

Komunikacja publiczna w Powiecie Limanowskim. Powiat Limanowski uruchamia kolejną linię komunikacyjną

Powiat Limanowski uruchomi kolejną linię komunikacyjną w ramach projektu ogłoszonego przez Wojewodę Małopolskiego pn. „Fundusz rozwoju przewozów autobusowych o charakterze użyteczności publicznej”. Przyznana kwota dotacji wynosi 152 987,70 zł.

Powiat Limanowski podpisał umowę z operatorem firmą LS Sp. z o.o. z siedzibą w Nowym Sączu, który będzie świadczyć usługi w zakresie publicznego transportu zbiorowego na linii komunikacyjnej: **ŁUKOWICA – LIMANOWA**. Decyzję o uruchomieniu przedmiotowej linii komunikacyjnej podjęto na wniosek Wójta Gminy Łukowica z uwagi na potrzeby przewozowe zgłaszane przez mieszkańców.

Uruchomienie linii nastąpi w dniu 22 sierpnia 2022 r.



Zgodnie z przyjętym rozkładem jazdy od poniedziałku do piątku wykonywanych jest 8 kursów, natomiast w soboty po 3 kursy.

Lp.	Nazwa miejscowości	Kategoria drogi	Nazwa przystanku	Nr przystanku	Odległości między przystankami	Czas przejazdu	D	D	D, 6	D, 6	D	D, 6	D	D
1	Łukowica	DP	Łukowica Centrum	23	0,0	00:00	04:50	06:00	06:25	08:15	09:50	12:00	14:20	18:00
2	Jastrzębie	DP	Jastrzębie Skrzyżowanie	14	2,2	00:03	04:53	06:03	06:28	08:18	09:53	12:03	14:23	18:03
3	Jadamwola	DP	Jadamwola LZS	16	1,1	00:01	04:54	06:04	06:29	08:19	09:54	12:04	14:24	18:04
4	Jadamwola	DG	Jadamwola Szkoła	01	1,7	00:02	04:56	06:06	06:31	08:21	09:56	12:06	14:26	18:06
5	Jadamwola	DP	Jadamwola Szkoła	01	0,6	00:01	04:57	06:07	06:32	08:22	09:57	12:07	14:27	18:07
6	Jastrzębie	DP	Jastrzębie Szkoła	03	3,4	00:03	05:00	06:10	06:35	08:25	10:00	12:10	14:30	18:10
7	Jastrzębie	DP	Jastrzębie Pod Spleźnią	05	2,0	00:02	05:02	06:12	06:37	08:27	10:02	12:12	14:32	18:12
8	Młyńczyska	DP	Młyńczyska Tartak	07	1,1	00:01	05:03	06:13	06:38	08:28	10:03	12:13	14:33	18:13
9	Młyńczyska	DP	Młyńczyska II	09	1,6	00:02	05:05	06:15	06:40	08:30	10:05	12:15	14:35	18:15
10	Młyńczyska	DP	Młyńczyska Kościół	11	1,6	00:02	05:07	06:17	06:42	08:32	10:07	12:17	14:37	18:17
11	Roztoka	DP	Młyńczyska Ostra	15	1,7	00:03	05:10	06:20	06:45	08:35	10:10	12:20	14:40	18:20
12	Stara Wieś	DP	Stara Wieś Opalona	17	2,5	00:01	05:11	06:21	06:46	08:36	10:11	12:21	14:41	18:21
13	Stara Wieś	DP	Stara Wieś Pod Ostrą/Campingi	19	1,3	00:01	05:12	06:22	06:47	08:37	10:12	12:22	14:42	18:22
14	Stara Wieś	DP	Stara Wieś Podlas	23	0,7	00:01	05:13	06:23	06:48	08:38	10:13	12:23	14:43	18:23
15	Stara Wieś	DP	Stara Wieś Pod Dębem	25	0,6	00:01	05:14	06:24	06:49	08:39	10:14	12:24	14:44	18:24
16	Stara Wieś	DP	Stara Wieś Pożary	25a	0,8	00:01	05:15	06:25	06:50	08:40	10:15	12:25	14:45	18:25
17	Stara Wieś	DP	Stara Wieś Szkoła	27	1,0	00:01	05:16	06:26	06:51	08:41	10:16	12:26	14:46	18:26
18	Stara Wieś	DP	Stara Wieś GS	29	0,8	00:01	05:17	06:27	06:52	08:42	10:17	12:27	14:47	18:27
19	Stara Wieś	DP	Stara Wieś Wojtasówka	31	0,6	00:01	05:18	06:28	06:53	08:43	10:18	12:28	14:48	18:28
20	Stara Wieś	DP	Stara Wieś Granica	31a	0,4	00:01	05:19	06:29	06:54	08:44	10:19	12:29	14:49	18:29
21	Limanowa	DP	Limanowa ul. Józefa Marka Most	33	0,3	00:01	05:20	06:30	06:55	08:45	10:20	12:30	14:50	18:30

Szpital Powiatowy zaprasza na bezpłatne badania kolonoskopowe w znieczuleniu

Szpital Powiatowy Imienia Miłosierdzia Bożego zaprasza na bezpłatne badania kolonoskopowe w znieczuleniu. Badania realizowane są w ramach projektu pn. „Promowanie profilaktyki raka jelita grubego wśród osób w wieku aktywności zawodowej na terenie powiatów: dąbrowskiego, limanowskiego, nowosądeckiego, oświęcimskiego, suskiego, tatrzańskiego i wadowickiego”.

