

Zapraszamy na II „Czasówkę rowerową pod Ostrą”

W najbliższą niedzielę 14 maja 2023 r. na godzinę 12:00 zapraszamy do aktywnego udziału oraz kibicowania uczestnikom II „Czasówki rowerowej pod Ostrą” . Trasa o długości 6,59 km przebiegać będzie na odcinku od stadionu Stara Wieś do Przełęcz pod Ostrą. Honorowy patronat nad wydarzeniem objął Ordynariusz Diecezji Tarnowskiej Ks. bp dr Andrzej Jeż.

Zgłoszenia należy przesyłać do 12 maja 2023 r. bądź składać w dniu wyścigu w godzinach 10:00 – 11.30 w biurze zawodów. Równoległe odbędą się wspólne starty dla dzieci w następujących grupach wiekowych:

- 14:15 – plac kościelny Stara Wieś – start grupy dzieci przedszkolnych, dystans 100 m;
- 14:30 – stadion Stara Wieś – start grupy dzieci klasa 1-3 dystans 1000 m (meta plac kościelny Stara Wieś);
- 14:50 – Limanowa parking Karczma Matras – start grupy dzieci klasa 4-6 dystans 3 km (meta Stara Wieś stadion sportowy).

[REGULAMIN I LINK DO ZAPISÓW](#)

Celem wydarzenia jest promocja atrakcyjnych i bardzo dobrze zlokalizowanych tras przystosowanych do uprawiania turystyki rowerowej. Organizatorzy chcą przekazać mieszkańcom Małopolski i całego kraju, że w Powiecie Limanowskim mogą skorzystać z bogatej oferty szlaków rowerowych o różnym stopniu trudności i świetnych warunkach technicznych. Uprawianie turystyki rowerowej sprzyja zarówno kształtowaniu kondycji i zdrowego stylu życia, ale również spotkaniom towarzyskim połączonym z odkrywaniem perełek krajobrazowych naszego powiatu.

Zapraszamy do aktywnego udziału w wyścigu oraz zapoznania ze szczegółami zamieszczonymi w regulaminie.

Zadanie publiczne pod tytułem: „Promocja turystyki rowerowej w powiecie limanowskim” realizowane przez Klub Sportowy Limanowska Grupa Rowerowe dofinansowane jest ze środków budżetu Powiatu Limanowskiego.

W tym samym dniu organizowany jest też 11 Bieg Ziemi Limanowskiej. [LINK](#)

Na stadionie w Starej Wsi podczas trwania imprezy będzie możliwość uczestnictwa dzieci w grach i zabawach a dla wszystkich uczestników organizatorzy zapewniają posiłek oraz napoje.



LGR
Limanowska Grupa
Rowerowa

START
14.05.23

II CZASÓWKA ROWEROWA POD OSTRĄ

Pod Honorowym Patronatem Ordynariusza
Diecezji Tarnowskiej Ks. Biskupa Andrzeja Jeża



Wymagania:
SPRAWNY ROWER I KASK :)

Program Czasówki - 6,59 km:
(Stadion Stara Wieś - Przełęcz Ostra)
<https://www.strava.com/segments/33975890>

- 10:00 - 11:30 - otwarcie biura zawodów (Stadion sportowy Stara Wieś)
- wydawanie numerów startowych i chipów, weryfikacja zgłoszeń
- w wyjątkowych sytuacjach zapisy (wpisowe w dniu zawodów 50 zł)
- 12:00 - 12:30 - otwarcie bramek startowych (Stadion sportowy Stara Wieś)
- zawodnicy startują w dowolnej kolejności (grupy M1B, M3S, M4S, M5S, M6S, M66+, K1B, K40, K41+, Handbike open)
- 13:00 - zamknięcie bramek na mecie (przełęcz Ostra)
- 15:30 - dekoracja zwycięzców II Czasówki rowerowej pod Ostrą

