

Otwarty konkurs ofert

Otwarty konkurs ofert na realizację zadań publicznych w zakresach: kultury, sztuki i dziedzictwa narodowego oraz upowszechniania turystyki i krajoznawstwa, których realizację w roku 2022 wspiera Powiat Limanowski

W dniu 10 lutego 2022 r. Zarząd Powiatu Limanowskiego podjął uchwałę dotyczącą otwartego konkursu ofert na realizację zadań publicznych w zakresach: kultury, sztuki i dziedzictwa narodowego oraz upowszechniania turystyki i krajoznawstwa, których realizację w roku 2022 wspiera Powiat Limanowski.

W związku z powyższym, Zarząd Powiatu Limanowskiego zaprasza podmioty uprawnione do składania ofert.

Poniżej tekst uchwały i ogłoszenia o konkursie:

[Uchwała Nr 1022/22 Zarządu Powiatu Limanowskiego z dnia 10 lutego 2022 r. w sprawie: ogłoszenia otwartego konkursu ofert na realizację zadań publicznych w zakresach: kultury, sztuki i dziedzictwa narodowego oraz upowszechniania turystyki i krajoznawstwa, którego realizację w roku 2022 wspiera Powiat Limanowski](#)

Trwa nabór do terytorialnej służby wojskowej w Limanowej

Rozpoczął się nabór do 114. batalionu lekkiej piechoty Wojsk Obrony Terytorialnej w Limanowej. Wojskowa Komenda Uzupełnień w Nowym Sączu do wstępowania do formacji zachęca m.in. druhów Ochotniczych Straży Pożarnych.

Obowiązujące obecnie zasady przyjęcia oraz kryteria naboru:

Każdy żołnierz TSW otrzymuje kwotę 411 zł (słownie: czterysta jedenaście złotych 00/100 gr) miesięcznie, co stanowi uposażenie za tzw. dyspozycję, dodatkowo dzienne uposażenie wg stopnia i korpusu.

Na przykładzie stopnia szeregowego uposażenie przysługujące żołnierzowi TSW w następujących wariantach wynosi:

– szeregowy – bez przeszkolenia wojskowego – uczestniczy początkowo w 16 dniach szkolenia podstawowego, za które otrzyma: $117,14 \text{ zł (za dzień szkolenia)} \times 16 \text{ dni} = 1874,24 \text{ zł}$, ponadto 411 zł (miesięczne uposażenie za dyspozycję)

– szeregowy – żołnierz rezerwy – uczestniczy początkowo w szkoleniu wyrównawczym w wymiarze 8 dni, za które otrzyma: $117,14 \text{ zł} \times 8 \text{ dni} = 937,12 \text{ zł}$; średniomiesięczne uposażenie za szkolenie rotacyjne (2 dni) + dyspozycja = $234,28 \text{ zł} + 411 \text{ zł} = 645,28 \text{ zł}$ – w stopniu szeregowego.

Płatność za dzień szkolenia wzrasta zgodnie ze stopniem i korpusem osobowym (przedstawiony przykład dot. pierwszego stopnia wojskowego – szeregowego).

Podkreślić należy, że żołnierz terytorialnej służby wojskowej jest bezpłatnie zakwaterowany i żywiony, otrzymuje także umundurowanie i wyposażenie, a każda podwyżka uposażeń w resorcie obrony narodowej dotyczy także żołnierzy TSW.

Wstępne kryteria jakie wymagane są od potencjalnego kandydata to:

- niekaralność za przestępstwa umyślne;
- wiek od 18 r.ż. do 55 r.ż. (korpus szer.), do 63 r.ż. (korpus ofic., i pdf);
- zdolność do czynnej służby wojskowej;

Oferta TSW kierowana jest do kobiet i mężczyzn, do żołnierzy rezerwy a także osób, które w wojsku nigdy nie były.

Pierwsze szkolenie na terenie powiatu limanowskiego planowane jest na miesiąc kwiecień br.

