorii Dorosłych

I miejsce i nagroda pieniężna w kwocie 450 zł – „Śwarni Łojce” z Sadku-Kostrzy (grupa męska);

II miejsca i nagrody pieniężne w kwocie po 350 zł – „Starowiejski Hyr” ze Starej Wsi (grupa żeńska), „Limanowianie” z Limanowej (grupa męska);

III miejsca i nagrody pieniężne w kwocie po 300 zł – „Gorce” z Kamienicy (grupa żeńska), „Z Przyszowej” (grupa męska), „Kijom Worci” z Pisarzowej (grupa żeńska);

Wyróżnienia w postaci dyplomów – „Przyszowianki” z Przyszowej, „Mszanicanki” z Mszany Dolnej, „Słopnicki Zbyrcok” ze Słopnic (grupa żeńska);

Dyplom uczestnictwa – „Ze Stronia” (grupa żeńska), „Kasinianie-Zagórzanie” z Kasiny Wielkiej (grupa męska).

1. Konkurs Śpiewu Solowego

Kategoria dorosłych:

I miejsce i nagroda pieniężna w kwocie 200 zł – Mariola Lorek z Przyszowej;

III miejsce i nagroda pieniężna w kwocie 100 zł – Barbara Stożek z Mszany Dolnej;

Wyróżnienie w postaci dyplomu – Joanna Adamczyk ze Stronia.

Kategoria młodzieżowa:

I miejsce i nagroda rzeczowa – Edyta Szumańska z Szyku;

II miejsce i nagroda rzeczowa – Dominika Wąchała z Zasadnego.

Kategoria dziecięca:

I miejsce i nagroda rzeczowa – Anna Gorczowska z Zasadnego;

II miejsca i nagrody rzeczowe otrzymują – Jan Podgórny ze Słopnic, Laura Bielska z Półtrzeczek, Marcel Hejmo z Sadku.



1. Konkurs Mistrz I Uczeń

I miejsce i nagroda pieniężna w kwocie 300 zł – Bogusław Nawara z Poręby Wielkiej (uczennica: Dagmara Burczak; skrzypce);

III miejsce i nagroda pieniężna w kwocie 200 zł – Jadwiga Kuczaj z Pisarzowej (uczennice: Aleksandra Frączek, Aleksandra Żelasko; śpiew);

Wyróżnienia w postaci dyplomów – Tomasz Król ze Starej Wsi (uczniowie: Patryk Król, Szymon Pławecki; trąbka), Aleksandra Śliwa ze Słopnic (uczennice: Marcelina Król, Hanna Trela; skrzypce);

Dyplom uczestnictwa – Marek Duda ze Szczawy (uczennica Patrycja Majchrzak; skrzypce).

1. Konkurs Drużbów Oraz Mowy Starosty Weselnego

Kategoria drużbów:

II miejsce i nagroda pieniężna w kwocie 250 zł – Piotr Pławecki ze Starej Wsi;

III miejsce i nagroda pieniężna w kwocie 200 zł – Józef Tokarczyk z Mordarki.

Na Ogólnopolski Festiwal Kapel i Śpiewaków Ludowych w Kazimierzu Dolnym nad Wisłą komisja rekomenduje: muzyki „Kościelnioki” z Olszówki i „Z Janowic”, śpiewaczkę Mariolę Lorek z Przyszowej, instrumentalistę Bogusława Nawarę z Poręby Wielkiej (skrzypce). Na Ogólnopolski Konkurs Gawędziarzy, Instrumentalistów, Śpiewaków, Drużbów i Starostów Weselnych „Sabałowe Bajania”, który odbędzie się w Bukowinie Tatrzańskiej w lipcu komisja zakwalifikowała: instrumentalistę młodzieżowego Jakuba Kuczaja z Lubomierza, instrumentalistę dorosłego Sławomira Kurka z Wilkowiska (heligonka); grupy śpiewacze: „Śwarni Łojce” z Sadku-Kostrzy (męska), „Starowiejski Hyr” ze Starej Wsi (żeńska), „Limanowianie” z Limanowej (męska); drużbę weselnego Piotra Pławeckiego ze Starej Wsi.