Start wspólny dzieci

- 12:30 - 13:45 - otwarcie biura dla dzieci (Stadion sportowy Stara Wieś)
- zapisy i wydawanie numerów startowych
- 14:15 - plac kościelny Stara Wieś - start grupy dzieci przedszkolnych dystans 100 m
(grupy M1, K1) - start wspólny
- 14:30 - stadion Stara Wieś - start grupy dzieci klasa 1-3 dystans 1000 m
(grupy M2, K2) - start wspólny (meta - plac kościelny Stara Wieś)
- 14:50 Limanowa parking Karczma Matras - start grupy dzieci klasa 4-6 dystans 3 km
(grupy M3, K3) - start wspólny (meta - Stara Wieś stadion sportowy)
dojazd dzieci na start przy karczmie Matras odbywa się we własnym zakresie
- 15:00 - gry i zabawy dla dzieci
- 15:30 - dekoracja zwycięzców II Czasówki rowerowej pod Ostrą

Zgłoś się na:

WWW.PIFSPORT.COM.PL

ZAPISY TRWAJĄ DO 12 MAJA 2023 R.



Powiat Limanowski



Gmina Limanowa

Wpisowe
30 ZŁ

Dzieci do lat 13
BEZPŁATNIE

Uwaga

Dzieci i młodzież w kategoriach M3, K3, M1B, K1B musi posiadać kartę rowerową (kartę rowerową należy okazać w biurze zawodów podczas zapisów lub odbioru numeru startowego)



Trwa nabór wniosków do programu „Aktywny samorząd” Moduł I

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej informuje, że trwa nabór wniosków do programu „Aktywny samorząd” Moduł I.

Termin składania wniosków:

Wnioski można składać do 31 sierpnia 2023 r.

Kto może ubiegać się o pomoc?

Adresatami programu są osoby ze stopniem niepełnosprawności (wymagany stopień i dysfunkcja zależne od obszaru programu)

Obszary i zadania programu, które realizowane są w 2023 roku:

Moduł I Programu „Aktywny samorząd” umożliwia osobom z niepełnosprawnością likwidację barier utrudniających aktywizację społeczną i zawodową.

Osoba niepełnosprawna w ramach Modułu I może starać się o dofinansowanie do:

- oprzyrządowania do samochodu (obszar A),
- prawa jazdy (obszar A),
- sprzętu elektronicznego wraz z oprogramowaniem (obszar B),
- szkolenia komputerowego (obszar B),
- wózka inwalidzkiego o napędzie elektrycznym (obszar C),
- skutera inwalidzkiego (obszar C),
- oprzyrządowania elektrycznego do wózka ręcznego (obszar C),
- utrzymanie sprawności technicznej posiadanego sprzętu elektronicznego (obszar C),
- utrzymanie sprawności technicznej posiadanego wózka

- elektrycznego lub skutera inwalidzkiego (obszar C),
- protezy (co najmniej na III poziomie jakości), (obszar C),
 - utrzymanie sprawności technicznej protezy (co najmniej na III poziomie jakości), (obszar C),
 - kosztów opieki nad osobą zależną (obszar D).

Składanie wniosku:

- przez Internet w Systemie Obsługi Wsparcia (SOW) [STRONA LOGOWANIA SOW](#). Wykorzystując darmowy System SOW (sow.pfron.org.pl) można złożyć elektroniczny wniosek również w dzień wolny od pracy, 24 godziny na dobę, 365 dni w roku.
- w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej, ul. Józefa Marka 9, od poniedziałku do piątku w godzinach 7:15-15:15.

Kontakt:

Szczegółowe informacje o programie i realizowanych formach wsparcia finansowego można uzyskać telefonicznie dzwoniąc pod numer telefonu: (18) 33-37-825. Informacji udziela Joanna Kordeczka.

Link do strony [TUTAJ](#)

Mammobusy w trasie po Małopolsce

W dniach 17 – 21 kwietnia 2023 r. w różnych miejscowościach województwa małopolskiego pojawią się mammobusy, w których bezpłatnie przeprowadzane będą badania profilaktyczne pod kątem wystąpienia raka piersi. W tym tygodniu mammobusy dojadą do 16 miejscowości w 7 powiatach Małopolski.

- Badania w mammobusie to możliwość wykonania mammografii w swojej miejscowości, bez dojeżdżania do pracowni stacjonarnej.
- Mammografia jest jedną z najlepszych metod wykrywania zmian

w piersiach.

Rak piersi należy do najczęściej występujących nowotworów wśród Polek. Codziennie o chorobie dowiaduje się 50 kobiet, łącznie każdego roku taką diagnozę w gabinetach lekarzy słyszy blisko 20 tys. mieszkanek naszego kraju. Blisko 6 tys. z nim nie udaje się pomóc.