Więcej informacji można uzyskać w WKU w Nowym Sączu ul. Czarnieckiego 13, nr tel.: 261-138-703 lub 261-138-704.

TERYTORIALNA SŁUŻBA WOJSKOWA - 2022

WARSZTATY TERENOWE SPOŁECZNA W RAMACH TERYTORIALNEJ SŁUŻBY WOJSKOWEJ **OD 18 MARCA 2022r.**

Co zrobić żeby podjąć wyprawę i zostać żołnierzem TS302?

1. DŁUGI WNIOSK - W WKU (SŁUŻBY TERENOWE) (REZERW)

2. PRZEJŚĆ NA BARDZIO PSYCHOLOGICZNE

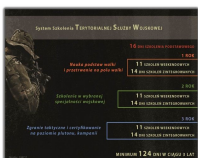
3. ODBIEĆ KARTĘ POWOŁANIA NA LUDZENIE (POSIADAWCY LUB WYKONAWCY)

OPISKA DLA ZDROWIEY REZERWY ORAZ OSÓB, KTÓRE NIGDY NIE BYŁY W WOJSKU

Upoznajcie się bliżej z obywatelstwem - szczegóły TSW - 117.14.11.11.11

Upoznajcie się bliżej z obywatelstwem - szczegóły TSW - 117.14.11.11.11

NIE ZWLEKAJ!!!!!! ZACZNIJ PRZYGODA, KTÓRA OTWOROZY PRZED TOBĄ MOŻLIWOŚĆ RODZWOJU W SIŁACH ZBRONNYCH RP



TERYTORIALNA SŁUŻBA WOJSKOWA

114 batalion lekkiej piechoty w Limanowej

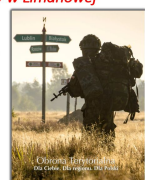
Powołający 114 batalion lekkiej piechoty w Limanowej wchodziący w skład 11 Małopolskiej Brygady Obrony Terytorialnej - najważniejsze informacje dla kandydatów:

- 1. Miejsce odpowiedzialności - powiaty: myślenicki, limanowski, łowicki i łanowski.
- 2. Układ batalionu: trzy kompanie lekkiej piechoty.
- 3. profil kompanii: specjalizacja granic.
- 4. Termin pierwszego planowanego szkolenia na terenie Limanowej: kwiecień 2022 roku.

Zadzwonił i zapytał: tel. 261-138-703 lub 261-138-704

Przyjdź do WKU w Nowym Sączu: ul. Czarnieckiego 13

Złóż wniosek - nie zwlekaj.



11 MAŁOPOLSKA BRYGADA OBRONY TERYTORIALNEJ

OPISKA WERBOWANA DO:

1. żołnierzy rezerwy

2. osób, które nie odbywały służby wojskowej

3. kobiet i mężczyzn

PLANOWANE TERMINY SZKOLENIA

18.03 - 02.04.2022 (16 dni) szkolenie podstawowe

18.03 - 25.03.2022 (8 dni) szkolenie wyrównawcze

06.05 - 21.05.2022 (16 dni)

06.05 - 13.05.2022 (8 dni)

24.06 - 09.07.2022 (16 dni)

24.06 - 01.07.2022 (8 dni)

16.09 - 01.10.2022 (16 dni)

16.09 - 23.09.2022 (8 dni)

18.11 - 03.12.2022 (16 dni)

18.11 - 25.11.2022 (8 dni)

KOSZCIE:

1. Upoznajcie się bliżej z obywatelstwem - szczegóły TSW - 117.14.11.11.11

2. Upoznajcie się bliżej z obywatelstwem (instrukcja) - 411.1.1.1.1.1.1

3. Użytkowanie dodatkowych kwalifikacji zawodowych

zwane **ROZMEREM**

4. Sprawdzenie swoich możliwości - przygoda



Zadzwonił i zapytał: tel. 261-138-703 lub 261-138-704

Przyjdź do WKU w Nowym Sączu: ul. Czarnieckiego 13

Złóż wniosek - nie zwlekaj.

