

TARNÓW.PL

MIESIĘCZNIK MIEJSKI

GRUDZIEŃ 2011

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY NR 12 (33)



Życzę wszystkim, aby ten grudniowy, wyjątkowy czas zaowocował zachwytem nad cudem narodzin, radością oraz odpoczynkiem od codziennych obowiązków.

Najważniejsze, aby te święta upłynęły w ciepłej, rodzinnej atmosferze i bliskości, a bożonarodzeniowy nastrój udzielił się na cały rok.

Wszystkiego dobrego!

Sygnard Świątek
Prezydent Tarnowa

Wiktor Skworc

Z Tarnowa na Śląsk



Wiktor Skworc – biskup diecezjalny tarnowski w latach 1998–2011, od 26 listopada arcybiskup metropolita katowicki.

Urodził się 19 maja 1948 w Bielszowicach. Święcenia kapłańskie otrzymał 19 kwietnia 1973 w Katowicach. W 1995 uzyskał stopień doktora nauk humanistycznych z zakresu historii Kościoła.

13 grudnia 1997 papież Jan Paweł II mianował go biskupem diecezjalnym diecezji tarnowskiej, a 6 stycznia 1998 udzielił mu święceń biskupich w bazylice św. Piotra. Ingres do katedry tarnowskiej odbył się 25 stycznia 1998 roku. 29 października 2011 papież Benedykt XVI mianował go arcybiskupem metropolitą katowickim, gdzie zastąpił arcybiskupa Damiana Zimonia. Ingres do archikatedry w Katowicach odbył się 26 listopada.

14-letnia posługa na rzecz Kościoła Tarnowskiego zaowocowała wymiernymi efektami, spośród których warto wymienić choćby rozwój diecezjalnego radia RDN Małopolska czy też powstanie Centrum Edukacji Młodzieży KANA. Ksiądz biskup był partnerem samorządu w wielu sprawach i akcjach społecznych m.in. zachęcał księży do pomocy w rozdawaniu odbłasków niezbędnych do zwiększenia bezpieczeństwa pieszych na drodze, wspierał budowę Domu dla Bezdomnych Mężczyzn (więcej na str. 5), był także organizatorem spotkań z samorządem, podczas których omawiano możliwości współpracy dla dobra tarnowian.

Ewelina Pietrowiak

Artystyczna dusza

Nową dyrektorką artystyczną Tarnowskiego Teatru im. Ludwika Solskiego zostanie Ewelina Pietrowiak. Zwiąże się z Tarnowem na najbliższe trzy lata.

Jest absolwentką Wydziału Reżyserii warszawskiej Akademii Teatralnej im. A. Zelwrowicza (2006), Wydziału Architektury Politechniki Poznańskiej (2001) oraz Państwowej Szkoły Muzycznej I st., studentką Podyplomowych Studiów Wokalnych na Uniwersytecie Muzycznym im. F. Chopina w Warszawie.

Zadebiutowała „Pokojówkami” Jean’a Geneta w warszawskim Teatrze Ateneum. Reżyserowała między innymi w zielonogórskim Teatrze im. L. Kruczkowskiego, w warszawskim Laboratorium Dramatu i w Teatrze Syrena. Do swoich spektakli projektuje scenografię. Za scenografię przedstawienia Teatru Wierszalin w Supraślu pt. „Wierszalin. Reportaż o końcu świata” otrzymała nagrodę dla najlepszego scenografa XIV Międzynarodowych Toruńskich Spotkań Teatrów Lalek. Jest laureatką nagrody im. Z. Krawczykowskiego przyznanej przez Rektora Akademii Teatralnej w Warszawie za dobrze rokujący początek pracy zawodowej. W 2011 roku otrzymała nagrodę indywidualną za reżyserię spektaklu „Kasta la vista” podczas XV Ogólnopolskiego Festiwalu Komedii Talia w Tarnowie.

W teatrze operowym zadebiutowała w sezonie 2007/2008 realizacją *Jutra* Tadeusza Bairda w Operze Wrocławskiej. W 2010 r. za swoje realizacje operowe została nominowana do Paszportu „Polityki” w kategorii Muzyka Poważna.