Nowotwór piersi nie musi być wyrokiem, kluczem do zwycięstwa jest jednak jego wczesne wykrycie. Pomaga w tym profilaktyczna mammografia. W ramach populacyjnego programu wczesnego wykrywania nowotworów piersi, finansowanego przez Narodowy Fundusz Zdrowia, z darmowych badań mogą skorzystać wszystkie kobiety w wieku 50-69 lat, które nie miały wykonywanej tego rodzaju diagnostyki w ciągu ostatnich 24 miesięcy oraz te, które ze względu na obciążenie czynnikami ryzyka otrzymały pisemne wskazanie do jej ponownego wykonania po upływie roku.

Badania są wykonywane w pracowniach stacjonarnych oraz w mammobusach. Mobilne gabinety docierają przede wszystkim do małych i średnich miast oraz wsi, dzięki czemu panie mają możliwość zbadania się bez konieczności dalekich podróży. Niepotrzebne jest skierowanie, nie ma znaczenia również adres zamieszkania.

Badania w mammobusach nie odbiegają standardem od tych przeprowadzanych w stacjonarnych punktach, a do ich wykonywania jest wykorzystywany taki sam sprzęt. Obrazy z mammografu są następnie analizowane przez specjalistę – lekarza radiologa, a jeśli zajdzie taka potrzeba, pacjentka w kolejnym etapie jest kierowana na pogłębioną diagnostykę.

– W ubiegłym roku do badań w programie było uprawnionych ponad 300 tys. mieszkanek naszego regionu. Zbadały się blisko 72 tys. z nich, w tym ponad 39 tys. na pokładzie mammobusów. To pokazuje, że Małopolanki ufają mammobusom. Dla kobiet z mniejszych miejscowości badania w mobilnym gabinecie to ułatwienie, bo nie muszą dojeżdżać do pracowni stacjonarnej. A to na pewno ma wpływ na decyzję o zgłoszeniu się na mammografię – wyjaśnia dyrektor Małopolskiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ Elżbieta Fryźlewicz-Chrapisińska.

W kwietniu mammobusy wyjadą na trasę po Małopolsce 86 razy. Od 17 do 21 kwietnia będą w powiatach: krakowskim, limanowskim, miechowskim, myślenickim, nowotarskim, olkuskim, a także w Krakowie. Odwiedzą 16 miejscowości:

Powiat krakowski:

20 kwietnia: Skawina, ul. Mickiewicza 37 – przy stacji paliw LOTOS, godz. 9.00-17.00, tel. do rejestracji: 58 767 34 44

20 kwietnia: Słomniki, ul. Kościuszki 64 – przy Urzędzie Miejskim, godz. 9.00-12.00, tel. do rejestracji: 58 325 76 02

21 kwietnia: Słomniki, ul. Wolności 4 – przy OSP, godz. 9.00-17.00, tel. do rejestracji: 58 767 34 44

W ubiegłym roku w powiecie krakowskim z programu profilaktyki raka piersi skorzystało 7 490 mieszkank powiatu. To 21 procent kobiet, które powinny w ubiegłym roku zgłosić się na badanie.

Powiat limanowski:

19 kwietnia: Tymbark, przy remizie OSP, godz. 10.00-17.00, tel. do rejestracji: 12 633 02 18, 503 777 651

20 kwietnia: Słopnice, przy remizie OSP, godz. 10.00-17.00, tel. do rejestracji: 12 633 02 18, 503 777 651

21 kwietnia: Laskowa, Ośrodek Zdrowia, godz. 10.00-17.00, tel. do rejestracji: 12 633 02 18, 503 777 651

W ubiegłym roku w powiecie limanowskim z programu profilaktyki raka piersi skorzystało 2 388 mieszkank powiatu. To 16,8 procent kobiet, które powinny w ubiegłym roku zgłosić się na badanie.