Źródło:miasto.limanowa.pl

Znamy laureatów Powiatowego Konkursu „Zawodowy GPS”

Komisja konkursowa dokonała oceny prac zgłoszonych do konkursu, wyłoniła 8 laureatów konkursu oraz przyznała 16 wyróżnień. Konkurs organizowany jest przez Zespół Szkół Nr 1 im. Józefa Piłsudskiego w Limanowej, patronat nad wydarzeniem jak co roku, objął Starosta Limanowski Mieczysław Uryga.

Powiatowy Konkurs „Zawodowy GPS” przeznaczony jest dla młodzieży uczęszczającej do szkół podstawowych z terenu powiatu limanowskiego. Celem konkursu jest wzbudzenie zainteresowań zawodowych uczniów i wskazania możliwości wyboru dalszej drogi edukacyjnej.

Lista Laureatów konkursu:
BRANŻA HOTELARSKA

Natalia Rosiek Zespół Szkolno – Przedszkolny im. Janusza Korczaka w Laskowej

BRANŻA WETERYNARYJNA

Magdalena Wątor Szkoła Podstawowa im. Janusza Korczaka w Wilczycach

BRANŻA GASTRONOMICZNA

Maja Szyrszeń Szkoła Podstawowa Nr 1 im. Bohaterów Westerplatte w Starej Wsi

BRANŻA BUDOWLANA

Mateusz Knapczyk Zespół Placówek Oświatowych w Skrzydlnej

BRANŻA RACHUNKOWA

Klaudia Kotlarz Szkoła Podstawowa im. Królowej Jadwigi w Wysokiem

BRANŻA EKONOMICZNA

Filip Cieślak Zespół Placówek Oświatowych w Skrzydlnej

BRANŻA HANDLOWA

Jakub Seretiuk Szkoła Podstawowa im. Leopolda Węgrzynowicza w Dobrej

BRANŻA GEODEZYJNA

Julia Wrona Zespół Szkolno-Przedszkolny im. Janusza Korczaka w Laskowej

Wyróżnienia:

Kalina Hybel Szkoła Podstawowa Nr 1 im. Marii Konopnickiej w Przyszowej

Anna Juszcak Szkoła Podstawowa im. Henryka Sienkiewicza w Szyku

Szymon Rokiciński Zespół Szkolno-Przedszkolnyim. Janusza Korczaka w Laskowej

Paweł Wilczyński Szkoła Podstawowa Nr 1 im. Marii Konopnickiej w Przyszowej

Aleksandra Cichoń Szkoła Podstawowa im. Henryka Sienkiewicza w

Szyku

Weronika Ślęzyk Zespół Szkoły Podstawowej i Przedszkola im. Jana Pawła w Słopnicach

Edyta Szumańska Szkoła Podstawowa im. Henryka Sienkiewicza w Szyku

Jakub Wilczyński Szkoła Podstawowa Nr 1 im. Marii Konopnickiej w Przyszowej

Alicja Michalik Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 4 im. Św. Jana z Kęt w Limanowej

Amelia Antkiewicz Szkoła Podstawowa Nr 1 im. Bohaterów Westerplatte w Starej Wsi

Edyta Opoka Szkoła Podstawowa im. ks. J. Górszczyka w Pisarzowej

Dawid Młynarczyk Szkoła Podstawowa Nr 3 im. ks. płk. Józefa Jońca w Limanowej

Kornelia Dusza Zespół Placówek Oświatowych w Jurkowie

Patryk Stach Zespół Szkolno Przedszkolny w Ujanowicach

Szymon Wąchała Szkoła Podstawowa nr 1 im. Bohaterów Warszawy w Kamienicy

Julia Sądel Zespół Szkolno – Przedszkolny w Laskowej

Autorom nagrodzonych prac gratulujemy oraz serdecznie dziękujemy wszystkim uczestnikom konkursu za trud włożony w przygotowanie prac.