Serdecznie gratulujemy!

169 prezentacji konkursowych oceniała komisja w składzie: Anna Borucka – Szotkowska – etnomuzykolog; Jadwiga Adamczyk – muzyk, MCK „Sokół” w Nowym Sączu; dr Artur Czesak – językoznawca oraz Benedykt Kafel – etnograf.

źr./fot.: MCK Sokół Nowy Sącz

Klaudia Zwolińska zdobywa srebrny medal ME w mistrzostwach Europy w kajakarstwie górskim

17 maja 2024 r.

Klaudia Zwolińska pochodząca z Kłodnego (Powiat Limanowski) została zdobywczynią srebrnego medalu mistrzostw Europy w kajakarstwie górskim w konkurencji cross indywidualny.

W Lublanie wygrała Szwajcarka Alena Marx, która wyprzedziła Polkę o 0,22 s. Wśród mężczyzn triumfował Czech Vit Prindis.

Polacy nie startowali. W konkurencji cross indywidualny medale mistrzostw Europy przyznano po raz pierwszy.

Pierwotnie mistrzostwa w Lublanie (Tacen) miały rozpocząć się w czwartek 16 maja, ale w związku z zapowiadanymi opadami deszczu groźbą zalania toru na rzece Sawa organizatorzy w trybie nagłym postanowili o dzień przyspieszyć otwarcie zawodów.

W ubiegłym roku Klaudia Zwolińska wywalczyła brąz w slalomie K1 mistrzostw świata na torze w Lee Valley pod Londynem, zdobywając jednocześnie kwalifikację do igrzysk olimpijskich w Paryżu. Na poprzednich igrzyskach w Tokio zajęła w tej konkurencji piąte miejsce.

Serdecznie gratulujemy naszej reprezentantce mistrzowskiego startu i sportowego sukcesu.

źr. UG Limanowa, Fot.: EXPA / newspix.pl

Konferencja Powiatowa
“Jestem, ale... nie chcę być” –
depresja i tendencje
samobójcze dzieci i młodzieży
odbędzie się w Porębie

Wielkiej

17 maja 2024 r.

22 maja w hotelu „Górski Raj” w Porębie Wielkiej” o godz. 9:00 odbędzie się Powiatowa Konferencja pn. “Jestem, ale... nie chcę być” – depresja i tendencje samobójcze dzieci i młodzieży, której Organizatorami są: Stowarzyszenie Kierunek Przyszłość, Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Niedźwiedziu oraz Powiatowe Centrum Pomocy Społecznej w Limanowej.

Konferencja skupiać się będzie wokół następujących tematów: przeciwdziałaniu przemocy domowej, depresji i tendencjom samobójczym wśród dzieci i młodzieży. Spotkanie ma również na celu przedstawienie aktualnych informacji oraz obszarów problemowych dotyczących przeciwdziałania przemocy w rodzinie i dostarczenie wiedzy na temat aktualnych rozwiązań dotyczących ochrony rodzin przed przemocą.

Podczas konferencji poruszony zostanie również temat depresji i tendencji samobójczych wśród dzieci i młodzieży.

Szczegółowe informacje dotyczące programu spotkania dostępne są poniżej:

[List-intenyjny-Konferencja-2](#)

Spotkanie poprowadzą:

- dr Marek Mudant – doktor nauk społecznych, certyfikowany specjalista z zakresu przeciwdziałania przemocy domowej, emerytowany funkcjonariusz policji. Powiatowy koordynator procedury Niebieskiej Karty w Węgrowie, członek Komisji Rozwiązywania problemów alkoholowych, doświadczony szkoleniowiec, wykładowca Uniwersytetu Przyrodniczo-Humanistycznego w Siedlcach.
- Mgr Katarzyna Wodyńska – magister psychologii, seksuolog, pedagog, psychodietetyk, spec. Psychoterapii