Powiat miechowski:

17 kwietnia: Książ Wielki, ul. Warszawska 17 A – przy Ośrodku Zdrowia, godz. 10.00-17.00, tel. do rejestracji: 58 767 34 44

17 kwietnia: Miechów, ul. Konopnickiej 30a – przy Intermarche, godz. 9.00-17.00, tel. do rejestracji: 58 767 34 44

18 kwietnia: Kalina Wielka, przy Ośrodku Zdrowia, godz. 9.00 – 12.00, tel. do rejestracji: 58 767 34 44

19 kwietnia: Gołcza, przy szkole podstawowej, godz. 9.00-14.00, tel. do rejestracji: 58 325 76 02

W ubiegłym roku w powiecie miechowskim z programu profilaktyki raka piersi skorzystało 1 102 mieszkank powiatu. To 17,6 procent kobiet, które powinny w ubiegłym roku zgłosić się na badanie.

Powiat myślenicki:

17 kwiecień: Sułkowice, ul. 11 Listopada 29 – remiza OSP, godz. 10.00-17.00, tel. do rejestracji: 12 633 02 18, 503 777 651

20 kwiecień: Myślenice, Słowackiego 52 – przy Kauflandzie, godz. 9.00-17, tel. do rejestracji: 58 767 34 44

W ubiegłym roku w powiecie myślenickim z programu profilaktyki raka piersi skorzystało 2 238 mieszkank powiatu. To 14,8 procent kobiet, które powinny w ubiegłym roku zgłosić się na badanie.

Powiat nowotarski:

18 kwietnia: Rabka-Zdrój, ul. Chopina 16 – Centrum Kultury-Amfiteatr, godz. 10.00-17.00, tel. do rejestracji: 12 633 02 18 – 503 777 651

W ubiegłym roku w powiecie nowotarskim z programu profilaktyki raka piersi skorzystało 2 383 mieszkank powiatu. To 10 procent kobiet, które powinny w ubiegłym roku zgłosić się na badanie.

Powiat olkuski:

18 kwietnia: Klucze, ul. Zawierciańska 30 – przy szkole podstawowej, godz. 9.00-17.00, tel. do rejestracji: 58 767 34 44

19 kwietnia: Olkusz, ul. Rabsztyńska 2 – przy CH Atrium, godz. 9.00-17.00, tel. do rejestracji: 58 767 34 44

19 kwietnia: Wolbrom, ul. Brzozowska 64 – przy straży pożarnej, godz. 9.00-17.00, tel. do rejestracji: 58 767 34 44

W ubiegłym roku w powiecie olkuskim z programu profilaktyki raka piersi skorzystało 2 761 mieszkank powiatu. To 17,6 procent kobiet, które powinny w ubiegłym roku zgłosić się na badanie.

Kraków:

21 kwietnia: ul. Kombatantów 15, przy Kauflandzie, godz. 9.00-17.00, tel. do rejestracji: 58 767 34 44

W ubiegłym roku w Krakowie z programu profilaktyki raka piersi skorzystało 17 115 mieszkanek. To 16,7 procent kobiet, które powinny w ubiegłym roku zgłosić się na badanie.

Profilaktyka raka gruczołu krokowego – skorzystaj z bezpłatnych badań w Szpitalu Powiatowym

Od kwietnia br. w Pracowni Analitycznej Szpitala mężczyźni z terenu powiatu limanowskiego w wieku od 50 do 75 lat mogą bezpłatnie wykonać oznaczenie stężenia markera PSA w surowicy krwi. Jego stężenie można oznaczyć w zwykłym badaniu krwi, którą pobiera się z żyły łokciowej pacjenta. Jest to proste badanie przesiewowe pozwalające wykryć bezobjawowego raka prostaty. Badania wykonywane są w ramach kampanii promocyjno – edukacyjnej dotyczącej nowotworu gruczołu krokowego w całości finansowanej 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. Coroczne kontrolowanie wskaźnika PSA jest niezwykle istotne dla zdrowia mężczyzn.

Zapoznaj się z informacjami na temat markera PSA, sposobu przygotowania do badania oraz wskazań do jego wykonania.

- 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 bardziej popularnych 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. Jednak 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.