Nagrody dla laureatów i wyróżnionych będą do odbioru w Zespole Szkół Nr 1 w Limanowej w dniach 21.02.2022r w godz. 10:00-15:00 oraz 22.02.2022r w godz. 9:00-14:00.

Dziękujemy również wszystkim zaangażowanym przy organizacji konkursu.

W Słopnicach rozpoczęły się zmagania Pucharu XRUN

XRUN to cykl biegów górskich rozgrywany w Małopolsce. Impreza inauguracyjna „Złotopień” odbyła się 30 stycznia w Słopnicach. Patronat nad wydarzeniem objął Starosta Limanowski Mieczysław Uryga. W sportowych, zimowych zmaganiach dopingował i towarzyszył uczestnikom Józef Jaworski Członek Zarządu Powiatu Limanowskiego.

W ostatni weekend ferii zimowych, 30 stycznia rozpoczęły się zmagania Pucharu XRUN. Przepiękna zima w Beskidzie Wyspowym pokazała swoje zimowe oblicze, zasypując śniegiem miejsce startu, a także porywając silnymi podmuchami wiatru niczym diad mróz. Pomimo niesprzyjającym warunkom pogodowym do uprawiania turystyki sportowej w górach, na starcie zjawilo się niemal 300 uczestników! Nie zabrakło dobrych humorów, mocnej rywalizacji, a także gier i zabaw dla najmłodszych uczestników na dystansie XRUN KIDS.

Miejsce zawodów mieściło się w malowniczej wsi Słopnice, w powiecie limanowskim. Bazą zawodów był ośrodek „Serce Beskidu”, który jest położony u podnóża góry Mogielica, a także Łopienia. Swym nietuzinkowym górskim wyglądem, bazą noclegową i salą bankietową przyciąga turystów z całej Polski. Organizatorów rozpierała duma i podziw, że nawet najmłodszy uczestnicy rywalizowali ze sobą ramie w ramie podczas zamieci śnieżnej. Do pokonania mieli średnio od 150 m do 1000 m w przedziale wiekowym od 3 do 15 lat. To pierwsze tego typu zawody dla dzieci i najmłodszy uczestnicy pokazali, że drzemie w nich niebywała moc, charakter i dążenie do wyznaczonego celu.



„Przez prawie cały tydzień walczyliśmy z odśnieżaniem, chłopaki przyjeżdżali rano i wieczorem aby dbać o miejsca parkingowe, a także o drogi dojazdowe do ośrodka. Dostawaliśmy mnóstwo zapytań czy zawody się odbędą. Pomimo trudnych warunków atmosferycznych byliśmy przekonani, że impreza przebiegnie bezpiecznie i bez żadnych problemów. Zabezpieczenie trasy zawodów sprawiło nam mnóstwo kłopotów, była to pierwsza edycja zimowa i miejscami nasze oznaczenia zostały zdewastowane przez wiatr i śnieżycę, trzeba było to sprawdzać, wracać na trasę, poprawiać. Nawet przejechanie całej trasy skuterem śnieżnym nie zdało się na zbyt wiele, gdyż w nocy i tak wiatr zrobił swoje. Jestem bardzo zadowolony z przebiegu imprezy, wyciągnęliśmy kilka wniosków i jedziemy dalej, bo bieganie jest fajne! Jestem zdumiony postawą dzieciaków, którzy przyjechali liczną grupą i pobiegli w tak trudnych warunkach. Pierwszy raz organizowaliśmy bieg dla dzieci i było to niesamowite doświadczenie. Mam nadzieję, że w Dobczycach przyjedzie Was 3 albo i 4 razy więcej. Na co dzień mieszkamy w Słopnicach i nigdy jak dotąd nie widziałem rodziców biegających ze swoimi dziećmi. Kilka dni przed zawodami takie widoki to była praktycznie codzienność, niesamowite uczucie.” – mówi Jarek Czuba, organizator.