Andrzej Skrzyński – polityk, tarnowski poseł na Sejm II i IV kadencji

Odszedł były poseł i samorządowiec

Urodził się 17 listopada 1945 w miejscowości Jankowa. Zmarł 13 listopada br. w Krakowie. W 1965 roku ukończył Technikum Rolnicze w Breniu. Działał w Związku Młodzieży Wiejskiej, a od lat 70. w organizacjach lewicowych.

Sprawował mandat posła na Sejm II i IV kadencji z okręgu tarnowskiego, gdzie został wybrany z listy Sojuszu Lewicy Demokratycznej. W IV kadencji pracował w Komisji Regulaminowej i Spraw Poselskich. W 2005 nie ubiegał się o reelekcję. Był radnym sejmiku małopolskiego w latach 1998–2001. W 1998 został odznaczony przez prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski.

Został pochowany w Krakowie, gdzie od kilku lat mieszkał.

Andrzeja Skrzyńskiego wspomina były minister spraw wewnętrznych i administracji Krzysztof Janik:

Andrzej był człowiekiem uczciwym, rzetelnym i tak po chłopsku upartym. Jak budowaliśmy drugą jednostkę PSP w Tarnowie potrafił przyjąć na robocze, wewnętrzne spotkanie zespołu finansowego resortu, którym kierowałem (jako poseł miał takie prawo) i zasadniczo („co mi Pan tu pieprzy” – mówił do dyrektora finansowego Ministerstwa) upominać się o środki na kontynuowanie tej budowy. Panie Ministrze – mówił do mnie ówże dyrektor – pieniądze na Tarnów będą, tylko niech ten upierdliwy poseł już nie przychodzi.

W latach 2001–2005 był też mistrzem budowania regionalnych porozumień budżetowych. Polegało to na tym, że posłowie Małopolski głosowali wraz z Podlasiem, Lubelszczyzną i Podkarpaciem za budową drogi nr 30, a potem te cztery regiony na zasadzie wzajemności plus Świętokrzyskie wspierały remont i rozbudowę drogi nr 73. Ja byłem w najgorszej sytuacji, bo jako członek rządu nie mogłem tak jawnie wspierać interesów jednego regionu, choćby mi najbliższego. Andrzej brał mnie zawsze w obronę i potrafił się postawić nawet Millerowi.

Był podporządkowany Sejmowej Komisji Rolnictwa, takim niemedialnym posłem, ale który wie o czym się mówi na posiedzeniu i rozumie sens podejmowanych decyzji. Liczyli się z Nim kolejni Ministrowie Rolnictwa, a Wojciech Olejniczak wspominając Go opowiadał, że Andrzej potrafił godzinami przesiadywać w jego gabinecie, dopóki nie przekonał go do jakiegoś rozwiązania. Ale był przy tym bardzo lojalny. Nawet jeśli Jego zdanie przegrało, to bardzo zasadniczo broń raz podjętej decyzji i umiał nie tylko ministrowi, ale i wyborcom powiedzieć nie. Nie ma dziś takich polityków.



Miasto nie zwalnia tempa w inwestowaniu

Kontynuacja inwestycji już rozpoczętych oraz zadań finansowanych ze środków Unii Europejskiej. Dalsza modernizacja układu komunikacyjnego w powiązaniu z inwestycjami PKP oraz budową autostrady, jak również poprawa dostępności drogowej w rejonie Strefy Aktywności Gospodarczej. Tak najkrócej opisać można najważniejsze założenia przyszłorocznego budżetu Tarnowa. Teraz nad dokumentem będą pracować radni. Głosowanie zaplanowano na stycznia 2012 roku.

Najważniejsze inwestycje to przede wszystkim budowa ronda na skrzyżowaniu ulic Jana Pawła II i Błonie, rewaloryzacja budynku Bractwa Strzeleckiego na potrzeby BWA, rewitalizacja wybranych obszarów miasta, rozbudowa Strefy Aktywności Gospodarczej, termomodernizacja kolejnych szesnastu obiektów użyteczności publicznej oraz dalsza informatyzacja (wdrażanie karty miejskiej, rozbudowa systemu Edu-net oraz budowa zintegrowanego systemu informacji przestrzennej). *To trwały majątek, który pozostanie dla pokoleń* – mówi **Sławomir Kolasiński**, skarbnik miasta.