Celem projektu jest podniesienie świadomości społecznej w zakresie profilaktyki raka jelita grubego, zwiększenie zgłaszalności na badania kolonoskopowe oraz promowanie trwałego i wysokiej jakości zatrudnienia na regionalnym rynku pracy m.in. poprzez zapobieganie przerywaniu aktywności zawodowej z przyczyn zdrowotnych.

Program realizowany jest dzięki wsparciu ze środków Unii Europejskiej w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014 -2020.

Grupę docelową projektu stanowią osoby w wieku aktywności zawodowej mieszkające, pracujące lub uczące się na obszarze powiatów: dąbrowskiego, limanowskiego, nowosądeckiego, oświęcimskiego, suskiego, tatrzańskiego i wadowickiego, które są w wieku:

od 50 do 65 lat – częstość występowania polipów i ryzyko ich zezłośliwienia wzrasta z wiekiem. Badania kobiet i mężczyzn między 50 a 65 rokiem życia mają na celu wykrycie zmian potencjalnie wyleczalnych.

40 – 49 lat mające krewnego pierwszego stopnia (rodzice, rodzeństwo, dzieci), u którego rozpoznano raka jelita grubego, od 25 do 49 lat i pochodzą z rodzin z zespołem Lyncha od 20 do 49 lat i pochodzą z rodziny z zespołem polipowatości rodzinnej gruczolakowatej – FAP

Osoby spełniające powyższe kryteria mogą zgłaszać się na badanie samodzielnie lub na podstawie skierowania od lekarza podstawowej opieki zdrowotnej lub specjalisty medycyny pracy. O zakwalifikowaniu na badania kolonoskopowe decyduje kolejność zgłoszeń. Do badania nie będą kwalifikowane osoby, które miały kolonoskopię w ciągu ostatnich dziesięciu lat.

Osobom zgłaszającym się na badanie Szpital zapewnia bezpłatny środek przygotowujący jelita do badania. Szczegółowe informacje oraz zapisy na badania prowadzone są pod numerem telefonu 668-535-114.

Przed badaniem pacjenci będą proszeni o wypełnienie kilku druków, m.in. formularza zgłoszeniowego. Druki te można również pobrać z linków poniżej i mieć ze sobą w dniu badania lub wcześniej przesłać mailem na adres: kolonoskopia@szpitallimanowa.pl lub faksem: 18/ 33-72-778.

Druki do pobrania:

[Deklaracja udziału w projekcie](#)

[Formularz Zgłoszeniowy](#)

[Ankieta przed badaniem](#)

[Informacja dla Pacjenta – Kolonoskopia](#)

[Upoważnienie](#)

[Oświadczenie lekarz, oświadczenie pacjent](#)

[Ankieta anestezyjologiczna](#)

[Zgoda pacjenta na znieczulenie](#)

Oświadczenie uczestnika dot. RODO

Przygotowanie do badania

Pracownia Endoskopii limanowskiego Szpitala, w której prowadzone są badania jest dostosowana do potrzeb osób niepełnosprawnych.

Poniżej prezentujemy Państwu kilka informacji na temat raka jelita grubego, czynników zwiększających możliwość jego wystąpienia oraz objawów, a także samego badania kolonoskopowego.

Rak jelita grubego to jedna z głównych przyczyn zgonów nowotworowych u obydwu płci. Rak jelita grubego to w krajach europejskich drugi, po raku płuca u mężczyzn i raku piersi u kobiet, najbardziej rozpowszechniony typ nowotworu. Rozwija się powoli, zwykle kilkanaście lat, ze zmian tzw. polipów. Początkowo niewielkie polipy powstają ze zmutowanych komórek nabłonka jelita grubego. Niektóre z nich rozrastają się nadmiernie, zachodzą w nich kolejne mutacje, aż w końcu rozwija się nowotwór, przyjmując w pierwszej fazie formę łagodnych zmian, czyli gruczolaków. Ich usunięcie skutecznie zapobiega ich przekształceniu w inwazyjnego raka, zaś wykrycie początkowego stadium nowotworu złośliwego daje szansę na całkowity powrót do zdrowia. Stąd tak ważne jest odpowiednio wczesne wykrycie choroby. Wcześnie wykryty rak jest również bardzo często wyleczalny.

Źródło: www.wylacZRaka.pl , www.onkologia.org.pl

Czynniki ryzyka wystąpienia raka jelita grubego:

wiek – ryzyko zachorowania na nowotwór rośnie po 50. roku życia

przebyte choroby zapalne jelit, takie jak wrzodziejące zapalenie jelita grubego oraz choroba Leśniowskiego-Crohna
nadciśnienie, otyłość, cukrzyca, hipertriglicerydemia, niski HDL

tryb życia – niska aktywność fizyczna, palenie papierosów,
nadużywanie alkoholu
dodatni wywiad w kierunku występowania polipów gruczolakowych
lub raka jelita grubego
uwarunkowanie genetyczne

Objawy nowotworów jelita grubego są uzależnione od stopnia
zaawansowania choroby i umiejscowienia choroby w obrębie
jelita. Do najbardziej typowych, wczesnych objawów należą:

obecność krwi w/na stolcu i objawy związanej z tym
niedokrwistości z niedoboru żelaza (łatwe męczenie się,
osłabienie)
zmiany rytmu wypróżnień w ciągu ostatnich kilku miesięcy
utrata wagi

Badanie kolonoskopowe – przebieg, korzyści

Badanie polega na wprowadzeniu do jelita grubego światłowodu,
za pomocą którego można obejrzeć jelito. Istotą
profilaktycznej kolonoskopii jest odnalezienie bezobjawowych
jeszcze zmian (polipów) i ich usunięcie. Takie postępowanie
pozwała zmniejszyć ryzyko zachorowania na raka jelita grubego
nawet o 60-90%.