Gratulujemy wszystkim uczestnikom biegu !

[WYNIKI](#)

Wernisaż wystawy „Pisarzowa. Trzy Wymiary Czasu”

W piątek 4 lutego 2022 r. w Powiatowym Centrum Informacji Turystycznej w Limanowej odbył się wernisaż wystawy pn. „Pisarzowa. Trzy wymiary czasu”. Projekt realizowany był przez Warsztaty Artystyczne „Czerwone Korale” oraz Stowarzyszenie Artystów „Pełna Skrzynia” z Pisarzowej przy współpracy z Powiatem Limanowskim oraz Gminą Limanowa.

W spotkaniu w PCIT Limanowa wzięli udział zaproszeni z tej okazji goście – dzieci uczestniczące w warsztatach, wraz z ich rodzicami, Pani Małgorzata Górka – organizatorka warsztatów Artystycznych „Czerwone Korale”, radny Powiatu Limanowskiego Marian Wojtowicz, który w imieniu Starosty Limanowskiego – Mieczysława Urygi, przekazał okolicznościowe życzenia, gratulacje i podziękowania dla wszystkich uczestników oraz organizatorów projektu ; kierownik Biura Promocji, Kultury i Turystyki Starostwa Powiatowego w Limanowej – Mateusz Pietrzak, a także Wójt Gminy Limanowa – Jan Skrzekut oraz Adam Ryś – radny Gminy Limanowa.



Po oficjalnej części wydarzenia miało miejsce wspólne zwiedzanie wystawy w mini galerii PCIT oraz słodki poczęstunek dla najmłodszych.

Projekt „Pisarzowa. Trzy wymiary czasu” prezentuje archiwalną fotografię historyczną oraz prace plastyczne, odwołując się w swojej tematyce do przeszłości, teraźniejszości a także także przyszłości tej urokliwej miejscowości położonej w gminie Limanowa, w powiecie limanowskim. Głównym założeniem projektu było zaangażowanie i integracja społeczności lokalnej – osób z różnych grup wiekowych w poznawanie i zachowanie dziedzictwa historii i tradycji swojej miejscowości i jej mieszkańców, przedstawienie przemian, jakie na przestrzeni lat zachodziły na obszarach wiejskich w regionie.



Zapraszamy do indywidualnego zwiedzania wystawy w galerii Powiatowego Centrum Informacji Turystycznej w Limanowej (Rynek 25), do 28 lutego 2022 r.

Profilaktyka raka jelita grubego. Kolonoskopia w znieczuleniu nie boli a może uratować Ci życie

Szpital Powiatowy w Limanowej 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” realizuje bezpłatne badania kolonoskopowe w znieczuleniu.

Celem tego 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 ten realizowany jest dzięki wsparciu ze środków Unii Europejskiej w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014 -2020. Jest skierowany do osób w wieku aktywności zawodowej mieszkających, pracujących lub uczących się na obszarze powiatów: dąbrowskiego, limanowskiego, nowosądeckiego, oświęcimskiego, suskiego, tatrzańskiego i wadowickiego.

Więcej informacji nt. realizowanego projektu, badania, możliwości zapisu oraz dokumentów koniecznych do wypełnienia znajdziecie Państwo w artykule pt. <https://www.szpitallimanowa.pl/art,406,bezpłatne-badania-kolonoskopowe-w-znieczuleniu-zapraszamy>

Warto zapoznać się również z poniższymi, ważnymi informacjami, dotyczącymi raka jelita grubego oraz profilaktyki tego

nowotworu:

- Rak jelita grubego jest jednym z trzech najczęściej występujących nowotworów złośliwych w Polsce, zarówno wśród mężczyzn jak i kobiet; a zachorowalność na tę chorobę systematycznie wzrasta. Każdego roku w Polsce rozpoznaje się raka jelita grubego u ok 18 tysięcy nowych chorych. Znajomość najczęstszych objawów nowotworu oraz symptomów alarmowych daje szansę na szybkie przeprowadzenie badań diagnostycznych i wykrycia guza na wczesnym etapie zaawansowania. Wczesna wykrywalność raka jelita grubego ma kluczowe znaczenie dla skuteczności terapii i rokowania. Pacjenci z nowotworem rozpoznanym we wcześniejszych stopniach zaawansowania mają znacznie większe szanse na wyleczenie z choroby.