Kampania realizowana w ramach Projektu LIFE-IP EKOMAŁOPOLSKA

Powiat Limanowski jest partnerem kampanii realizowanej w ramach projektu LIFE-IP EKOMAŁOPOLSKA „Wdrażanie Regionalnego Planu Działań dla Klimatu i Energii w Województwie Małopolskim”

Do największych zagrożeń środowiskowych, ekonomicznych i społecznych należą obecnie zmiany klimatu. Wieloletnie obserwacje prowadzone przez naukowców wykazują, że na całym świecie dochodzi do podnoszenia się poziomu mórz, topnienia śniegu i lodu, a także wzrostu globalnych średnich temperatur powietrza i oceanów.

Raport Międzyrządowego Zespołu ds. Zmian Klimatu IPCC z 2021 r. wskazuje, że ocieplenie systemu klimatycznego Ziemi można przypisać emisji gazów cieplarnianych do atmosfery w wyniku działalności człowieka. 75% globalnej emisji gazów cieplarnianych pochodzi ze spalania węgla, ropy naftowej i gazu, a 25% z rolnictwa i wycinki lasów.



Efekty zmian klimatu zaczynają być widoczne na co dzień. Pojawiają się coraz częstsze i groźniejsze w skutkach zdarzenia pogodowe, takie jak:

- gwałtowne burze, które doprowadzają do zniszczenia budynków i pojazdów, pożarów wywołanych uderzeniami piorunów, zniszczenia pól uprawnych;
- ekstremalne temperatury, które przyczyniają się do przegrzania i awarii urządzeń elektrycznych, wzrostu zużycia energii związanym z potrzebą chłodzenia a także do występowania zagrożeń dla zdrowia i życia (udary, zawały);
- podtopienia i powodzie, które doprowadzają do zniszczenia budynków, dróg, pojazdów, zniszczenia upraw, zanieczyszczenia pól uprawnych i wody pitnej;
- susze, których skutkiem jest zmniejszenie produkcji rolnej, co w konsekwencji prowadzi do wzrostu cen żywności, występowania niedoboru wody pitnej i niezdolności do odprowadzenia ścieków oraz do wzrostu ryzyka wystąpienia pożarów lasów i łąk.

Należy pamiętać, że każde podjęte przez nas działanie ma wpływ na otaczające nas środowisko i klimat w jakim żyjemy. Dokonując codziennych wyborów musimy mieć świadomość, że od naszych decyzji zależą losy planety, którą zostawimy naszym

Krytej Pływalni, ul. Zygmunta Augusta 37

**Mszana Dolna – 12 kwietnia w godzinach od 8.20 do 11.10 przy
Urzędzie Gminy, ul. Spadochroniarzy 6**

W ramach programu NFZ do badania uprawnione są Panie od 50 do 69 lat, ubezpieczone, które spełniają jeden z dwóch warunków:

- nie miały wykonanej mammografii w ciągu ostatnich 24 miesięcy,
- lub są w grupie ryzyka (rak piersi w rodzinie u matki, siostry lub córki lub mutacje w obrębie genów BRCA1 lub/i BRCA2) i w roku poprzedzającym otrzymały w ramach realizacji programu pisemne wskazanie do wykonania ponownej mammografii po upływie 12 miesięcy.

Programem nie są objęte Panie, u których wcześniej zdiagnozowano zmiany nowotworowe o charakterze złośliwym w piersi.

Zachęcamy do regularnych badań i dbania o swoje zdrowie. Mammografia jest najbardziej czułym i specyficznym badaniem w zwalczaniu raka piersi. Pozwala na wykrycie zmian, których nie można zaobserwować podczas samokontroli piersi, a wcześnie wykryty nowotwór umożliwia natychmiastowe, skuteczne leczenie oraz daje niemal 100 % gwarancję powrotu do zdrowia.

W przypadku wykrycia nieprawidłowości udział w programie zapewnia szybką ścieżkę diagnostyki i leczenia. Dzięki stałemu monitoringowi usprawniamy kontakt z placówkami prowadzącymi dalszą diagnostykę i przyspieszamy ewentualne konieczne leczenie.

Rejestracja pod nr tel. 58 666 24 44 , 22 338 19 60 lub poprzez formularz <http://www.mammo.pl/formularz>. W celu weryfikacji uprawnień do badania przed połączeniem telefonicznym prosimy przygotować dowód osobisty.

Na badanie prosimy zabrać ze sobą zdjęcia lub płyty CD z poprzednich mammografii, o ile nie były one wykonane w pracowni LUX MED. Prosimy o stawienie się na badanie w maseczce ochronnej i w czasie wyznaczonym podczas rejestracji.