Nie czekaj! Już dzisiaj zapisz się na bezpłatne badanie
kolonoskopowe w znieczuleniu w Szpitalu Powiatowym w
Limanowej!

BEZPŁATNE BADANIA KOLONOSKOPOWE W ZNIECZULENIU

„Promowanie profilaktyki raka jelita grubego wśród osób w wieku aktywności zawodowej na terenie powiatów: **dąbrowskiego, limanowskiego, nowosądeckiego, odwiecimskiego, suskiego, tatrzańskiego i wadowickiego**”

Rak jelita grubego

to nowotwór dotyczący się w szczególności mężczyzn. To drugi, po raku płuca u mężczyzn i raku piersi u kobiet, najbardziej rozpowszechniony typ nowotworu. Rozwija się powoli, zwykle kilkanaście lat, ze zmian zapalnych, tak zwanych polipów. Podlegają one badaniu odpowiednio wcześniej i usuwając polipy, można zapobiec rozwojowi raka.

Czynnik ryzyka wystąpienia raka jelita grubego:

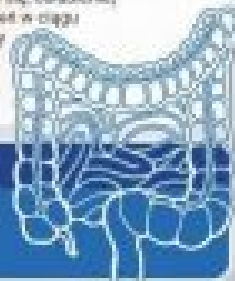
- wiek – ryzyko zachorowania na nowotwór rośnie po 55. roku życia
- przewlekle choroby zapalne jelit, takie jak wrzodziejące zapalenie jelita grubego oraz choroba Leśniowskiego-Crohna
- nadciśnienie, otyłość, cukrzyca, hipertriglicerydemia, niski HDL
- tryb życia – niska aktywność fizyczna, palenie papierosów, nadużywanie alkoholu
- dodatni wywiad w kierunku występowania polipów gruczołkowych lub raka jelita grubego
- ewentualowanie genetyczne

Objawy nowotworów jelita grubego są uzależnione od stopnia zaawansowania choroby i umiejscowienia choroby w obrębie jelita. Do najbardziej typowych, wczesnych objawów należą:

- obecność krwi w stolcu i objawy związane z tym niedokrwistość z niedoboru żelaza (ból w moczenie się, osłabienie)
- zmiany rytmu wypróżnień w ciągu ostatnich kilku miesięcy
- utrata wagi

Badanie kolonoskopowe - przebieg, korzyści

Badanie polega na wprowadzeniu do jelita grubego światłowodu, za pomocą którego można obejrzeć jelita. Jest to profilaktyczne badanie, które jest skuteczne w wykrywaniu polipów (polipów) i ich usunięciu. Takie postępowanie pozwala zmniejszyć ryzyko zachorowania na raka jelita grubego nawet o 60-90%.



Kampania na rzecz oszczędzania energii elektrycznej

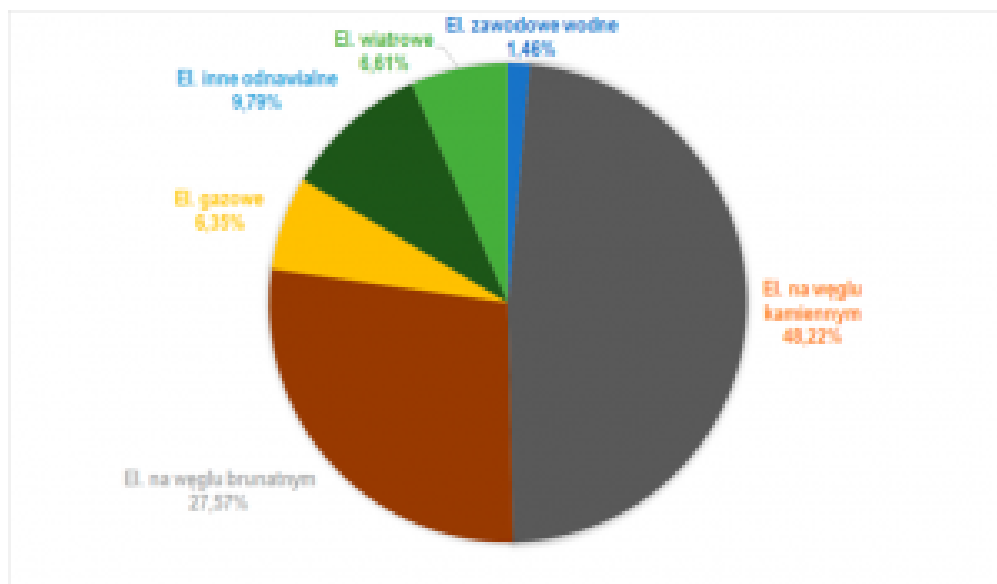
W dzisiejszym świecie energia elektryczna odgrywa niebanalną rolę. Zarówno każde gospodarstwo domowe jak i firmy i przedsiębiorstwa codziennie z niej korzystają. Ciągły rozwój gospodarczy, uruchamianie nowych dziedzin przemysłu, wprowadzanie nowych rozwiązań technologicznych niemal zmusza do poszukiwania nowych źródeł pozyskiwania energii elektrycznej.