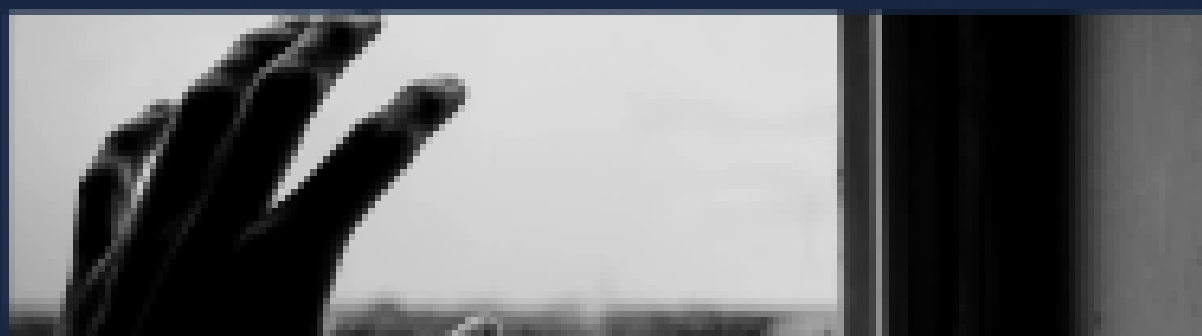
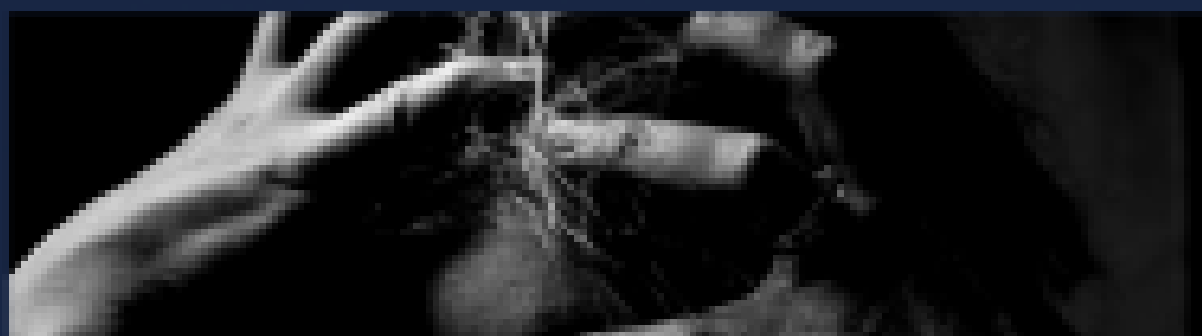
i terapii zaburzeń seksualnych, spec. Diagnozy i terapii zaburzeń osobowości, interwent kryzysowy.

Udział w konferencji jest bezpłatny.

Każdy uczestnik otrzyma zaświadczenie po zakończeniu konferencji. Organizatorzy zapewniają również poczęstunek.

Organizatorzy proszą o potwierdzenie przybycia do dnia 20.05.2024 r. tel. 18 33 12 776 e-mail: zapalakarolinamaria@gmail.com.

Ilość miejsc ograniczona.



JESTEM, ALE...

... NIE CHCĘ BYĆ- DEPRESJA I TENDENCJE
SAMOBÓJCZE DZIECI I MŁODZIEŻY

KONFERENCJA POWIATOWA

22.05.2024r. godz. 9.00

Hotel Górski Raj w Porębie Wielkiej

ORGANIZATORZY



PATRONAT
MEDIALNY



Ambulatoryjne badania KTG w Szpitalu Powiatowym w Limanowej

17 maja 2024 r.

Szpital Powiatowy w Limanowej informuje, iż wychodząc naprzeciw oczekiwaniom pacjentek, wznowia wykonywanie badania KTG w warunkach ambulatoryjnych, bez konieczności hospitalizacji na oddziale.

Na badanie nie jest wymagane skierowanie ani rejestracja, należy mieć ze sobą kartę przebiegu ciąży. Pacjentka zainteresowana wykonaniem badania powinna zgłosić się do Ginekologicznej Izby Przyjęć (Oddział Ginekologii i Położnictwa, III piętro). Na badanie można zgłaszać się w godzinach od 7.00 do 14.35, a w szczególnych przypadkach również w pozostałych godzinach – wówczas badanie wykona położna dyżurująca w Izbie Przyjęć Ginekologiczno-Położniczej. Opłata za wykonanie badania – 25 zł.

