

KONDOLENCJE

Głębokie wyrazy żalu i współczucia dla
Hilarego Majewskiego
Przewodniczącego Rady Gminy Kamienica

z powodu śmierci
TATY
składają
Mieczysław Uryga
Starosta Limanowski
wraz z Zarządem Powiatu

Nowe wydanie „Wiadomości z Powiatu” już dostępne!

Już jest nowy biuletyn „Wiadomości z Powiatu”, dostępny zarówno w wersji elektronicznej, jak i papierowej.

Bezpłatny biuletyn można pobrać przed budynkiem Starostwa Powiatowego w Limanowej oraz w Powiatowym Centrum Informacji Turystycznej na limanowskim rynku.

W wydaniu zakładka do książki gratis. Zachęcamy do lektury!

[„Wiadomości z Powiatu” – Wydanie nr 40](#)





Powiatowy Konkurs na Ozdobę Wielkanocną rozstrzygnięty!

26 marca rozstrzygnięto Powiatowy Konkurs na Ozdobę Wielkanocną. Oceniając prace Komisja konkursowa wzięła pod uwagę zgodność z tematem, pomysłowość, oryginalność oraz staranność i estetykę wykonania, jak również wykorzystanie materiałów regionalnych.

Oceniono 49 prac, które wpłynęły do Organizatora Konkursu w terminie wyznaczonym w Regulaminie, czyli do dnia 25.03.2020 r. do godz. 15:00. Komisja konkursowa w składzie: Mieczysław Uryga Starosta Limanowski (Przewodniczący); Mateusz Pietrzak – Kierownik Biura Promocji, Kultury i Turystyki Starostwa Powiatowego w Limanowej; Joanna Zawada – pracownik Powiatowego Centrum Informacji Turystycznej oraz koordynator wystaw i wydarzeń PCIT, a także Maja Smoleń – florysta, przyznali nagrodę główną oraz wyróżnienia.



Konkurs cieszył się dużym zainteresowaniem, Komisja miała niełatwe zadanie, aby wśród tak wielu pięknych i oryginalnych ozdób wybrać i nagrodzić kilka z nich.

Nagrodę główną – bon w wysokości 500,00 zł otrzymała: Anna Antosz.



Wśród wyróżnionych znaleźli się:

Zofia Lupa



Magdalena Kurzeja



Antonina Lubera



Anna Rosiek



Wiktor Antosz



Monika Woźniak



Laureatom oraz wszystkim uczestnikom serdecznie gratulujemy i dziękujemy za udział w konkursie. Cieszymy się, że podjęliście się wykonania tak pięknych prac, które cieszą nie tylko oko, ale i wprowadzają w świąteczny klimat.

Nowe zasady bezpieczeństwa związane z Covid-19 od 27 marca!

Obserwowany w ostatnim czasie w Polsce wyraźny wzrost zakażeń, towarzysząca temu zwiększona liczba zajętych łóżek oraz respiratorów i przede wszystkim wzrost liczby zgonów, wymusił podjęcie zdecydowanych działań. Od soboty 27 marca do 9 kwietnia w całym kraju będą obowiązywać nowe zasady bezpieczeństwa, które obejmą także okres Świąt Wielkanocnych. Pamiętajmy, tylko solidarność i wzajemna odpowiedzialność pozwolą nam pokonać COVID-19. Dlatego zalecane jest ograniczenie do minimum kontaktów społecznych, jeśli to możliwe – praca w trybie zdalnym, a także spędzenie zbliżającej się Wielkanocy jedynie w gronie najbliższych domowników.

Aby opanować tempo rozwoju COVID-19, kluczowe jest ograniczenie mobilności społecznej. Wszystkie decyzje w sprawie obostrzeń rząd podejmuje wspólnie w porozumieniu ekspertami z dziedziny zdrowia publicznego, wirusologami i epidemiologami. Co zmieni się od soboty, 27 marca?

Handel:

- Wielkopowierzchniowe sklepy meblowe i budowlane o powierzchni powyżej 2 000 m² zostaną zamknięte.
- Centra i galerie handlowe – tak jak obecnie – pozostają zamknięte, z wyjątkiem m.in.: sklepów spożywczych, aptek i drogerii, salonów prasowych, księgarni.