Więcej informacji na temat mammografii i Programu Profilaktyki Raka Piersi znajdziecie Państwo na stronie www.mammo.pl.

Informacje o innych badaniach z zakresu diagnostyki obrazowej na stronie www.luxmed-diagnostyka.pl.

Rejestracja: 58 666 24 44

Masz 50-69 lat?

Przyjdź na bezpłatną mammografię w ramach Programu Profilaktyki Raka Piersi.



12 kwietnia 2023



Mszana Dolna - przy Urzędzie Gminy
ul. Spadochroniarzy 6

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

MAMMOGRAFIA *AM*

LUXMED
DIAGNOSTYKA

mammo.pl

Posiedzenie Rady Społecznej Szpitala Powiatowego w Limanowej

W ubiegłym tygodniu odbyło się pierwsze w tym roku posiedzenie Rady Społecznej Szpitala Powiatowego w Limanowej.

Podczas wydarzenia obecni byli przedstawiciele Zarządu Powiatu Limanowskiego: Starosta Limanowski Mieczysław Uryga, Przewodniczący Rady Powiatu Limanowskiego Józef Pietrzak, Członkowie Zarządu Powiatu Limanowskiego Czesław Kawalec i Józef Jaworski oraz Radni Powiatu Limanowskiego: Dorota Stanisławczyk, Ewa Filipiak oraz Kazimierz Jasiński.





Spotkanie rozpoczęto od złożenia podziękowań dla przechodzącego na emeryturę doktora Artura Kality. Wyrazy wdzięczności za ponad 40 letnią pracę w Szpitalu, opiekę nad pacjentami zgłaszającymi się do Dziennego Oddziału Chemioterapii Onkologicznej i Poradni Onkologicznej oraz za wkład w rozwój limanowskiej placówki złożyli, w imieniu własnym oraz wszystkich pracowników, Marcin Radzięta Dyrektor Szpitala Powiatowego w Limanowej oraz lek. Andrzej Gwiazdowski Z-ca Dyrektora ds. Lecznictwa. Dyrektor Szpitala dziękował także za współpracę na płaszczyźnie administracyjnej – w czasie gdy doktor Kalita pełnił funkcję Z-cy Dyrektora ds. Lecznictwa. Podziękowanie za lata pracy oraz symboliczny upominek dla przechodzącego na emeryturę doktora Artura Kality w imieniu Zarządu oraz Rady Powiatu Limanowskiego złożył także Starosta Limanowski Mieczysław Uryga.



Głównym tematem posiedzenia Rady Społecznej było omówienie planu finansowego i inwestycyjnego na rok 2023. Podjęto uchwałę w sprawie pozytywnej opinii do planu finansowego i inwestycyjnego Szpitala Powiatowego w Limanowej na rok 2023.

źr./fot: szpital.limanowa

Nowa Pracownia diagnostyczna wraz z nowoczesnym aparatem RTG oddana do użytku w Szpitalu Powiatowym w Limanowej

15 lutego 2023 r. odbyło się otwarcie nowej Pracowni RTG połączone z oddaniem do użytku nowego aparatu rentgenowskiego typu Telekomando. Sprzęt medyczny został zakupiony dzięki dofinansowaniu w ramach Funduszu przeciwdziałania Covid-19 w wysokości 1 400 000 zł.

Wśród gości wydarzenia obecni byli : Wojewoda Małopolski Łukasz Kmita, Starosta Limanowski Mieczysław Uryga, Przewodniczący Rady Powiatu Limanowskiego Józef Pietrzak, Wiceprzewodniczący Rady Powiatu Limanowskiego Janusz Potaczek, Wicestarosta Limanowski Agata Zięba, członkowie zarządu Powiatu Limanowskiego: Wojciech Włodarczyk i Józef Jaworski, jak również radny Powiatu Marian Wójtowicz. W oddaniu do użytku nowego aparatu RTG uczestniczyli również: lek. Andrzej Gwiazdowski Z-ca Dyrektora ds. leczenia, mgr inż. Cecylia Kochańczyk Z-ca Dyrektora ds. technicznych, Pani Bożena Bugajska Przełożona Pielęgniarek limanowskiego Szpitala oraz Pani Lucyna Kowalska Pełnomocnik ds. Zarządzania Jakością. Nie zabrakło ordynatorów, kierowników pracowni oraz przedstawicieli poszczególnych oddziałów Szpitala Powiatowego w Limanowej.