źr. Szpital Limanowa

Cheerleaderki Global Cheer zdobywczyniami piątego

miejsca na Mistrzostwach Świata w USA

17 maja 2024 r.

Cheerleaderki grupy Global Cheer, w skład której weszły połączone zespoły Diamond Cheer z Kamienicy i Cheer NS z Nowego Sącza wystąpiły w Mistrzostwach Świata w Orlando, gdzie rywalizowały z najlepszymi zespołami z całego świata. Dziewczęta dzięki dynamicznej i starannie dopracowanej prezentacji zajęły piątą lokatę.

W dniach 24-26 kwietnia br. roku w kompleksie Walta Disneya World Park w Orlando odbyły się mistrzostwa świata cheerleaderek. Reprezentujący Polskę zespół Global Cheer (połączone zespoły Diamond Cheer z Kamienicy i Cheer NS z Nowego Sącza), wywalczył miejsce w pierwszej piątce w kategorii Junior All Girls Level 4. Drużyna Global Cheer, licząca 24 zawodniczki, zaimponowała jurorom swoją techniką i zgraniem.



Gratulujemy serdecznie naszym reprezentantkom wspaniałej sportowej formy, determinacji i energii, które zaowocowały wyjątkowym sukcesem na tej arenie międzynarodowej!

Głównym partnerem przygotowań i startu w Mistrzostwach Świata Cheerleaders było Województwo Małopolskie.



Głosowanie 7. edycji Budżetu Obywatelskiego Małopolski rozpoczęte!

17 maja 2024 r.

Trwa decydujący etap 7. edycji Budżetu Obywatelskiego Województwa Małopolskiego, w ramach którego mieszkańcy Małopolski zdecydują na co przeznaczyć 16 mln złotych. Głosowanie będzie możliwe od 15 maja do 14 czerwca. O głosy powalczą aż 232 projekty.

Zagłosować można na projekty mające na celu m.in. poprawę bezpieczeństwa pieszych, zwrócenie uwagi młodego pokolenia na znaczenie historii i tradycji narodowej, poszerzenie wiedzy i umiejętności z zakresu udzielania pierwszej pomocy czy polegające na zakupie defibrylatorów AED. Na liście zadań dopuszczonych do głosowania znajdziemy także projekty, których celem jest organizacja spotkań integracyjno-twórczych, spotkań dla osób z niepełnosprawnościami, dzieci, młodzieży, czy seniorów. Dużą część stanowią działania sportowe, kulturowe i zdrowotne. O głosy powalczą aż 232 zadania: 42 ogólnowojewódzkie i 190 regionalnych.

Zasady głosowania

Głosować może każda osoba, która ma skończone 16 lat. Do dyspozycji mieszkańców Małopolski są dwa głosy: jeden na zadanie regionalne i jeden na zadanie ogólnowojewódzkie. Na zadania z puli ogólnowojewódzkich może zagłosować każda osoba,

natomiast na zadania regionalne tylko mieszkańców danego regionu – czyli na np. zadania z Regionu Małopolska Zachodnia mogą głosować tylko mieszkańcy miasta Oświęcim oraz powiatów: suskiego, myślenickiego, wadowickiego, chrzanowskiego oraz oświęcimskiego. Pełen wykaz regionów można znaleźć w Regulaminie B0 WM, który dostępny jest na stronie bo.malopolska.pl. W przypadku, kiedy mieszkaniec oddał głos na zadanie z regionu, w którym nie mieszka, głos uznaje się za nieważny.