Większość raków jelita grubego (gruczolakoRAKÓW) rozwija się na podłożu gruczo-LAKA (błony śluzowej, która uległa przemianie w nowotwór niezłośliwy, często występujący w formie polipa). Istnieje także możliwość rozwoju nowotworów jelita grubego na podłożu niezmięnionej makroskopowo błony. Około 75% przypadków stanowią raki sporadyczne (przypadkowe), zaś pozostała część to raki występujące rodzinnie lub na podłożu uwarunkowanych genetycznie zespołów.

- Polipy jelita grubego.

Ze względu na budowę histologiczną wyróżnia się następujące typy polipów:

- hiperplastyczne: stanowią 90% polipów jelita grubego, osiągają niewielkie rozmiary (5 mm) i są utworzone przez pogrubiałą błonę śluzową, bez cech atypii komórkowej („niegroźne”); występują u około 75% dorosłych;

- gruczolakowe – są łagodnymi nowotworami, jednak wykazują zdolność przemiany złośliwej, z nich rozwija się rak jelita grubego, które dzielą się na:

- a) gruczolaki cewkowe (75% polipów gruczolowych; 5% z nich to zmiany złośliwe)

- b) gruczolaki kosmkowe (10% gruczolaków; w 40% tych zmian znajduje się ognisko raka)

c) gruczolaki cewkowo-kosmkowe (15% gruczolaków; 20% z nich to polipy złośliwe;

d) polipy ząbkowane (siedzące, tradycyjne i mieszane) zlokalizowane są głównie w prawej połowie okrężnicy, są zwykle płaskie i trudne do wykrycia; stanowią alternatywną ścieżkę rozwoju raka jelita grubego.

Udowodniono istnienie zależności między wielkością polipa a występowaniem raka jelita grubego (im większy polip tym większe ryzyko; np. gdy polip osiąga wielkość powyżej 2 cm, prawdopodobieństwo zachorowania wynosi już 10–50%).

• Leczenie polipów jelita grubego, w tym także polipów złośliwych, polega na ich endoskopowym lub chirurgicznym wycięciu; co zmniejsza ryzyko wystąpienia raka jelita grubego. Kolonoskopia z pobraniem wycinków oraz ewentualnym usunięciem polipów jest podstawowym i najlepszym badaniem w celu wykrycia raka jelita grubego.

Wyróżnia się następujące czynniki ryzyka zachorowania na raka jelita grubego:

- wiek (szczyt zapadalności przypada na 75. rż.)
- zwiększona masa ciała i mała aktywność fizyczna (większa zapadalność u osób z nadwagą i wykazujących małą aktywność fizyczną)
- rasa biała, czynniki geograficzne (największa zapadalność na północy Europy)
- występowanie raka jelita grubego wśród krewnych pierwszego stopnia
- uwarunkowane genetycznie zespoły chorobowe prowadzące do rozwoju raka
- występowanie w wywiadzie polipów gruczolakowych lub raka jelita grubego,
- stany zapalne jelit (wrzodziejące zapalenie jelita grubego oraz choroba Leśniowskiego-Crohna);
- zwiększona zawartość tłuszczów lub czerwonego mięsa w posiłkach
- niedobory witamin, wapnia
- obecność ureterosigmoidostomii (500-krotnie większe ryzyko

rozwoju raka jelita grubego)

- przebycie radioterapii

Ważne! obciążający wywiad rodzinny jest bardzo ważnym wskazaniem do wykonania wcześniejszej kolonoskopii, gdyż jest wiąże się ze zwiększonym ryzykiem zachorowania na nowotwór.