Źródłem energii energetycznej nazywamy to, z czego można pozyskać energię elektryczną. Źródła energii dzielimy na konwencjonalne/nieodnawialne oraz niekonwencjonalne/odnawialne. Konwencjonalne źródła energii stanowią wszelkiego rodzaju kopaliny, z których można pozyskać energię. Są to przede wszystkim węgiel kamienny, węgiel brunatny, gaz ziemny oraz ropa naftowa. Pozyskiwanie w ten sposób energii elektrycznej niestety niekorzystnie wpływa na nasze środowisko, powodując przede wszystkim ocieplenie się klimatu oraz znaczne zanieczyszczenie powietrza.

Do źródeł odnawialnych, czyli niekonwencjonalnych należy energia spadku wody, energia słoneczna, wiatr, energia geotermalna, biomasa, energia pływów i prądów morskich. Wykorzystują one naturalne zasoby Ziemi, dlatego nie są szkodliwe dla środowiska, gdyż nie generują zanieczyszczeń. Są odnawialne, więc nie sposób ich wyczerpać.

Choć w Polsce wciąż największa ilość energii elektrycznej pochodzi z elektrowni na węglu kamiennym i brunatnym, Polacy coraz częściej przekonują się do alternatywnych źródeł. Rosnąca świadomość ekologiczna, rządowe programy dofinansowań oraz kompleksowe usługi z zakresu OZE sprawiają, że coraz więcej osób decyduje się inwestować w alternatywne źródła energii. Sięgając po nie tylko zwracamy się w stronę planety, ale także chronimy nasze zdrowie i życie. Właśnie poprzez zmiany w funkcjonowaniu gospodarki oraz polityki społecznej możemy doprowadzić do tego, aby przyszłe pokolenia dalej mogły żyć w zdrowym i ekologicznym świecie.

Struktura produkcji energii elektrycznej w Polsce w czerwcu 2022 r. na podstawie danych PSE:



Kampania informacyjno-edukacyjna w ramach realizacji Projektu LIFE-IP EKOMAŁOPOLSKA „Wdrażanie Regionalnego Planu Działania dla Klimatu i Energii”

13 oraz 14 sierpnia w Porębie Wielkiej oraz Lubomierzu odbędą się weekendowe spacer historyczne

W najbliższą sobotę i niedzielę zapraszamy na dwa kolejne Spacer Historyczny w Powiecie Limanowskim. W sobotę 13 sierpnia 2022 r. w Porębie Wielkiej o godzinie 14:00 rozpocznie się spacer historyczny pod tytułem: „*Władysław Orkan i jego goście na Orkanówce*”. Miejsce rozpoczęcia spaceru przy budynku Orkanówki. Natomiast w niedzielę 14 sierpnia o 16:00 w Lubomierzu rozpocznie się spacer historyczny pod

tytułem „*Lubomierz wieś na pograniczu Beskidu Wyspowego i Gorców*”. Start wędrówki przy kościele pod wezwaniem Świętego Józefa Oblubieńca.

W Porębie Wielkiej uczestnicy spaceru zwiedzą willę Władysława Orkana tak zwaną „Orkanówkę”. Drewniana willa w stylu zakopiańskim została zbudowana w latach 1903 – 1906. W budynku znajdują się obecnie wystawa i eksponaty które ukazują życie oraz twórczość Władysława Orkana. W pomieszczeniach możemy także zobaczyć pamiątki po członkach rodziny pisarza w tym po jego matce Katarzynie Smreczyńskiej. We wnętrzu można oglądać także eksponaty związane z kulturą i życiem codziennym Zagórczan. Władysław Orkan w swojej willi przyjmował wielu znamienitych gości. Jakich? Tego uczestnicy dowiedzą się podczas tego spaceru.



W Lubomierzu uczestnicy spaceru zobaczą dawną zabudowę wsi oraz zwiedzą drewniany kościół pod wezwaniem Świętego Józefa. Dowiedzą się także o historii miejscowości zarówno tej dawnej jak i nowszej w tym tragicznych wydarzeniach z czasu II wojny światowej oraz okupacji niemieckiej. 4 lipca 1943 roku Niemcy spalili w Lubomierzu plebanię i aresztowali trzech miejscowych ojców franciszkanów sprawujących posługę w parafii. Ojcowie ci trafili do obozu koncentracyjnego KL Auschwitz. Lubomierz to

wieś położona w górskim krajobrazie na pograniczu Beskidu Wyspowego i Gorców. Od wieków rozwijało się tu pasterstwo i przetwórstwo mleka owczego i krowiego. Podczas spaceru uczestnicy dowiedzą się także o historii pasterstwa w Beskidzie Wyspowym i Gorcach.



Spacery Historyczne w Powiecie Limanowskim organizuje Lokalna Organizacja Turystyczna Powiatu Limanowskiego.

Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.