Każdy głosujący ma maksymalnie 2 głosy – ale nie musi z tego prawa korzystać. Jeśli odda tylko 1 głos – na zadanie regionalne lub ogólnowojewódzkie, to zostanie on zaliczony. Niedopuszczalne są sytuacje, kiedy 1 osoba odda 2 głosy na jeden typ zadania lub w ogóle więcej niż 2 głosy. Przykładowo, jeśli mieszkaniec odda 2 lub więcej głosów na zadania ogólnowojewódzkie, wszystkie te głosy zostaną unieważnione. Głos oddany na zadania regionalne – o ile jest oddany prawidłowo – pozostaje ważny. Analogicznie sytuacja wygląda, jeśli 2 lub więcej głosów jest oddane na zadania regionalne – wszystkie te głosy będą nieważne. Głos oddany na zadanie ogólnowojewódzkie – o ile jest oddany prawidłowo – będzie zaliczony.

Głosowanie rozpoczyna się 15 maja i potrwa do 14 czerwca.

W jaki sposób oddać głos ?

Każdy z Małopolan ma możliwość oddać głos w takiej formie jaka najbardziej mu odpowiada. Do wyboru są trzy sposoby:

- Elektronicznie: przez Internet – na stronie bo.malopolska.pl – narzędzie zostanie udostępnione 15 maja.
- Stacjonarnie: poprzez oddanie głosu na karcie i wrzucenie jej do jednej z urn zlokalizowanych w całej Małopolsce (na stronie bo.malopolska.pl znajdziesz wykaz lokalizacji miejsc do głosowania)

- Poprzez oddanie głosu na karcie i wysłanie jej pocztą do siedziby urzędu marszałkowskiego z dopiskiem „Budżet Obywatelski” na jeden z podanych adresów:
 - Urząd Marszałkowski Województwa Małopolskiego ul. Racławicka 56, 30-017 Kraków lub ul. Basztowa 22, 31-156 Kraków
 - Agenda Zamiejscowa w: Oświęcimiu (ul. Górnickiego 1, 32-600 Oświęcim), Tarnowie (al. Solidarności 5-9, 33-100 Tarnów), Miechowie (ul. Sobieskiego 4, 32-200 Miechów), Nowym Sączu (ul. Jagiellońska 52, 33-300 Nowy Sącz), Nowym Targu (al. 1000-lecia 44, 34-400 Nowy Targ), Suchej Beskidzkiej (ul. J. Piłsudskiego 23, 34-200 Sucha Beskidzka), lub w Zakopanem (ul. Kościeliska 7, 34-500 Zakopane).

Uwaga: decyduje data wpływu do Urzędu Marszałkowskiego Województwa Małopolskiego lub jednej z Agend Zamiejscowych – nie data stempla pocztowego na kopercie.

Warto pamiętać, że w głosowaniu korespondencyjnym można w jednej przesyłce pocztowej przesłać więcej niż jedną wypełnioną kartę do głosowania pod warunkiem, że każda z przesłanych kart została podpisana własnoręcznie przez osobę głosującą (osobę, której dane osobowe zostały umieszczone na karcie) oraz została zabezpieczona przed przetwarzaniem danych osobowych przez osoby do tego nieupoważnione.

Zagłosuj z domu

Można oddać głos bez wychodzenia z domu, wystarczy odwiedzić stronę internetową bo.malopolska.pl i w odpowiedniej zakładce zaznaczyć na jakie projekty chce się przeznaczyć swój głos. Szybko i wygodnie!

Uwaga: Podobnie jak rok temu, można głosować również hybrydowo, tzn. przy użyciu dwóch różnych sposobów głosowania. Przykładowo – jeśli mieszkaniec na zadanie regionalne zagłosuje na karcie papierowej, którą wrzuci do urny, ale nie

wskaże wtedy zadania ogólnowojewódzkiego, to może to zrobić później przez Internet (oddając tylko 1 brakujący głos).

Kiedy poznamy wybrane zadania ?

Rozstrzygnięcie 7. edycji Budżetu Obywatelskiego Województwa Małopolskiego zaplanowano na jesień – wyniki poznamy najpóźniej 1 października 2024 r. Zadania, które zdobędą największą liczbę głosów, będą realizowane przez Zarząd Województwa Małopolskiego od 2025 r.

Małopolanie mogli zgłaszać swoje zdania od 2 do 31 października. Pierwotna pula zawierała 291 zadań, z których 274 zostało pozytywnie zweryfikowanych i przekazanych do oceny departamentów. Ostatecznie mieszkańcy Małopolski mogą wybierać z 232 propozycji.