Oprócz tego w placówkach handlowych na targu lub na poczcie będą obowiązywały nowe limity osób:

- 1 osoba na 15 m² – w sklepach do 100 m²,
- 1 osoba na 20 m² – w sklepach powyżej 100 m².

Kult religijny:

Od 27 marca, w miejscach kultu religijnego będzie obowiązywał nowy limit osób – na 1 osobę będzie musiało przypadać 20 m². Bez zmian pozostaje obowiązek zakrywania ust i nosa oraz zachowywanie 1,5 m odległości od innych osób.

Salony fryzjerskie i kosmetyczne :

Od 27 marca zakaz działalności obejmie także salony fryzjerskie, urody i kosmetyczne w całej Polsce.

Żłobki i przedszkola tylko dla medyków

Ze względu na bezpieczeństwo dzieci i rodziców, zamknięte zostaną żłobki i przedszkola. Wyjątkiem będzie sprawowanie opieki nad dziećmi pracowników medycznych i służb porządkowych (m.in. żołnierzy, funkcjonariuszy policji i straży pożarnej).

Ważne! Rodzice będą mogli skorzystać z dodatkowego zasiłku opiekuńczego.

Sport – tylko zawodowy:

Działalność obiektów sportowych zostanie ograniczona wyłącznie do sportu zawodowego. Wszelkie wydarzenia będą mogły się odbywać tylko bez udziału publiczności.

Trudna sytuacja związana z COVID-19 wymaga ograniczenia aktywności społecznej – także podczas zbliżających się Świąt Wielkanocnych.

W okresie świąt powinniśmy więc ograniczyć nasze kontakty wyłącznie do najbliższych domowników, a ewentualne spotkania przełożyć na inny, bardziej bezpieczny czas.

W całym kraju zalecana jest także praca w trybie on-line – wszędzie tam, gdzie jest to możliwe. Pamiętajmy o zachowaniu dystansu, dezynfekcji rąk, noszeniu maseczki i częstym wietrzeniu pomieszczeń. Jeśli masz telefon komórkowy, poproś

bliskich o zainstalowanie aplikacji STOP COVID ProtegoSafe, która powiadamia o możliwym kontakcie z osobą zarażoną.

Pozostałe zasady bezpieczeństwa nadal obowiązują:

- Edukacja – uczniowie wszystkich klas szkół podstawowych, szkół ponadpodstawowych, słuchacze placówek kształcenia ustawicznego oraz centrów kształcenia zawodowego, uczą się zdalnie.
- Hotele – obiekty pozostają zamknięte (z wyjątkiem m.in. hoteli robotniczych, a także np. dla medyków, kierowców wykonujących transport drogowy czy żołnierzy – [katalog wszystkich wyjątków znajduje się w rozporządzeniu](#)).
- Kultura – wciąż zamknięte będą teatry, kina, muzea i galerie sztuki.
- Sport – zamknięte pozostają m.in. siłownie, kluby fitness, stoki narciarskie, baseny, sauny i solaria.

Pokonanie COVID-19 jest możliwe tylko poprzez przerwanie transmisji wirusa z człowieka na człowieka. Taką możliwość daje szczepionka. Każda osoba, która się zaszczepi, ma szansę przerwać łańcuch zakażeń. Szczepiąc się, chronimy siebie, a także rodziców, dziadków, dzieci i przyjaciół.

Według danych od początku akcji szczepionkowej w Polsce do 25 marca 2021 r. wykonano ponad 5,3 mln szczepień I i II dawką. Więcej informacji na temat szczepień i dzienne raporty z danymi znaleźć można na www.gov.pl/szczepimysie.



źr.: gov.pl

I Konkurs plastyczny „Kreatywna Pisanka” zakończony!

23.03 br. zakończono II etap I konkursu plastycznego pn. „Kreatywna Pisanka”. Wzięły w nim udział przedszkola oraz oddziały przedszkolne z terenu Miasta oraz Gminy Limanowa. Konkurs objęli swoim patronatem Starosta Limanowski Mieczysław Uryga oraz Burmistrz Miasta Limanowa Władysław Bieda.