Jednym z najważniejszych źródeł dochodów własnych samorządu jest podatek od nieruchomości; plan na 2012 rok przewiduje wpływy z tego tytułu na ponad 60 mln zł. Dochody z PIT-u przewidziano na 94 mln zł, a z CIT-u na ponad 8 mln. Warto

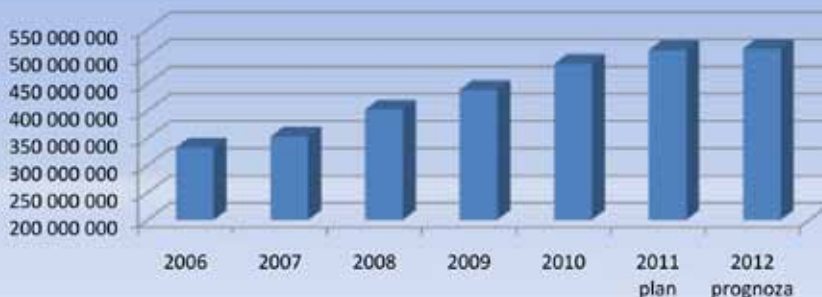
Przyszłoroczny budżet przewidyje **513 mln zł dochodów i 571 mln zł wydatków**. Plan budżetu na 2011 rok zakładał 55-proc. zadłużenie miasta. Do końca roku miejskie długi powinny być jednak niższe i sięgnąć 50 procent.

podkreślić, że podatki w Tarnowie są dalekie od maksymalnej ustawowej granicy i niższe od obowiązujących w podobnych miastach. Tarnów pod tym względem zaliczany jest do grona miast przychylnych biznesowi.

Najbliższe lata w samorządach nie będą łatwe. Miastom przybywa zadań zleconych przez rząd, a środki na nie są

niewystarczające. Ogromne koszty pochłania oświata i edukacja – to prawie połowa nakładów budżetowych. Subwencja nie wystarcza na pokrycie wszystkich wydatków – każdego roku miasto dokłada do niej dodatkowe 20 milionów złotych. Co ciekawe – wzrasta liczba nauczycielskich rocznych urlopów dla podratowania zdrowia. Obrazowo wygląda to tak, że koszty z tego tytułu wynoszą mniej więcej tyle samo co roczne wydatki na remonty dróg i kształtują się na poziomie 5 mln zł. W tej sytuacji konieczne są działania oszczędnościowe polegające na racjonalizacji bieżących kosztów, maksymalizacji dochodów ze sprzedaży i maksymalnej absorpcji środków zewnętrznych.

Dochody miasta Tarnowa w latach 2006 - 2011 i planowany na rok 2012



Tarnobrzeg uczy bezpiecznej chemii

Coraz więcej międzynarodowych instytucji deklaruje współpracę z tworzoną w Tarnobrzegu Centrum Bezpieczeństwa Chemicznego. Grono podmiotów popierających powstanie takiego ośrodka powiększyło się o międzynarodową organizację policji INTERPOL.

W oficjalnym piśmie Interpol podkreśla, że jest w trakcie tworzenia specjalnej jednostki do zapobiegania atakom terrorystycznym z użyciem broni chemicznej i ładunków wybuchowych. Jej uruchomienie w 2012 roku będzie stanowić doskonałą okazję do współpracy z tarnobrzegim Centrum. Zagadnienia, jakimi będzie zajmować

się Centrum (przeciwdziałanie niewłaściwemu użyciu substancji chemicznych, promocja gotowości do przeciwdziałania niewłaściwemu użyciu substancji chemicznych, zwiększenie bezpieczeństwa w fabrykach chemicznych i transporcie niebezpiecznych substancji) doskonale współgrają z działaniami Interpolu.



W październiku w Tarnobrzegu odbyła się międzynarodowa konferencja dotycząca bezpieczeństwa chemicznego na świecie – Conference on Chemical Safety and Security. W mieście gościli przedstawiciele różnych państw i kontynentów, przede wszystkim przedstawiciele rządów Stanów Zjednoczonych oraz Afryki. Podczas spotkania, w którym udział wzięli także przedsiębiorcy, szefowie instytucji i służb omawiana była koncepcja mającego powstać ośrodka naukowo-szkoleniowego.

Tarnów skorzysta na inwestycjach PKP

Dobiegły końca negocjacje dotyczące tarnowskiego odcinka rozpoczętej niedawno przebudowy linii kolejowej E30 pomiędzy Krakowem i Rzeszowem. Łączna wartość inwestycji na terenie Tarnowa wyniesie ponad 200 milionów złotych, z czego 100 milionów zostanie zainwestowane w poprawę układu drogowego. Umożliwi to w przyszłości duże inwestycje drogowe włącznie z budową tzw. wewnętrznej południowej obwodnicy miasta.