Wszelkich informacji dotyczących głosowania w tegorocznej edycji B0 udzielają pracownicy Urzędu Marszałkowskiego Województwa Małopolskiego odpowiedzialni za wdrażanie Budżetu Obywatelskiego – kontakt telefoniczny: (12) 61 60 536, (12) 61 60 982, e-mailowy: bo@umwm.malopolska.pl

Elementy graficzne kampanii promującej głosowanie, a także szczegółowe informacje na temat projektu znajdują się również na stronie internetowej: bo.malopolska.pl.

Warto też polubić profil B0 Małopolska na Facebooku (<https://www.facebook.com/bo.malopolska>) – gdzie na bieżąco są wrzucane najważniejsze informacje związane z Budżetem Obywatelskim WM.

Po raz kolejny mężczyźni z terenu Powiatu Limanowskiego mogą wykonać bezpłatne badania PSA

16.05.2024 r.

Trwa kampania promocyjno-edukacyjna dotycząca nowotworu gruczołu krokowego. Jak co roku adresowana jest do mężczyzn z terenu Powiatu Limanowskiego w wieku od 50 do 75 lat, którzy w ramach kampanii mogą wykonać bezpłatnie badania stężenia markera PSA w surowicy krwi. Kampania finansowana jest ze środków Powiatu Limanowskiego.

Rak prostaty (rak stercza, rak gruczołu krokowego) zajmuje u mężczyzn drugie miejsce w zestawieniu zapadalności i umieralności z powodu nowotworów złośliwych. Tendencja zapadalności na raka prostaty w większości rozwiniętych krajów świata jest rosnąca. Wynika to częściowo z upowszechnienia się oznaczania stężenia markera nowotworowego PSA w surowicy u osób bez klinicznych objawów raka prostaty. Większa liczba pacjentów diagnozowanych z rakiem gruczołu krokowego wynika również z rosnącej świadomości zdrowotnej oraz wydłużania się długości życia mężczyzn. W Polsce zachorowania na raka stercza podwoiły się w ciągu ostatnich 10 lat. (źródło: www.zwrotnikraka.pl).

Badanie PSA (ang. Prostate Specific Antigen), czyli antygenu gruczołu krokowego (prostaty) jest jedną z metod badania przesiewowego wykonywanego u mężczyzn w celu wczesnego wykrycia raka prostaty. To proste badanie wykorzystywane jest również w monitorowaniu stanu pacjenta z przerostem prostaty. Jego stężenie oznacza się zwykłym badaniem krwi, którą pobiera się z żyły łokciowej pacjenta.

Zaleca się, aby mężczyźni po 50. roku życia wykonywali badanie regularnie co rok lub 2 lata. Jednak jeżeli ojciec lub brat pacjenta chorowali na ten rodzaj nowotworu, wówczas pierwsze badanie w celu wczesnego wykrycia raka prostaty powinno zostać wykonane już po ukończeniu 45. roku życia. Jeżeli w rodzinie odnotowano przypadki raka prostaty u mężczyzn przed 65. rokiem życia, to badanie należy wykonywać już po 40. roku życia.

W celu wykonania badania należy się zgłosić do rejestracji pracowni analitycznej Szpitala Powiatowego w Limanowej, a następnie wykonać badanie w punkcie pobrań. Punkt pobrań jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00 – 11.00. Na badanie wykonane w ramach akcji nie jest wymagane skierowanie.

Badany nie musi być na czczo, jednak dla wiarygodności wyników powinien pamiętać, że poziom PSA całkowitego może wzrosnąć i utrzymywać się na nienaturalnie wysokim poziomie w ciągu 48 godzin po stosunku czy jeździe na rowerze. Dlatego też co najmniej na dwa dni przed wykonaniem testu PSA pacjent powinien powstrzymać się od tego typu aktywności.