Konkurs „Kreatywna Pisanka” to nowa inicjatywa Limanowskiego Domu Kultury. Pierwsza edycja odbyła się w formie II etapów, a zadaniem uczestników było przygotowanie przestrzennej pisanki. Celem konkursu „Kreatywna Pisanka” było ukazanie piękna oraz pielęgnowanie tradycji Świąt Wielkanocnych, rozwijanie zainteresowań i umiejętności plastycznych dzieci, rozbudzanie wyobraźni i kreatywności wśród dzieci, poszerzenie

wiedzy z zakresu różnych technik, integracja dzieci poprzez wspólną działalność plastyczną, promowanie aktywności twórczej dzieci, aktywizacja grup przedszkolnych i możliwość prezentacji swoich prac na terenie Limanowej.

Jury tegorocznego konkursu tworzyli:

– dr Jacek Dudek – absolwent Akademii Sztuk Pięknych w Krakowie na Wydziale Rzeźby, wykładowca na macierzystej uczelni;

-Karolina Cygnar – absolwentka Liceum Plastycznego w Rzeszowie, studentka Wydziału Rzeźby na Akademii Sztuk Pięknych w Krakowie, stypendystka Ministra Kultury na rok 2021;

– Zofia Ślęzak – absolwentka Liceum Plastycznego im. Jana Matejki w Nowym Wiśniczu, instruktor plastyk w Limanowskim Domu Kultury;

-Joanna Dębska – kulturoznawca, Instruktor ds. organizacji imprez i kina Limanowskiego Domu Kultury

Komisja konkursowa stanęła przed bardzo trudnym zadaniem. Wszystkie 7 pisanek, biorących udział w II etapie, okazały się nie tylko kreatywne, jak sugeruje hasło przewodnie konkursu, ale też wykonane z dbałością o najmniejsze detale. Jak podkreślają organizatorzy – ogromną satysfakcję sprawia fakt, że nadesłane razem z pracami zdjęcia, pokazywały ile radości i entuzjazmu wzbudzała praca nad pisankami wśród dzieci, jak również ich opiekunów.

Ostatecznie przyznano następujące nagrody oraz wyróżnienia:

I miejsce i nagroda pieniężną w wysokości 2000 zł dla Szkoły Podstawowej Nr 2 w Limanowej – oddział przedszkolny.

II miejsce i nagroda pieniężną w wysokości 1500 zł dla Szkoły Podstawowej Nr 2 w Męcinie – oddział przedszkolny.

III miejsce i nagroda pieniężną w wysokości 1000 zł dla Miejskiego Przedszkola Nr 2 w Limanowej.

Wyróżnienia i nagrody rzeczowe w kwocie 300 zł każda przyznano dla: Szkoły Podstawowej im. Władysława Reymonta w Pasierbcu – oddział przedszkolny, Niepublicznego Integracyjnego Przedszkola „Chatka Małego Skrzatka” w Mordarce, Niepublicznego Integracyjnego Przedszkola „Chatka Małego Skrzatka” w Limanowej oraz Miejskiego Przedszkola Nr 3 w Limanowej.

Organizatorzy planują wyeksponować wszystkie pisanki na terenie miasta Limanowa, co z pewnością nada nadchodzącym świętom koloru i sprawi, że mimo obecnej trudnej rzeczywistości, będą one nieco bardziej pozytywne i wesołe. Niebawem też pojawi się informacja o miejscu pobytu pisanek konkursowych.

Wspólnie z organizatorami gratulujemy wszystkim nagrodzonym: dzieciom biorącym udział w konkursie oraz ich opiekunom. Dziękujemy uczestnikom za kreatywność i talent, którym wykazali się przy tworzeniu pisanek oraz za ogromny wkład pracy. Mamy nadzieję, że pierwsza edycja konkursu, która spotkała się z tak entuzjastycznym odzewem, da początek pięknej, corocznej wielkanocnej tradycji.