Spotkanie rozpoczął Dyrektor Szpitala Marcin Radzięta. Witając obecnych gości, wyraził swoją radość z faktu zakupu tak nowoczesnego sprzętu, który z pewnością będzie dobrze służyć pacjentom Szpitala, pomagając w skutecznej diagnozie i skracając czas oczekiwania na pomoc medyczną.



Dyrektor Szpitala Powiatowego w Limanowej Marcin Radzięta witając zgromadzonych przedstawił krótko zakres zadania zrealizowanego dzięki środkom z Funduszu przeciwdziałania Covid19. Zadanie obejmowało nie tylko dostawę i montaż aparatu ale również dostosowanie istniejącej pracowni do nowego sprzętu i remont korytarza Zespołu Pracowni Techniki Obrazowej. Dyrektor złożył również podziękowania dla Wojewody Małopolskiego, a także Zarządu i Rady Powiatu Limanowskiego za wspieranie podejmowanych przez szpital działań i dobrą współpracę. Jak podkreślał Dyrektor Marcin Radzięta – zmiany, jakie udało się wprowadzić w Szpitalu Powiatowym w ciągu ostatnich lat sprawiły, iż stał się on nowoczesną, dobrze wyposażoną placówką, oferującą pacjentom wysoką jakość usług medycznych, a pracownikom -umożliwiającą korzystanie z wysokiej klasy sprzętu i szansę na rozwój zawodowy.



Poświęcenia aparatu dokonał ks. Piotra Jaworski – kapelan Limanowskiego Szpitala, po czym możliwości nowego sprzętu zaprezentował Pan Witold Leszczyński Starszy technik RTG.

Więcej szczegółów na temat specyfikacji i działania nowoczesnej aparatury RTG w Szpitalu Powiatowym w Limanowej można przeczytać [TUTAJ](#).



Ostrzeżenie 1 stopnia o zanieczyszczeniu powietrza dla powiatu limanowskiego i powiatów województwa małopolskiego

Wydano ostrzeżenie dla miasta Krakowa oraz powiatów: krakowskiego, limanowskiego, miechowskiego, nowotarskiego, proszowickiego, suskiego oraz wadowickiego dotyczące ryzyka przekroczenia poziomu dopuszczalnego pyłu PM10 ze względu na zwiększoną emisję zanieczyszczeń oraz niekorzystne warunki meteorologiczne.

Ostrzeżenie I stopnia obowiązuje w dniu 08.02. 2023 od godz. 06.00 do godz. 24.00.

Obowiązuje zakaz eksploatacji kominków i ogrzewaczy pomieszczeń na węgiel lub drewno (kozy, piece kaflowe), jeżeli nie stanowią jedyne źródła ciepła.

* Na obszarze Krakowa zakaz używania wszystkich kominków i ogrzewaczy na węgiel i drewno obowiązuje przez cały rok.

Zalecenia zdrowotne:

- Rozważ ograniczenie intensywnego wysiłku fizycznego na zewnątrz, jeśli odczuwasz pieczenie w oczach, kaszel lub ból gardła.
- Ogranicz wietrzenie pomieszczeń.
- Unikaj działań zwiększających zanieczyszczenie powietrza, np. korzystania z samochodu, używania dmuchaw

do liści, rozpalania ognisk.

- Śledź na bieżąco informacje o zanieczyszczeniu powietrza.

Dodatkowe zalecenia dla osób o większej wrażliwości na zanieczyszczenie powietrza

(dzieci i młodzież, osoby starsze i w podeszłym wieku, osoby z zaburzeniami układu oddechowego lub krwionośnego, osoby zawodowo narażone na zapylenie oraz osoby palące papierosy i bierni palacze)

- Ogranicz intensywny wysiłek fizyczny na zewnątrz.
- Nie zapominaj o normalnie przyjmowanych lekach.
- Osoby z astmą mogą silniej odczuwać objawy (duszność, kaszel, świsty) i potrzebować swoich leków częściej niż normalnie.