Wśród objawów, które powinny skłonić mężczyznę do wizyty u lekarza oraz wykonania badania diagnostycznego są:

- częste oddawanie moczu,
- parcie na pęcherz,
- osłabienie strumienia moczu,
- zaparcia,
- bóle pleców w odcinku lędźwiowym kręgosłupa,
- utrata wagi,
- zaburzenia erekcji.

Stwierdzenie zwiększonego stężenia PSA nie jest jednoznaczne z rozpoznaniem raka gruczołu krokowego. Może być wynikiem łagodnego rozrostu lub zapalenia stercza. Dlatego ważne jest, by wynik badania PSA był zinterpretowany przez specjalistę.

W badaniu mogą brać udział mężczyźni, którzy w ramach kampanii oznaczali poziom markera PSA w ubiegłych latach. Coroczne

kontrolowanie wskaźnika PSA jest niezwykle istotne dla zdrowia mężczyzn. Badania wykonywane będą do końca 2024 roku, bądź do wyczerpania środków przeznaczonych na ten cel.



ul. J. Piłsudskiego 61, 34-600 Limanowa
www.szpitallimanowa.pl
e-mail: szpitallimanowa@szpitallimanowa.pl



SZPITAL POWIATOWY
w Limanowej
Imienia Miłosierdzia Bożego

KAMPANIA PROMOCYJNO – EDUKACYJNA
dotycząca profilaktyki nowotworu
gruczołu krokowego **wraz z bezpłatnym**
oznaczeniem markera PSA
dla mężczyzn w wieku **50-75 lat**
zamieszkałych na terenie Powiatu Limanowskiego

Rak prostaty jest najczęściej występującym nowotworem u mężczyzn. Ryzyko raka gruczołu krokowego wzrasta wraz z wiekiem. W większości przypadków nowotwór ten początkowo nie daje żadnych objawów, może jednak zostać wykryty poprzez oznaczenie stężenia swoistego antygenu sterczowego PSA.

Co to jest PSA?
PSA (ang. Prostate Specific Antigen) to antygen gruczołu krokowego, białko wytwarzane przez komórki stercza. Jego stężenie można oznaczyć w zwykłym badaniu krwi, która pobiera się z żyły łokciowej pacjenta.

Do czego służy marker PSA?
Marker PSA jest drugim, obok badania prostaty, testem przesiewowym, który pozwala na wykrycie bezobjawowego raka prostaty. Często pozwala na wykrycie choroby w wczesnym etapie rozwoju, dzięki czemu leczenie jest bardziej efektywne. Pamiętaj! antygen PSA produkowany jest również przez zdrowy nabłonek w okolicy prostaty i może być wykrywany także u osób ze zdrowym gruczołem, w stanach zapalnych gruczołu, jak i u osób z nowotworem stercza. Dlatego też wynik badania PSA koniecznie skonsultuj z lekarzem rodzinnym lub lekarzem specjalistą.

Przebieg i przygotowanie do badania
Stężenie poziomu PSA oznacza się w zwykłym badaniu krwi, którą pobiera się z żyły łokciowej pacjenta. Badany nie musi być na czczo, jednak powinien pamiętać, że poziom PSA całkowitego może wzrosnąć i utrzymywać się na nienaturalnie wysokim poziomie w ciągu 48 godzin po stosunku czy ćwiczeniach fizycznych. Dlatego też, co najmniej na dwa dni przed wykonaniem testu PSA badany powinien powstrzymać się od tego typu aktywności.

Kiedy należy wykonać badanie PSA?
Na coroczne badanie poziomu PSA powinien się zgłaszać każdy mężczyzna po 50. roku życia lub – jeśli należy do grupy podwyższonego ryzyka raka prostaty (mężczyźni, u których w rodzinie występował rak prostaty) – powyżej 40. lub 45. roku życia. Badanie zaleca się również u mężczyzn, u których występują takie objawy jak: częste oddawanie moczu, parcie na pęcherz, osłabienie strumienia moczu, zaparcia, bóle pleców w odcinku lędźwiowym kręgosłupa, utrata wagi, zaburzenia erekcji.

Nie czekaj! Zadbaj o swoje zdrowie i już dzisiaj zgłoś się na bezpłatne badanie poziomu PSA!