- Można wskazać najczęstsze objawy raka jelita grubego:
- ból brzucha (44%)
- zmiana rytmu wypróżnień (43%)
- krew w stolcu (40%)
- osłabienie (20%)
- niedokrwistość (11%)

Podstawową metodą profilaktyki raka jelita grubego są badania przesiewowe – kolonoskopia – badanie to polega na wprowadzeniu do jelita grubego światłowodu, za pomocą którego można obejrzeć jelito. Jej celem jest wykrywanie i leczenie gruczolaków oraz wykrycie raka we wczesnych stadiach poddających się leczeniu.

Istotą profilaktycznej kolonoskopii jest odnalezienie bezobjawowych jeszcze zmian (polipów) i ich usunięcie. Takie postępowanie pozwala zmniejszyć ryzyko zachorowania na raka jelita grubego nawet o 60-90%.

Pamiętaj! Kryterium wiekowe jest wystarczające, by wykonać profilaktyczną kolonoskopię. Każdy po 50 roku życia, nawet bez żadnych objawów, powinien mieć profilaktyczną kolonoskopię! Kolonoskopia w znieczuleniu nie boli a może uratować życie!

Dlatego nie czekaj i zgłoś się na [bezpłatne badanie kolonoskopowe w znieczuleniu realizowane w Szpitalu Powiatowym w Limanowej!](#)

RAK JELITA GRUBEGO

Co o nim wiesz?

Czy już się zbadasz?

Rak jelita grubego jest drugim najczęściej występującym nowotworem złośliwym w Polsce. Rozwija się ze zmian łagodnych i bezobjawowych - polipów. Kolonoskopia jest badaniem podczas którego wprowadza się do jelita grubego światłowód, za pomocą którego można obejrzeć jelito oraz wykryć i usunąć polipy. **Pozwala to zmniejszyć ryzyko zachorowania na raka jelita grubego nawet o 60-90%.**

Czynniki ryzyka wystąpienia raka jelita grubego to m.in.: wiek, przebyte choroby zapalne jelit, nadciśnienie, otyłość, cukrzyca, niska aktywność fizyczna, palenie papierosów, nadużywanie alkoholu a także uwarunkowania rodzinne i genetyczne. **Do najbardziej typowych objawów nowotworu jelita grubego należy:** obecność krwi w/na stolcu oraz towarzyszące temu łatwe męczenie się i osłabienie, zmiany rytmu wypróżnień w ciągu ostatnich kilku miesięcy oraz utrata wagi.

Jeżeli masz 50 lat lub więcej powinieneś zgłosić się na badanie kolonoskopowe!

Szpital Powiatowy w Limanowej realizuje **bezpłatne badania kolonoskopowe w znieczuleniu** w ramach projektu „Promowanie profilaktyki raka jelita grubego wśród osób w wieku aktywności zawodowej na terenie powiatów: dąbrowskiego, limanowskiego, nowosądeckiego, oświęcimskiego, suskiego, tatrzańskiego i wadowickiego”, dlatego **zadbaj o swoje zdrowie i już dzisiaj zapisz się na badanie!**



Pamiętaj! Kolonoskopia w znieczuleniu nie boli, a może uratować Ci życie!

Na stronie www.szpitallimanowa.pl uzyskasz wszystkie niezbędne informacje.

Rejestracja i informacja nt. badania pod numerem **668-535-114**.

Możesz do nas również napisać: kolonoskopia@szpitallimanowa.pl

Szpital Powiatowy w Limanowej Imienia Miłosierdzia Bożego

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

Ostrzeżenie meteorologiczne – intensywne opady śniegu, silny wiatr oraz zwieje i zamiecie śnieżne

Wojewódzkie Centrum Zarządzania Kryzysowego wystosowało ostrzeżenie wystąpienia na terenie powiatu limanowskiego intensywnych opadów śniegu, silnego wiatru oraz zowiei i zamieci śnieżnych.