Nagrody w I konkursie plastycznym „Kreatywna Pisanka” ufundowali:

- Starostwo Powiatowe w Limanowej
- MZGKiM Limanowa
- Firma Budowlana Gurgul
- Zakład elektroinstalacyjny Electrical Wilhem Mrożek
- Agencja Ubezpieczeniowa Doratex
- Stefan Hutek
- Partner – Alma Stach, Król Sp. j.

Galeria

zdjęć:

<https://www.ldk.limanowa.pl/galerie/i-konkurs-plastyczny-kreatywna-pisanka>

43. ECHO TROMBITY | KWALIFIKACJE

Małopolskie Centrum Kultury SOKÓŁ w Nowym Sączu serdecznie zaprasza orkiestry dęte do udziału w kolejnej edycji Małopolskiego Festiwalu Orkiestr Dętych ECHO TROMBITY 2021.

Festiwal ECHO TROMBITY jest dorocznym spotkaniem konkursowym najlepszych orkiestr dętych województwa małopolskiego. Jest jedną z najbardziej prestiżowych i największych cyklicznych imprez amatorskiego ruchu muzycznego. Głównym celem Festiwalu jest promocja i podniesie poziomu artystycznego amatorskich orkiestr dętych poprzez umożliwienie im prezentacji aktualnych osiągnięć, stworzenie okazji do konfrontacji i wymiany doświadczeń, doskonalenie warsztatu muzycznego, inspirowanie do poszukiwań repertuarowych.

Tegoroczna edycja 43. Małopolskiego Festiwalu Orkiestr Dętych ECHO TROMBITY realizowana jest w formule konkursu oraz przeglądu i obejmuje: kwalifikacje do Finału na podstawie nagrań audiowizualnych, prezentację zakwalifikowanych orkiestr na scenie plenerowej w Miasteczku Galicyjskim w Nowym Sączu, ocenę Komisji Artystycznej, koncert laureatów.

Warunkiem udziału w 43. edycji Festiwalu ECHO TROMBITY jest dostarczenie do MCK SOKÓŁ do dnia 23 maja 2021 r.:

- materiału filmowego zawierającego 3 utwory – zgodnego z regulaminem,

- prawidłowo uzupełnioną i podpisaną kartę zgłoszenia.

Zgłoszone orkiestry zostaną ocenione przez komisję artystyczną powołaną przez organizatora, która zakwalifikuje najlepsze prezentacje do udziału w 43. Małopolskim Festiwalu Orkiestr Dętych ECHO TROMBITY w dniach 23-25 czerwca 2021 r. w Miasteczku Galicyjskim w Nowym Sączu.

O zakwalifikowaniu do spotkania finałowego orkiestry zostaną poinformowane najpóźniej do dnia 31 maja 2021 r.

Każda prezentująca się na spotkaniu finałowym orkiestra będzie oceniana przez Komisję Artystyczną, która przyzna: Grand Prix, miejsca oraz nagrody i wyróżnienia specjalne w następujących kategoriach:

- orkiestry OSP
- orkiestry parafialne
- orkiestry działające przy ośrodkach kultury i stowarzyszeniach społeczno-kulturalnych oraz orkiestry zakładowe
- Big bandy i orkiestry rozrywkowe.

Zwieńczeniem Festiwalu będzie zorganizowany 25 września 2021 r. w Małopolskim Centrum Kultury SOKÓŁ w Nowym Sączu galowy koncert laureatów połączony z uroczystym wręczeniem nagród.

Przebieg tegorocznej edycji Festiwalu ECHO TROMBITY odpowiada na potrzebę realizacji wydarzeń kulturalnych z zachowaniem procedur bezpieczeństwa w trakcie epidemii koronawirusa SARS CoV-2. W związku z tym zastrzegamy prawo modyfikacji założeń regulaminowych i warunków realizacji Festiwalu – zwłaszcza w przypadku konieczności dostosowania się do aktualnej sytuacji epidemicznej i wprowadzonych ogólnych obostrzeń i zakazów. W przypadku braku możliwości przeprowadzenia wydarzenia w wersji stacjonarnej na żywo – zastrzegamy możliwość ostatecznego rozstrzygnięcia Festiwalu i rozdysponowania nagród na podstawie nagrań nadesłanych na etapie kwalifikacji.