Lokalna Organizacja Turystyczna
Powiatu Limanowskiego

Spis Treści: Spis treści, Program spacerów historycznych, Spis treści

SPACERY HISTORYCZNE W POWIECIE LIMANOWSKIM



2022

26 czerwca - Limanowa - Sowliny

W ramach spaceru historycznego odwiedzimy zabytkowe miejscowości Sowliny i Limanowa. Spacerujemy po ulicach Sowliny, a następnie przez lasy do Limanowej. W Limanowej odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku. Spacerujemy po ulicach Limanowej, a następnie przez lasy do Sowliny. W Sowlinie odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku.

10 lipca - Straszyn

W ramach spaceru historycznego odwiedzimy zabytkowe miejscowości Straszyn i Limanowa. Spacerujemy po ulicach Straszyna, a następnie przez lasy do Limanowej. W Limanowej odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku. Spacerujemy po ulicach Limanowej, a następnie przez lasy do Straszyna. W Straszynie odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku.

17 lipca - Maczka Dolna

W ramach spaceru historycznego odwiedzimy zabytkowe miejscowości Maczka Dolna i Limanowa. Spacerujemy po ulicach Maczki Dolnej, a następnie przez lasy do Limanowej. W Limanowej odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku. Spacerujemy po ulicach Limanowej, a następnie przez lasy do Maczki Dolnej. W Maczce Dolnej odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku.

23 lipca - Szyk

W ramach spaceru historycznego odwiedzimy zabytkowe miejscowości Szyk i Limanowa. Spacerujemy po ulicach Szyku, a następnie przez lasy do Limanowej. W Limanowej odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku. Spacerujemy po ulicach Limanowej, a następnie przez lasy do Szyku. W Szyku odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku.

31 lipca - Myśkany

W ramach spaceru historycznego odwiedzimy zabytkowe miejscowości Myśkany i Limanowa. Spacerujemy po ulicach Myśkan, a następnie przez lasy do Limanowej. W Limanowej odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku. Spacerujemy po ulicach Limanowej, a następnie przez lasy do Myśkan. W Myśkanach odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku.

30 lipca - Słopnica

W ramach spaceru historycznego odwiedzimy zabytkowe miejscowości Słopnica i Limanowa. Spacerujemy po ulicach Słopnicy, a następnie przez lasy do Limanowej. W Limanowej odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku. Spacerujemy po ulicach Limanowej, a następnie przez lasy do Słopnicy. W Słopnicy odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku.

31 lipca - Zalesie - Wyrębiśca

W ramach spaceru historycznego odwiedzimy zabytkowe miejscowości Zalesie i Wyrębiśca. Spacerujemy po ulicach Zalesia, a następnie przez lasy do Wyrębiśca. W Wyrębiścu odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku. Spacerujemy po ulicach Wyrębiśca, a następnie przez lasy do Zalesia. W Zalesiu odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku.

4 sierpnia - Skrzydlina

W ramach spaceru historycznego odwiedzimy zabytkowe miejscowości Skrzydlina i Limanowa. Spacerujemy po ulicach Skrzydliny, a następnie przez lasy do Limanowej. W Limanowej odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku. Spacerujemy po ulicach Limanowej, a następnie przez lasy do Skrzydliny. W Skrzydlinie odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku.

13 sierpnia - Poręba Wielka

W ramach spaceru historycznego odwiedzimy zabytkowe miejscowości Poręba Wielka i Limanowa. Spacerujemy po ulicach Poręby Wielkiej, a następnie przez lasy do Limanowej. W Limanowej odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku. Spacerujemy po ulicach Limanowej, a następnie przez lasy do Poręby Wielkiej. W Porębie Wielkiej odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku.

14 sierpnia - Lubomierz

W ramach spaceru historycznego odwiedzimy zabytkowe miejscowości Lubomierz i Limanowa. Spacerujemy po ulicach Lubomierza, a następnie przez lasy do Limanowej. W Limanowej odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku. Spacerujemy po ulicach Limanowej, a następnie przez lasy do Lubomierza. W Lubomierzu odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku.

27 sierpnia - Piastowa

W ramach spaceru historycznego odwiedzimy zabytkowe miejscowości Piastowa i Limanowa. Spacerujemy po ulicach Piastowej, a następnie przez lasy do Limanowej. W Limanowej odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku. Spacerujemy po ulicach Limanowej, a następnie przez lasy do Piastowej. W Piastowej odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku.

3 września - Tymarka

W ramach spaceru historycznego odwiedzimy zabytkowe miejscowości Tymarka i Limanowa. Spacerujemy po ulicach Tymarki, a następnie przez lasy do Limanowej. W Limanowej odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku. Spacerujemy po ulicach Limanowej, a następnie przez lasy do Tymarki. W Tymarkach odwiedzimy zabytkowe budynki i spacerujemy po parku.

Wszelkie informacje
o spacerach historycznych

Wszelkie informacje o spacerach historycznych i innych atrakcjach powiatu limanowskiego można uzyskać w biurze LOT w Limanowej, ul. Mickiewicza 10.

Wszelkie informacje
o spacerach historycznych



Projekt realizowany przy wsparciu finansowym Urzędu Marszałkowskiego Województwa Małopolskiego

Kampania

ekologiczno-

informacyjna „Włącz Oszczędzanie” w Powiecie Limanowskim

W Polsce energia elektryczna w zdecydowanej większości pochodzi z procesu spalania węgla. Co za tym idzie, to wysokie ceny prądu ale i w dużej mierze zanieczyszczanie środowiska. Spalanie węgla w energetyce powoduje powstawanie emisji zanieczyszczeń do powietrza oraz wytwarzanie dużej ilości stałych produktów ubocznych. Mimo tego, iż technologie spalania są wciąż doskonałe, to w dalszym ciągu jesteśmy w czołówce państw zanieczyszczających środowisko. Dlatego tak ważną rzeczą jest wypracowanie pewnych nawyków, które pozwolą nam mniej zużywać prądu, co w rezultacie wpłynie korzystnie nie tylko na nasze środowisko ale także na naszą „kieszę”.