Ostrzeżenie jest ważne dla Powiatu Limanowskiego od godz.20:00 dnia 06.02.2022 r. do godz. 15:00 dnia 07.02.2022 r. Prognozowane są opady śniegu powodujące miejscami przyrost pokrywy śnieżnej od 10 do 15 cm, w górach od 15cm do 20 cm. Prognozuje się również wystąpienie silnego wiatru oraz zowiei i zamieci śnieżnych o średniej prędkości od 35 km/h do 45 km/h, w porywach do 80 km/h, w górach do 120 km/h.

Wręczono nagrody i wyróżnienia w konkursie na Ekologiczny Stroik

Bożonarodzeniowy

4 lutego w sali konferencyjnej Starostwa Powiatowego w Limanowej odbyło się podsumowanie Powiatowego Konkursu na Ekologiczny Stroik Bożonarodzeniowy połączone z wręczeniem nagród i wyróżnień dla autorów najpiękniejszych prac.

Wszystkim autorom eko – stroików serdecznie gratulujemy i dziękujemy za liczny udział w konkursie!

Wynik i listę nagrodzonych publikowaliśmy [TUTAJ](#)

Galera zdjęć dostępna na [FACEBOOKU](#)

Dziś ceremonia otwarcia Zimowych Igrzysk Olimpijskich w Pekinie! Kibicujemy reprezentantce z powiatu limanowskiego

Dziś 4 lutego 2022 r, rozpoczynają się XXIV Zimowe igrzyska Olimpijskie odbywające się w Pekinie. Wydarzenie potrwa do 20 lutego.

Mieszkańcy powiatu limanowskiego z pewnością będą mocno kibicować reprezentującej Polskę w konkurencji biegów narciarskich Weronice Kalecie. Zawodniczka klubu LKS MARKAM Wiśniowa-Osieczany, mieszkanka Kasiny Wielkiej, będzie rywalizować w konkurencjach: bieg łączony 7,5 km + 7,5 k, sprint stylem dowolnym, 10 km stylem klasycznym, sprint

drużynowy stylem klasycznym oraz bieg masowy stylem dowolnym.

Warto podkreślić, iż Weronika Kaleta ma na swoim koncie wiele osiągnięć sportowych m.in. pięć złotych medali mistrzostw Polski oraz m.in. triumf w biegu sztafetowym 4×5km w 2020 roku w Zakopanem.

Zachęcamy do śledzenia zmagania sportowców podczas XXIV Zimowych IO w Pekinie.

Pierwszy start Weroniki będzie można obejrzeć już 8 lutego o godzinie 09:00, odbędą się eliminacje kobiet – sprint stylem dowolnym.

Trzymamy mocno kciuki za Weronikę i życzymy jak najwięcej udanych startów i osiągnięć w stolicy Chin, która od dziś stanie się również światową stolicą sportów zimowych!



Fot. W.Kaleta, LKS Markam Wiśniowa-Osieczany

Informacja – nieruchomości przeznaczona do sprzedaży

Zarząd Powiatu Limanowskiego informuje, że na tablicy ogłoszeń oraz na stronach internetowych Starostwa Powiatowego w Limanowej przy ul. J. Marka 9 na okres 21 dni tj. od dnia 03.02.2021r. do dnia 24.02.2021r. został wywieszony wykaz nieruchomości przeznaczonej do sprzedaży.

Przedmiotem sprzedaży jest prawo użytkowania wieczystego nieruchomości zabudowanej obmurzem, oznaczonej jako działki ewidencyjne nr 380/69 o powierzchni 0,9901 ha i nr 380/72 o powierzchni 0,1492 ha (które sprzedawane będą łącznie), znajdującej się przy ul. Fabrycznej obręb 3 w Limanowej.

[Wykaz nieruchomości](#)