Do pobrania:

[REGULAMIN](#)

[KARTA ZGŁOSZENIA](#)

Źródło, fot.: mcksokol.pl

Umowy na renowacje zabytków podpisane!

24 marca br. w sali konferencyjnej Starostwa Powiatowego w Limanowej odbyło się podpisanie umów w zakresie dofinansowania prac konserwatorskich, restauratorskich i robót budowlanych przy zabytkach wpisanych do rejestru zabytków znajdujących się na terenie powiatu limanowskiego. W spotkaniu uczestniczyli proboszczowie parafii z terenu powiatu limanowskiego, którym została udzielona dotacja. Powiat Limanowski reprezentował Starosta Mieczysław Uryga, Wicestarosta Agata Zięba oraz Członek Zarządu Wojciech Włodarczyk. Łączna kwota udzielonej dotacji w 2021 r. to 150 tys.zł.

Dzisiejsze podpisanie umów to efekt przyjętej przez Radę Powiatu podczas ostatniej XVI Sesji Rady Powiatu Limanowskiego uchwały o udzieleniu dotacji celowej na prace konserwatorskie, restauratorskie lub roboty budowlane przy zabytkach wpisanych do rejestru zabytków położonych na obszarze Powiatu Limanowskiego. Podstawy udzielania dotacji określone są na mocy Uchwały Nr XXX/311/14 Rady Powiatu Limanowskiego z dnia 30 kwietnia 2014 r.

Parafie, które otrzymały dofinansowanie w 2021 roku :

1. Parafia Rzymsko-Katolicka pw. Matki Bożej Szkaplerznej w Dobrej. Remont kamiennej posadzki II etap w kościele pw. św. Szymona i Judy – 20 000 zł
2. Parafia Rzymsko-Katolicka pw. Matki Boskiej Bolesnej w Limanowej. Prace konserwatorskie przy ścianach zewnętrznych Kaplicy pw. Matki Boskiej Częstochowskiej w Limanowej przy ul. Kościuszki – 10 000 zł
3. Parafia Rzymsko-Katolicka pw. Wszystkich Świętych w Łososinie Górnej. Konserwacja struktury, rzeźby i snyderki ołtarza głównego kościoła – 20 000 zł
4. Parafia Rzymsko-Katolicka pw. Św. Andrzeja Apostoła w Łukowicy. Zakończenie konserwacji organów w kościele pw. św. Andrzeja Apostoła – 20 000 zł
5. Parafia Rzymsko-Katolicka pw. Św. Antoniego Opata w Męcinie. Pełna konserwacja ołtarza głównego w kościele pw. św. Antoniego Opata – 30 000 zł
6. Parafia Rzymsko-Katolicka pw. Św. Mikołaja Biskupa w Skrzydłnej. Konserwacja barokowych ołtarzy: głównego i bocznych w kościele pw. św. Mikołaja Biskupa – 25 000 zł
7. Parafia Rzymsko-Katolicka pw. Św. Michała Archanioła w Ujanowicach. Odsłonięcie i pełna konserwacja polichromii stropu nawy (V etap) kościoła – 25 000.

Warto również podkreślić, że w ciągu 8 lat Powiat Limanowski przeznaczył na dofinansowanie zabytków łącznie kwotę 1,1 mln zł.



KOMUNIKAT

Uprzejmie informujemy, że
w WIELKI PIĄTEK (2 kwietnia 2021 r.)

STAROSTWO POWIATOWE W LIMANOWEJ

BĘDZIE NIECZYNNE

Już po raz trzeci Szpital Powiatowy zaprasza na bezpłatne badania dla mężczyzn w wieku 50-75 lat

To już trzeci raz Szpital Powiatowy w Limanowej organizuje kampanię promocyjno – edukacyjną dotyczącą nowotworu gruczołu krokowego, skierowaną do mężczyzn z terenu powiatu limanowskiego, będących w wieku od 50 do 75 lat. Tak jak w poprzednich edycjach, w ramach akcji zostaną wykonane nieodpłatnie badania stężenia markera PSA w surowicy krwi. W badaniu mogą wziąć udział mężczyźni, którzy wykonywali badania podczas kampanii realizowanej w ubiegłych latach. Obecna kampania, tak jak jej poprzednie edycje, jest finansowana ze środków Powiatu Limanowskiego.