W celu wykonania badania należy się zgłosić do rejestracji pracowni analitycznej, a następnie wykonać badanie w punkcie pobrań. Punkt pobrań jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00 – 11.00. Informacja pod numerem telefonu: 18/ 33 01 700 wew. 844

Kampania finansowana ze środków Powiatu Limanowskiego

Przebieg i przygotowanie do badania

Stężenie poziomu PSA oznacza się w zwykłym badaniu krwi, którą pobiera się z żyły łokciowej pacjenta. Badany nie musi być na czczo, jednak dla wiarygodności wyników powinien pamiętać, że poziom PSA całkowitego może wzrosnąć i utrzymywać się na nienaturalnie wysokim poziomie w ciągu 48 godzin po stosunku czy ćwiczeniach fizycznych. Dlatego też co najmniej na dwa dni przed wykonaniem testu PSA badany powinien powstrzymać się od tego typu aktywności.

Kiedy należy wykonać badanie PSA?

Na coroczne badanie poziomu PSA powinien się zgłaszać każdy mężczyzna po 50. roku życia lub – jeśli należy do grupy podwyższonego ryzyka raka prostaty (mężczyźni, u których w rodzinie występował rak prostaty) – powyżej 40. lub 45. roku życia.

Badanie poziomu PSA zaleca się u mężczyzn, u których występują takie objawy jak:

- częste oddawanie moczu
- parcie na pęcherz
- osłabienie strumienia moczu
- zaparcia
- bóle pleców w odcinku lędźwiowym kręgosłupa
- utrata wagi
- zaburzenia erekcji

Objawy te wynikają z przerostu gruczołu krokowego, który może mieć charakter nowotworowy. Należy jednak pamiętać, że są one charakterystyczne również dla innych schorzeń, np. zapalenia lub łagodnego przerostu gruczołu krokowego. Dlatego wynik należy zawsze skonsultować z lekarzem.

Nie czekaj! Zadbaj o swoje zdrowie i już dzisiaj zgłoś się na bezpłatne badanie poziomu PSA!

W celu wykonania badania należy się zgłosić do rejestracji pracowni analitycznej, a następnie wykonać badanie w punkcie pobrań. Punkt pobrań jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00 – 11.00. Informacja pod numerem telefonu: 18/ 33 01 700 wew. 844

Kampania finansowana ze środków Powiatu Limanowskiego

16 Maja – Ogólnopolskie Święto Straży Granicznej

16 maja 2024 r.

Straż graniczna obchodzi dziś swoje święto, ustanowione na mocy uchwały podjętej przez Sejm RP w 1995 roku. Tradycje i

historia tej formacji mundurowej, powstałej w 1991 roku, sięgają natomiast jeszcze czasów po I Wojnie Światowej.

Głównym zadaniem oraz misją Straży Granicznej jest ochrona zewnętrznych granic naszego Państwa. Do obowiązków funkcjonariuszy należą ponadto m.in. kontrola ruchu granicznego, przeciwdziałanie nielegalnej migracji, przemytowi, jak również zwalczanie przestępczości transgranicznej. W związku z członkostwem Polski w Unii Europejskiej służby graniczne prowadzą także aktywną i stałą współpracę w zakresie zapewnienia bezpieczeństwa międzynarodowego z państwami przynależącymi do Wspólnoty oraz światowymi organizacjami .

Wobec szeregu wyzwań i zagrożeń związanych z aktualną sytuacją geopolityczną na kontynencie Europejskim praca funkcjonariuszy Straży Granicznej nabiera więc szczególnej roli i wiąże się z wielką odpowiedzialnością.

Z okazji dzisiejszego święta, chcemy wyrazić tym większy szacunek i uznanie dla pracy Strażników, przede wszystkim służących w regionalnym – Karpackim Oddziale Straży Granicznej.

Dziękujemy za poświęcenie i sumienną pracę, stanowiącą fundament bezpieczeństwa kraju i bezpieczeństwa międzynarodowego. Życzymy wszelkiej pomyślności, wytrwałości oraz sukcesów w służbie.