Oto kilka zasad oszczędzania energii elektrycznej:

1. Wykorzystuj światło dzienne
2. Pamiętaj o wyłączeniu światła
3. Wymień żarówki na energooszczędne
4. Gotuj potrawy pod przykryciem
5. Wyłączaj nieużywany sprzęt z kontaktu
6. Uruchamiaj pełną pralkę i zmywarę
7. Nie przegrzewaj mieszkania
8. Przy zakupie nowych urządzeń zwróć uwagę na ich klasę energetyczną (najbardziej energooszczędna klasa A)
9. Nie otwieraj bez potrzeby lodówki, piekarnika podczas pieczenia
10. Gotuj w czajniku elektrycznym tyle wody, ile potrzebujesz.

Oszczędzanie energii elektrycznej ma wymiar nie tylko ekonomiczny ale i ekologiczny. Mniejsze zużycie energii to mniejsze zanieczyszczenie środowiska, mniej spalin i gazów

cieplarnianych. W efekcie mniejsze niszczenie warstwy ozonowej oraz ograniczenie zjawiska zmian klimatu.

Kampania informacyjno-edukacyjna w ramach realizacji Projektu LIFE-IP EKOMAŁOPOLSKA „Wdrażanie Regionalnego Planu Działania dla Klimatu i Energii”.

źr.:

<https://www.ekologia.pl/wiedza/poradnik/jak-oszczedzac/oszczedzenie-energii-informacje-przyklady-i-sposoby,11011.html>



Projekt zintegrowany LIFE EKOMAŁOPOLSKA „Wdrażanie Regionalnego Planu Działań dla Klimatu i Energii dla województwa małopolskiego” (LIFE-IP EKOMAŁOPOLSKA / LIFE19 IPC/PL/000005) dofinansowany z programu LIFE Unii Europejskiej i Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej

Obowiązkowe szczepienia psów przeciwko wściekliczynie

W związku z potwierdzonymi na terenie Polski 34 przypadkami wściekliczyny zwierząt, stwierdzonymi w okresie od 1.01.2022 r. do 2.08. 2022 na podstawie wyników badań laboratoryjnych Państwowego Instytutu Weterynaryjnego – Państwowego Instytutu Badawczego w Puławach; Powiatowy Lekarz Weterynarii w

Limanowej przypomina, że zgodnie z art. 56 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o ochronie zwierząt oraz zwalczaniu chorób zakaźnych zwierząt, na terytorium Polski obowiązkowemu szczepieniu przeciwko wściekliźnie podlegają psy po ukończeniu 3 miesiąca życia.

Posiadacze psów są zobowiązani zaszczepić psy w terminie 30 dni od dnia ukończenia przez psa trzeciego miesiąca życia , a następnie nie rzadziej niż co 12 miesięcy od dnia ostatniego szczepienia.

Jednocześnie mając na uwadze liczne przypadki wystąpienia choroby , w tym u zwierząt domowych , Powiatowy Lekarz Weterynarii w Limanowej apeluje o szczepienie przeciwko wściekliźnie również kotów.

[Pismo PLW w sprawie aktualnej sytuacji w zakresie występowania wścieklizny na terenie Polski oraz zasad szczepienia zwierząt przeciwko wściekliźnie.](#)



WŚCIEKLIŻNA
JEST ŚMIERTELNĄ
CHOROBA
WIRUSOWĄ
LUDZI I ZWIERZĄT

SZCZEPNIENIE PSÓW PRZECIWKO WŚCIEKLIŻNIE JEST OBOWIĄZKOWE!

Parasituj, to jest nie główny sposób zapobiegania chorobie
w terminie 30 dni od ukończenia przez niego 3. miesiąca życia...

...a kolejne szczepienia muszą być powtarzane nie rzadziej niż co 12 miesięcy

Szczepienie kotów nie jest obowiązkowe, ale jest zalecane u kotów
wychodzących z uwagi na ich tryb życia

Szczepień psów przeciwko wściekliznie dokonują lekarze weterynarii
świadczący usługi weterynaryjne w ramach działalności zakładu
leczniczego dla zwierząt



Materiał informacyjny Śląskiego Wojewódzkiego Instytutu Weterynarii
Śląskiego Instytutu Weterynarii w Katowicach
ul. Rybnicka 13, 40-040 Wrocław-68, tel.: (71) 365-34 00, fax: (71) 365-33 00
e-mail: wwi@wiv.wroclaw.pl, wwi@wiv.katowice.pl

Zbliża się piątek z

„Regionalnymi Smakami Powiatu Limanowskiego”

12 sierpnia br. zapraszamy na rynek w Limanowej do udziału w wydarzeniu z cyklu „Regionalne Smaki Powiatu Limanowskiego”. Podczas najbliższego spotkania w godzinach od 9:00 do 13:00 zaprezentuje się koło Gospodyń Wiejskich w Sowlinach.