Oprócz remontu torów i peronów na dworcu, na terenie miasta budową i przebudową objętych zostanie 12 skrzyżowań układu drogowego z linią kolejową, z czego

osiem znajdujących się na strategicznych dla miasta drogach. Planowane inwestycje obejmują: budowę wiaduktu drogowego w ciągu ulic Zbylitowskiej, remont wiaduktów kolejowych w ciągu ulicy Tuchowskiej i Lwowskiej, budowę wiaduktów kolejowych w ciągu ulic Dąbrowskiego - al. Tarnowskich i Gumnińskiej oraz przebudowę wiaduktów



Najważniejsze dla układu drogowego miasta będą:

- całkowita przebudowa wiaduktu w ciągu ulicy Warszawskiej (po przebudowie szerokość 11 m, wysokość 4,70 m) pozwoli w przyszłości połączyć ulicę Krakowską z ulicą Mościckiego co będzie miało niebagatelny wpływ na zmniejszenia natężeń w ruchu w obszarze ulic Pułaskiego, Reymonta, Kochanowskiego, Szkotnik, Sikorskiego oraz wpłynie na podniesienie atrakcyjności terenów SAG,
- budowa nowego wiaduktu kolejowego o szerokości 18 m i wysokości 4,7 m w ciągu ulicy Gumnińskiej pozwoli w przyszłości na budowę - w parametrach 2x2 pasy ruchu - drogi łączącej ulicę Tuchowską ze skrzyżowaniem ulic Lwowska - Słoneczna- Orkana,
- budowa wiaduktu kolejowego w ciągu ulic Dąbrowskiego - al. Tarnowskich.

w ciągu ulic Czerwonych Klonów, Warsztatowej i Krakowskiej.

Dodatkowo, w ramach prac budowlano-remontowych zostanie odtworzona nawierzchnia dróg w okolicach modernizowanych obiektów kolejowych. Warto podkreślić, że zaplanowane inwestycje pozwolą także na rozwój sieci drogowej w układzie zapewniającym rozwój stref przemysłowych w okolicach Zakładów Mechanicznych i na terenach wzdłuż

ul. Wyszyńskiego bez obciążania ruchem ciężkim śródmieścia, zmniejszenie natężeń ruchu na ulicach w centrum miasta oraz na udrożnienie układu drogowego na wlocie od południa (droga wojewódzka nr 977).

Zakończenie modernizacji zaplanowano na jesień 2014 roku. Jej wartość na całym odcinku między Krakowem a Rzeszowem to **ponad cztery miliardy złotych** i jak podkreśla inwestor, czyli PKP Polskie Linie Kolejowe, jest to największa prowadzona obecnie kolejowa inwestycja w Polsce. Miasto po kilkunastomiesięcznych negocjacjach uzgodniło końcowe warunki dotyczące budowy nowych oraz przebudowy dotychczas istniejących wiaduktów kolejowych i drogowych.

Udrożnić miasto...

Trwają prace koncepcyjne nad nowym rozwiązaniem organizacji ruchu na skrzyżowaniu Krakowska - Narutowicza - Sikorskiego. Jednym z rozważanych pomysłów jest wprowadzenie w tym miejscu ruchu okrężnego.

Skrzyżowanie ulic Krakowskiej, Narutowicza i Sikorskiego to jedno z najbardziej zatłoczonych skrzyżowań w mieście, zwłaszcza w godzinach szczytu, kiedy to następuje duże spiętrzenie ruchu pojazdów jadących z kierunku wschodniego.

W przyszłości planowana jest zupełna przebudowa skrzyżowania, natomiast w ciągu najbliższych kilku miesięcy najprawdopodobniej zostanie wprowadzony okrężny ruch pojazdów.