W przypadku nasilenia objawów chorobowych zalecana jest konsultacja z lekarzem.

Nowoczesny aparat RTG w Szpitalu Powiatowym w Limanowej

W pracowni RTG zlokalizowanej na II piętrze budynku głównego Szpitala (budynek A) zamontowany został cyfrowy aparat rentgenowski typu Telekomando wraz generatorem. Szpital jest na etapie dopełnienia ostatnich formalności związanych z uruchomieniem pracowni, w tym odbioru przez Wojewódzką Stację Sanitarno – Epidemiologiczną w Krakowie.

Zakup nowoczesnego aparatu RTG typu Telekomando to inwestycja

zrealizowana dzięki dofinansowaniu z Funduszu przeciwdziałania Covid-19 z którego pozyskaliśmy środki w wysokości 1 400 000 zł.

Wartość całej inwestycji to: 1 759 864,35 zł, z czego 1 400 000 zł to koszt zakupu aparatu, pozostała kwota to koszty dostosowania pracowni oraz generalny remont korytarza. Różnicę między całkowitą wartością zadania a dofinansowaniem w całości pokrył Szpital.

Zakup i montaż nowego aparatu RTG wymagał prac związanych z dostosowaniem pomieszczenia dotychczasowej pracowni pod nowy sprzęt. Przeprowadzone zostały również roboty mające na celu odnowienie korytarza Zespołu Pracowni Techniki Obrazowej. W ramach robót budowlanych wykonano nową instalację wentylacji mechanicznej i klimatyzacji oraz instalację elektryczną. Przebudowano także instalację wod-kan i c.o. W pomieszczeniach pracowni oraz na korytarzu wykonano nowy sufit podwieszany oraz nowe posadzki z wykładziny rulonowej PCV. We wszystkich pomieszczeniach objętych modernizacją wymieniono drzwi wewnętrzne oraz parapety. W pomieszczeniu pracowni uzupełnione zostały także osłony stałe zabezpieczające przed wydostawaniem się promieniowania RTG – w tym celu ściany obłożone zostały blachą ołowianą.

Cyfrowy aparat do radiografii i fluoroskopii SHIMADZU FLEXAVISION F4 to najnowszy model serii FLEXAVISION umożliwiający wykonywanie szerokiego zakresu badań, od lewatywy barowej po żołądkowo-jelitowe, interwencyjne procedury radiologii pozanaczyniowej, DIP i inne akwizycje środków kontrastowych dróg moczowych. Z łatwością można również wykonać ogólne badania radiograficzne klatki piersiowej, miednicy i kończyn, a także z zakresu chirurgii ortopedycznej.

Zastosowany w aparacie bezprzewodowy dynamiczny detektor cyfrowy wysokiej rozdzielczości i czułości pozwala na akwizycje obrazów do 15 klatek na sekundę. Panel detektora o

rozmiarze obszaru roboczego 43 cm x 43 cm umożliwia wykonywanie badań o szerokim zakresie.

FLEXAVISION F4 oferuje szeroką gamę rozwiązań, które przyczyniają się do wydajnego przepływu pracy oraz bezpieczeństwa pacjentów i techników.

Stół RTG zapewnia pacjentowi komfort i bezpieczeństwo, takie jak funkcja miękkiego startu/stopu. Aby ułatwić wsiadanie i wysiadanie w pozycji pionowej, podnózek można obniżyć do wysokości stopnia 10 cm. Dodatkowe czujniki na krawędzi stołu zapobiegają przytrzaśnięciu.

Różne funkcje redukcji i kontroli ekspozycji sprawiają, że badania są bezpieczniejsze – zarówno dla pacjentów, jak i personelu medycznego. Pulsacyjna fluoroskopia oraz inteligentne filtry utwardzające (filtry utwardzające wiązkę promieniowania), wyjmowana kratka przeciwrozproszeniowa w dowolnej pozycji oraz wirtualna kolimacja pozwalają zminimalizować dawkę promieniowania rentgenowskiego.

To już drugi nowoczesny cyfrowy aparat RTG w limanowskim Szpitalu. Pierwszy zakupiony został w roku 2017 na potrzeby pacjentów Szpitalnego Oddziału Ratunkowego.



info/foto: Szpital Powiatowy w Limanowej