Nie zabraknie oczywiście wspaniałych produktów i smacznych potraw regionalnych, jak również rękodzieła artystycznego.

Przypominamy, że akcja „Regionalne Smaki” organizowana już od dwóch edycji przez Powiat Limanowski składa się z cyklu piątkowych spotkań promujących lokalne produkty oraz ich wytwórców, tradycyjną kuchnię, kulturę i rzemiosło regionu, jak również działalność i dorobek Kół Gospodyń Wiejskich działających na terenie powiatu.:

<https://powiat.limanowski.pl/blog/akcja-regionalne-smaki-powiatu-limanowskiego-startuje-po-raz-drugi/>

Serdecznie zapraszamy!

Powiat Limanowski podpisał umowę ze Stowarzyszeniem Wspierania Osób Psychiczenie Chorych “EGIDA”

9 sierpnia 2022 r. Starosta Limanowski – Mieczysław Uryga, reprezentując Zarząd Powiatu Limanowskiego, podpisał ze

Stowarzyszeniem Wspierania Osób Psychiczenie Chorych "EGIDA" umowę dotyczącą realizacji zadania publicznego z zakresu pomocy społecznej pod nazwą „prowadzenie domu pomocy społecznej dla osób przewlekle psychiczenie chorych”.

Miejszem realizacji zadania będzie Dom Pomocy Społecznej dla osób przewlekle psychiczenie chorych z siedzibą w Kasinie Wielkiej 448 A i B, 34-741 Kasina Wielka.

Termin realizacji zadania publicznego planowany jest od dnia 01.09.2022 r. do 31.08.2027 r.



**Już w sobotę w Limanowej
rozpocznie się 24.**

Międzynarodowy Wyścig Kolarski Memoriał Henryka Łasaka oraz Mini Wyścig dla Dzieci i Młodzieży im. Henryka Łasaka

Już w najbliższą sobotę 13 sierpnia wystartuje po raz 24. Międzynarodowy Wyścig Kolarski „Memoriał Henryka Łasaka” – prestiżowy memoriał kolarski którego jednym ze współorganizatorów jest Powiat Limanowski. Najmłodszy kolarze będą mogli również wziąć udział w Mini Wyścigu kolarskim dla Dzieci i Młodzieży. Patronat Nad tegorocznym Wyścigiem objęło Ministerstwo Sportu i Turystyki.

Wyścig upamiętnia wybitnego polskiego trenera kolarskiego Henryka Łasaka, a jego tradycja i renoma sprawia, że w każdej edycji biorą udział licznie mistrzowie kolarscy z Polski i Europy.

24. Memoriał kolarski im. Henryka Łasaka rozpocznie 13 sierpnia obok Limanowskiego Domu Kultury. W godzinach 11.35-12.35 odbędzie się prezentacja ekip oraz podpisywanie list startowych. Godzinie Tuż po niej, o 12:50 rozpocznie się Start Ostry wyścigu z limanowskiego rynku.

Około godz. 16.17-16.40 planowany jest przyjazd kolarzy na Metę, która zlokalizowana będzie przy ul. Bronisława Czecha. Po przybyciu na Metę odbędzie się uroczysta ceremonia Dekoracji.

Zawodnicy po raz kolejny zmierzą się z niezwykle malowniczymi i równie wymagającymi trasami w Beskidzie Wyspowym, a do pokonania będą mieli dystans 151 km na trasie Limanowa- Stara Wieś- Zalesie- Kamienica- Słopnice- Limanowa.

Ważna informacja! Na trasie przejazdu kolarzy mogą wystąpić utrudnienia w ruchu stąd prośba organizatorów do kierowców o ostrożność i wyrozumiałość.

Program zawodów znajduje się na plakacie informacyjnym:

The poster is divided into two main sections. The top section, with a blue background, is for the 24th race. It features a large yellow '24' in a blue square. The text reads: 'MIĘDZYNARODOWY WYŚCIG KOLARSKI „MEMORIAŁ HENRYKA ŁASAKA”'. Below this, it says 'Patronat Honorowy Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej Andrzeja Dudy'. The date and location are '13 sierpnia 2022 r. - Limanowa'. A blue box contains the program: 'Program: 13.08.2022 (sobota) 13.00-14.00 Wyścig kolarski (kategoria: Mężczyźni) 14.00-15.00 Wyścig kolarski (kategoria: Kobiety)'. A photo shows cyclists in blue jerseys. The bottom section, with a green background, is for the 1st race. It features a large yellow '1' in a blue square. The text reads: 'MIĘDZYNARODOWY WYŚCIG KOLARSKI „MEMORIAŁ JANA MAGIERY”'. Below this, it says 'Patronat Honorowy Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej Andrzeja Dudy'. The date and location are '14 sierpnia 2022 r. - Stary Sącz'. The bottom part of the poster lists sponsors and partners. Sponsors include LOTTO, MAŁOPOLSKA, CASH Accybank, and TVP SPORT. Partners include the Ministry of Sport and Tourism and various regional governments (województwa).

Harmonogram czasowy 24. Międzynarodowego Wyścigu Kolarskiego „Memoriał im. Henryka Łasaka” znajduje się [TUTAJ](#)

Przewodnik Wyścigu dostępny jest do pobrania [TUTAJ](#)

Warto przypomnieć, w 13.08 (sobota) w dniu startu Memoriału kolarskiego im. Henryka Łasaka zostanie także przeprowadzony

również Mini Wyścig dla Dzieci i Młodzieży im. Henryka Łasaka.