Podobne rozwiązanie zostało zastosowane również u zbiegu ulic Słonecznej i Sta-

Nowa organizacja ruchu w centrum miasta to nie jedyne nowe plany TZDM-u. Trwają również prace projektowe nad drugim oraz trzecim etapem rozbudowy Strefy Aktywności Gospodarczej w okolicach Zakładów Mechanicznych. Dzięki tej przyszłej inwestycji powstanie dodatkowe połączenie ulicy Mościckiego i planowanego SAG-u z ulicą Krakowską. Pierwszy etap prac drogowych, czyli połączenie skrzyżowania Mościckiego - Czysa z planowanymi terenami przemysłowymi po południowej stronie ZM już się rozpoczął. Jest to inwestycja w trybie zaprojektuj i wybuduj.

rodąbrowskiej, gdzie rondo tymczasowe funkcjonuje od 2009 roku. Jak podkreślają drogowcy, każde, nawet najmniejsze, rondo jest lepsze od sygnalizacji świetlnej. Zdecydowanie usprawnia ruch i zwiększa bezpieczeństwo użytkowników dróg.



Odnowiony plac Sienkiewicza

Dzięki dobiegającej końca rewitalizacji, południowa strona placu zmieni się nie do poznania. Teren uzyska charakter rekreacyjny oraz stanie się atrakcyjnym ciągiem komunikacyjnym dla dużej liczby pieszych podążających w kierunku pobliskich instytucji.



Projekt rewitalizacji nawiązuje do istniejących otaczających obiektów oraz nowych detali (szkło, metal) przy ul. Mickiewicza. Zakres inwestycji obejmuje m.in. lepszą ekspozycję popiersia **Jana Szczepanika** oraz wykonanie i montaż elementów informacyjnych dotyczących jego osoby i wynalazków. Na placu znajdzie się również dwupoziomowa fontanna o nieregularnym kształcie.

W ramach rewitalizacji placu wykonano również prace inwestycyjne w sąsiadujących budynkach szkoły oraz internatu. Od północnej strony budynków zamontowano izolację przeciwwilgociową i termiczną oraz odprowadzenie wód opadowych.

Pozostały teren zostanie zagospodarowany ciągami komunikacyjnymi (alejki, ścieżki, schody terenowe oraz placzyk od strony ul. Brodzińskiego z amfiladowymi siedziskami i rozrzuconymi kostkami do siedzenia) oraz niską zielenią i elementami małej architektury, a alejki oraz poszczególne elementy zagospodarowania placu będą iluminowane.

Miasto dla bezdomnych

Prace przy budowie Domu dla Bezdomnych Mężczyzn idą pełną parą. Po zakończeniu robót w czterokondygnacyjnym budynku o powierzchni ponad 3000 m² znajdzie się miejsce dla 80 podopiecznych, w tym 11 miejsc na potrzeby noclegowni. Bezdomni, którzy skorzystają z nowego ośrodka, będą mieć do dyspozycji trzy- oraz czteroosobowe pokoje. W kuchni będzie można przygotować obiad aż dla trzystu osób.

Wykonano już ściany przyziemia, parteru i I piętra. Zostały zamontowane kanałowe płyty stropowe nad I piętrem. Trwają również prace zbrojeniowe wieńców belek i schodów. W najbliższym czasie zaplanowano wykonanie betonowania stropu i przystąpienie do murowania ścian II piętra budynku.

Inwestycja pochłonie prawie cztery miliony złotych. Całość kosztów pokrywa Urząd Miasta Tarnowa. Zakończenie planowane jest do 31 maja 2013 roku.

Do zadań własnych gminy należy zapewnienie schronienia osobom bezdomnym. Tarnów realizuje to zadanie także za pośrednictwem organizacji pozarządowych – tarnowskiej Caritas oraz fundacji Kromka Chleba. Rocznie z budżetu miasta na ten cel samorząd przeznacza 120 tysięcy złotych.



Powstaje nowe, duże przedszkole

Przy ulicy Olszynowej trwają prace przy budowie nowego budynku Przedszkola Publicznego nr 8. To kolejna po programie termomodernizacji duża inwestycja w tarnowską oświatę.

Do końca listopada br. wykonano stan surowy zamknięty - zamontowano stolarkę okienną i drzwiową oraz zabezpieczono dach warstwą papy podkładowej. Obecnie trwają prace nad wewnętrzną instalacją elektryczną, a także prowadzone są prace murarskie i tynkarskie we-



wnątrz obiektu. Rozpoczęto także prace przy elewacji budynku oraz te związane z wykonaniem przyłączy instalacji centralnego ogrzewania i centralnej ciepłej wody.