W celu wykonania badania należy się zgłosić do rejestracji

pracowni analitycznej a następnie pobrać krew w punkcie pobrań. Punkt pobrań jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00 – 11.00. Odbiór wyników jest możliwy od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00 – 14.00.

Na badanie wykonane w ramach akcji nie jest wymagane skierowanie.

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

Poniżej znajdziecie Państwo informacje na temat samego markera PSA, jak również sposobu przygotowania do badania oraz wskazań do jego wykonania.

Nowotwór gruczołu krokowego

Rak prostaty jest najczęściej występującym nowotworem u mężczyzn. Jest on drugą, zaraz po raku płuc, przyczyną zgonów. Jest to podstępna choroba, we wczesnym stadium nie daje żadnych objawów. Kiedy jest wykrywany, niejednokrotnie ma postać zaawansowanego nowotworu z przerzutami. W Polsce nowotwór złośliwy gruczołu krokowego najczęściej rozpoznawany jest w II stadium. Z powodu nowotworu prostaty w Polsce co roku umiera około 4 000 mężczyzn. Nowoczesne terapie mogą wydłużyć życie chorych nawet o blisko 5-10 lat oraz znacznie poprawić jego jakość. Dlatego też, w celu wczesnej diagnostyki, jednym z coraz popularniejszych badań kontrolnych jest badanie 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, którą 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 na wczesnym etapie rozwoju, dzięki czemu leczenie jest bardziej efektywne.

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 powinien być w każdym przypadku interpretowany przez specjalistę.

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 jeździe na rowerze. 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, oraz osoby rasy czarnej) – powyżej 40. lub 45. roku życia.

Ponadto, 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 pamiętać, że są one charakterystyczne również dla innych schorzeń, np. zapalenia lub łagodnego przerostu gruczołu krokowego. Dlatego ważne jest, by wynik badania PSA zinterpretowany przez specjalistę.

Czy wiesz, że...

- nowotwór złośliwy gruczołu krokowego w latach 2011-2013 był odpowiedzialny za 8,5% ogółu zgonów z powodu nowotworów złośliwych mężczyzn w Województwie Małopolskim i odsetek ten jest o 8,0% większy niż w przypadku całej Polski[\[1\]](#).
- w Województwie Małopolskim nowotwór prostaty najbardziej zagraża życiu mieszkańców powiatów limanowskiego, Nowego Sącza i nowosądeckiego (gdzie standaryzowany wskaźnik umieralności wynosi odpowiednio 1,5, 1,23, 1,16)[\[2\]](#). Ponadto w powiecie limanowskim jest mniej korzystna niż w całym kraju struktura wieku mężczyzn co powoduje, że rzeczywisty współczynnik umieralności w powiecie limanowskim jest wyższy niż ogólnopolski aż o 23%.
- szacuje się, że w Polsce w roku 2029 w stosunku do roku 2016 liczba nowych przypadków nowotworu złośliwego prostaty będzie o 29% większa[\[3\]](#). Natomiast w powiecie limanowskim liczba nowych przypadków będzie większa aż o 47 %[\[4\]](#).


 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. Nowotwór ten rzadko ujawnia się przed 50. rokiem życia, a ponad połowa chorych ma w momencie rozpoznania choroby co najmniej 70 lat. W większości przypadków nowotwór ten początkowo nie daje żadnych objawów, może **jednak zostać wcześniej 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 na 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.**

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

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

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

[1] Mapa potrzeb zdrowotnych w zakresie onkologii dla województwa małopolskiego, s. 22.

[2] Tamże, s. 22-23.

[3] Mapa potrzeb zdrowotnych w zakresie onkologii dla województwa małopolskiego, s. 137.

[4] Mapa potrzeb zdrowotnych w zakresie onkologii dla województwa małopolskiego, s. 137.