Zawody mają na celu propagowanie kolarstwa jako zdrowego trybu życia oraz zachęcenie dzieci i młodzieży uprawiania sportu. Młodzi kolarze startować będą w 6 kategoriach wiekowych do 12 roku życia, z podziałem na chłopców i dziewczęta. Zapisy do udziału w wyścigu przyjmowane są drogą e-mailową jeszcze do 11 sierpnia br. (czwartek) pod adresem: wyscig.lasaka@gmail.com

Szczegóły wydarzenia i najważniejsze informacje znaleźć można w artykule: [Trwają zgłoszenia na Mini Wyścig Dzieci i Młodzieży im. Henryka Łasaka.](#)

**MINI WYŚCIG
IM. HENRYKA ŁASAKA
„MEMORIAŁ HENRYKA ŁASAKA”
- wyścig dla DZIECI I MŁODZIEŻY**

13 sierpnia 2022 r. (sobota) Limanowa, ul. Czecha 4

PROGRAM:

- 12.50-13.50** - odbieranie numerów startowych
- 14.00** - start pierwszej grupy wiekowej, kolejne grupy startują według kolejności kategorii
- 15.50** - ceremonia (dekoracji)



Zapraszamy do udziału w tym kolarskim święcie oraz do kibicowania zawodnikom!

Festiwal „Beskidzkie Rytmy i Smaki” w Starej Wsi

7 sierpnia br. w Starej Wsi odbył się IX Festiwal Kultury Beskidu Wyspowego Beskidzkie Rytmy i Smaki– impreza organizowana w ramach akcji „Odkryj Beskid Wyspowy”, promująca kulturę, tradycję, kuchnię oraz twórczość ludową regionu. Partnerem wydarzenia jest Powiat Limanowski.

Spotkanie rozpoczął Wójt Gminy Limanowa – Jan Skrzekut, który powitał przybyłych gości i wyraził radość, że festiwal po raz pierwszy zawitał do Starej Wsi Woli.

Następnie głos zabrali zaproszeni goście, wśród których znaleźli się: Grzegorz Biedroń – Radny Sejmiku Województwa Małopolskiego i jednocześnie Prezes Małopolskiej Organizacji Turystycznej przedstawiciele władz powiatowych, miejskich oraz gminnych. Powiat Limanowski reprezentowali: Starosta limanowski Mieczysław Uryga oraz radny Powiatu Stefan Hutek. Obecni byli również: Zastępca Wójta Gminy Limanowa Wojciech Pazdan, Stanisław Młyński – Przewodniczący Rady Gminy Limanowa, Radni Gminy Limanowa: Iwona Wojak-Ćwik, Daniel Łącki oraz Włodzimierz Lachor, Radny Miasta Limanowa Leszek Mordarska, Jolanta Juszkiewicz – Przewodnicząca Rady Miasta Limanowa oraz Sołtys Starej Wsi Woli – Ryszard Piszczek. W wydarzeniu uczestniczyli również Dyrektor Gminnej Biblioteki Publicznej w Starej Wsi Jacenty Musiał oraz Dyrektor Szkoły Podstawowej nr 2 w Starej Wsi Marek Twaróg.



Przez cały czas trwania imprezy można było degustować kulinarne, regionalne specjały przy stoisku Koła Gospodyń Wiejskich w Starej Wsi.

Po oficjalnych wystąpieniach, przyszedł czas na prezentacje artystyczne. Jako pierwsi na scenie pojawili się muzycy i tancerze z Zespołu Regionalnego „Starowiejski Hyr” ze Starej Wsi. Ich żywiłowy występ z muzyką, śpiewem i tańcem niezwykle spodobał się publiczności. W dalszej części programu sceną popis sportowych umiejętności dał klub sportowy Shinkyokushin Stara Wieś. Agnieszka Tokarczyk prezes klubu, a jednocześnie prowadząca zajęcia sportowe w Starej Wsi i Męcinie przygotowała z najmłodszymi pokaz walk oraz szeroki wachlarz umiejętności młodych sportowców.



Następnie na scenie kolejno odbywały się występy młodych, utalentowanych artystów: Łucji Kowalczyk, Anity Ryłko oraz

Terccetu SMV (Sara Ryłko, Vanessa Ryłko oraz Marta Kołodziejczyk).

Wieczorny koncert zespołu Divine Kids w składzie: Anna Gromala – wokal, Justyna Kucia – skrzypce, Emilia Szywało – wiolonczela, Ania Kądziołka – klawisze, Wojtek Skałka – gitara, również dostarczył wiele niezapomnianych muzycznych wrażeń.



O godzinie 19.00 Odbyło się losowanie nagród w loterii.

Na zakończenie festiwalowego odbyła się zabawa taneczna z zespołem „THE LUX”, który swoim koncertem porwał do zabawy i do tańca publiczność w Starej Wsi.



Projekt Odkryj Beskid Wyspowy 2022 – znów wędrujemy po „Beskidzkich Wyspach” dofinansowany przez Urząd Marszałkowski Województwa Małopolskiego w ramach konkursu ofert „Małopolska Gościnna” przy współpracy z Fundacją Rozwoju Regionu Rabka. Pomysłodawcą akcji „Odkryj Beskid Wyspowy” jest Czesław Szyalik i Forum Gmin Beskidu Wyspowego.