Umowny termin zakończenia robót to 28 lipca 2012 roku. Po zakończeniu inwestycji w obiekcie będzie mieścić się przedszkole ośmiooddziałowe przeznaczone dla 200 dzieci. Obiekt już teraz wygląda imponująco. Jego powierzchnia to dwa tysiące m².

Dla wygody tarnowian

Pierwsze wnioski mieszkańców o wydanie karty miejskiej będzie można składać najprawdopodobniej na przełomie roku. Obecnie trwają prace nad ostatecznym kształtem regulaminu i wzorów umów.

Karta umożliwi jej posiadaczom m.in. zakup, w punktach dystrybucji biletów lub w domu za pomocą specjalnego czytnika, okresowych biletów komunikacji miejskiej.



Ważnym elementem systemu będzie funkcja elektronicznej portmonetki. W wyznaczonej kasie na terenie Urzędu Miasta będzie można wgrać na kartę punkty według przelicznika 1 punkt = 1 zł. Za nabyte w ten sposób punkty będzie można kupować usługi różnych miejskich jednostek (np. bilety okresowe, bilety wstępu na obiekty TOSiR-u).

Wartość zadania „Platforma e-usług” to ponad 3,8 mln zł, z czego dofinansowanie z Małopolskiego Regionalnego Programu Operacyjnego wynosi 2,5 mln zł.



Ponadto równocześnie z wydaniem karty każdemu jej użytkownikowi zostanie założone konto na elektronicznej platformie usług publicznych. Za jej pomocą użytkownicy systemu będą mogli komunikować się z przedsiębiorstwami świadczącymi usługi ogólnomiejskie np. zgłosić problemy drogowe do Zarządu Dróg Miejskich, poinformować odpowiednią firmę o potrzebie odbioru śmieci wielkogabarytowych czy też zgłosić zawiadomienie do Biura Ochrony Środowiska o nielegalnych wysypiskach śmieci. Kolejnym modulem będzie ten pozwalający na zdalną rezerwację usług np. w przypadku badań zdrowotnych

finansowanych przez Urząd Miasta Tarnowa dla posiadaczy kart zostanie przeznaczona osobna pula, w ramach której będzie można wybrać dogodny termin wizyty. Dodatkowo, tam gdzie pozwolą na to przepisy prawne, udostępniona zostanie możliwość rejestracji do lekarzy specjalistów.

Publiczne punkty dostępu do systemu zostaną uruchomione w budynkach UMT przy ulicach Goldhammera 3 i Nowej 3 oraz w placówkach oświatowych. W 2012 roku część z nich zostanie zainstalowana również w galeriach handlowych, na dworcu PKP czy też w budynkach Tarnowskiego Centrum Kultury, Tarnowskiego Centrum Informacji i Zespołu Przychodni Specjalistycznych.

Wysokie miejsca „Szczeklika” i „Łukasza”

Ogłoszono wyniki rankingu „Bezpieczny Szpital”, organizowanego przez dziennik „Rzeczpospolita” oraz Centrum Monitorowania Jakości w Ochronie Zdrowia. W tym roku ocenie poddało się 234 na 800 szpitali w kraju. Oba tarnowskie

szpitale znalazły się po raz kolejny w tzw. „Złotej setce”.

Specjalistyczny Szpital im. E. Szczeklika uplasował się na 16. a Szpital Wojewódzki im. św. Łukasza na 22. pozycji wśród zabiegowych wielospecjalistycznych i onkologicznych szpitali publicznych

w kraju. W Małopolsce, wśród szpitali publicznych i niepublicznych, „Szczeklika” jest na drugim, a „Łukasza” na trzecim miejscu. Wyprzedził je tylko Szpital Specjalistyczny im. Rydygiera w Krakowie. Do tak dobrej pozycji „starego” szpitala (awans z 35 na 16 miejsce) w dużym stopniu przyczyniło się wdrożenie i zdobycie akredytacji medycznej.

Dla mieszkańców Tarnowa wysoka pozycja szpitali w ogólnopolskim rankingu oznacza, że gwarantują one wysoką jakość usług medycznych oraz bezpieczeństwo procesu leczenia.

W rankingu ocenianych jest wiele aspektów działalności placówek – począwszy od zarządzania szpitalem poprzez poziom infrastruktury technicznej i kondycji finansowej. Przede wszystkim zaś ocenie podlega poziom leczenia, jakość opieki, kwalifikacje kadry medycznej, dostęp do diagnostyki czy też polityka lekowa.