(Nie)Zwykła Historia – Prowokacja. Muzeum regionalne Ziemi Limanowskiej zaprasza na spektakl online

26 marca 2021 r. o godz. 19.00 Muzeum Regionalne Ziemi limanowskiej na swoich kanałach YouTube oraz Facebook będzie transmitować spektakl podsumowujący efektów rocznej pracy nad międzynarodowym projektem realizowanym wspólnie z Muzeum w Kieżmarku – „Limanowa i Kieżmark – magdeburskie miasta na polsko-słowackim szlaku handlowym”. Wydarzenie będzie można śledzić również za pośrednictwem portalu Limanowa.in.

Spektakl utrzymany w konwencji teatru telewizji zastąpi tradycyjne otwarcie wystawy. Muzealnicy nie mając możliwości zaproszenia publiczności w mury Dworu Marsów, zdecydowali się zrealizować wydarzenie w formie transmisji on-line. Za pośrednictwem Opowiadacza i Alter Ego, w których role wcieli się niepowtarzalny Marcin Król reżyser i aktor Teatru, „Co się stało?!”, widzowie przeniosą się do niezwykłego świata przeszłości gdzie wszystko jest możliwe.

Pod opieką kuratorską przez ostatnie miesiące prowadzone były szczegółowe badania nad zachowanymi księgami miejskimi (także pochodzącymi z zasobów Archiwum Narodowego w Krakowie), przepisami prawa magdeburskiego oraz wpływami religii chrześcijańskiej na idee praworządności. W efekcie powstała nowa wystawa stała prezentująca nie tyle obraz miasta, co wręczającą do rąk publiczności klucz do wizji przeszłości i życia codziennego XVI-XVIII wieku, ukryty w starannie wykaligrafowanych dokumentach wychodzących spod ręki pisarza miejskiego, a zaprezentowany współczesnemu odbiorcy przy

użyciu nowatorskich form wystawienniczych. Organizatorzy przypominają też, że ułamki tej pracy badawczej już pojawiały się w przestrzeni internetowej w formie artykułów popularnonaukowych, m.in. na temat Anny Warszawskiej.

Projekt, poza nową wystawą w Limanowej i modernizacją wystawy w Kieżmarku, był realizowany również na innych płaszczyznach. Przede wszystkim w duchu troski o ochronę zabytków siedziba Muzeum została poddana pracom remontowym dachu. Ponadto wyprodukowano animację edukacyjno-historyczną (która zdradza m.in. ile mieszkańców miała Limanowa w XVIII wieku i czym był legendarny ratusz miejski). Dla najmłodszych wydano pierwszą baśń o Limanowej, w której sympatyczny Błędny Ognik imieniem Irrlicht podróżuje po fascynujących krainach (o czym można było nie tylko przeczytać ale również posłuchać w słuchowisku nagrany przy współpracy Teatru „Co się stało?!“).

Mozaika podjętych działań zaprojektowanych z myślą o wymaganiach współczesnej publiczności zostanie zaprezentowana w prowokującej do refleksji formie 26 marca. W trakcie transmisji widzowie będą mieli też okazję przekonać się, czego ostatecznie zabrakło na nowej wystawie, ale przede wszystkim zastanowić się, czym jest wolność historii. Kuratorem wystawy jest dr Arkadiusz Urbaniec

polsko-słowackimi szlakami handlowymi

Umanowa i Mielzowak - magdebski szlak handlowy



polsko-słowackiej ulicy handlowej

Umanowa i Kucharek - magdebski szlak

OTWARCIE WYSTAWY
08-11h
26 III 2021 R.
GODZ. 19.30

TEŻ TAM:  Facebook
 YouTube
 Instagram

Mikroprojekt „Limanowa i Kieżmark – magdeburskie miasta na polsko-słowackim szlaku handlowym” realizowany został dzięki dofinansowaniu z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego oraz budżetu państwa za pośrednictwem Związku Euroregion „Tatry” w ramach Programu Współpracy Transgranicznej Interreg V-A Polska-Słowacja 2014-2020. Całkowita wartość mikroprojektu wynosi 135 583,52 EUR z czego 99 992,83 EUR stanowi finansowanie z Unii Europejskiej.