Międzynarodowe świętowanie niepodległości

WTarnowie gościli przedstawiciele węgierskiego regionu Veszprem. Powodem spotkania była przypadająca w tym roku dziesiąta rocznica współpracy pomiędzy samorządami, która stała się doskonałą okazją do przedłużenia partnerskiej umowy na kolejne lata.

W rocznicowych obchodach uczestniczyli przedstawiciele także innych zagra-

nicznych partnerów. Do miasta pod Górą św. Marcina przyjechali także goście z węgierskiego Kiskoros oraz z Tarnopola i Białej Cerkwi na Ukrainie.

Delegacje



Wspólna historia Tarnowa i innych węgierskich samorządów jest bardzo długa i bogata. Intensyfikacja wzajemnych kontaktów polsko-węgierskich wiąże się głównie z postacią tarnowianina generała Józefa Bema oraz honorowego obywatela Tarnowa Norberta Lippoczego.

Ważnym i wyjątkowym wydarzeniem dla Tarnowa była plenerowa ekspozycja repliki Panoramy Siedmiogrodzkiej w skali 1:2.5, w węgierskim mieście Varpalota w 2010 roku. Uroczyste odsłonięcie panoramy z udziałem tarnowian odbyło się 15 marca 2010 r. podczas Narodowego Święta Węgier. Partnerem przedsięwzięcia było Tarnowskie Towarzystwo Przyjaciół Węgier.

wzięły udział m.in. w charytatywnym raucie niepodległościowym i uroczystościach 11 listopada. Systematyczne współdziałanie z partnerami z Węgier najbardziej widoczne jest w dziedzinie

kultury i edukacji. Dzięki porozumieniu możliwa jest wymiana zespołów artystycznych podczas festiwalowych przedsięwzięć oraz współpraca podczas historycznych wydarzeń. W latach ubiegłych akcenty węgierskie pojawiały się na wielu popularnych imprezach organizowanych w Tarnowie m.in. „Zdaerzeniach”, „Święcie Gulaszu” czy „Nocy Muzeów”.

V Charytatywny Raut za nami

Jak co roku w wigilię Święta Niepodległości w Sali Lustrzanej odbył się Raut Prezydencki. W tym roku cały dochód został przeznaczony na rzecz powstającego w Tarnowie hospicjum dla terminalnie chorych „Via Spei”.

W Raucie już tradycyjnie uczestniczyli przedstawiciele środowisk kombatanckich, naukowych, kulturalnych, biznesowych, sportowych i samorządowych, które zadeklarowały chęć charytatywnego wsparcia potrzebujących. Zebrano w sumie 25 tysięcy złotych - ze zbiórki pieniężnej uzyskano 20 tysięcy zł, pozostałe środki to dochód

Ideę utworzenia w Tarnowie hospicjum dla terminalnie chorych można także wesprzeć wpłacając środki bezpośrednio na konto fundacji „Kromka Chleba” wpisując w tytule przelewu: „Hospicjum Via Spei w Tarnowie – Raut”. Fundacja „Kromka Chleba”, Tarnów nr konta **53105015621000002273236113**.

z przeprowadzonej licytacji prac plastycznych. Gościem specjalnym Rautu był kończący posługę w diecezji tarnowskiej abp.

Wiktor Skworc.

Hospicjum Via Spei, jak informuje Fundacja „Kromka Chleba”, otaczać będzie opieką osoby żyjące z chorobą w stanie terminalnym po zakończeniu onkologicznego leczenia przyczynowego. Pacjentami będą osoby skierowane do tej formy opieki przez lekarza

specjalistę lub lekarza onkologicznego oddziału szpitalnego.

Podczas Rautu wręczono także statuetkę „Orły Niepodległości” oraz medale za długoletnią służbę przyznane przez prezydenta **Bronisława Komorowskiego**. Statuetka została wręczona **Barbarze i Bronisławowi Wiatrom** ze Stowarzyszenia Rodzin Legionistów Józefa Piłsudskiego. Złote Medale za długoletnią służbę otrzymali: **Łucja Lazarowicz, Ewa Wrona, Danuta Żurowska, Robert Rogala, Stanisław Świerczek, Marek Witek** oraz **Andrzej Zajac**. Srebrne medale wręczono **Beacie Baran, Beacie Broniek-Kęsce, Annie Romaniszyn-Kos, Małgorzacie Słomce-Narożańskiej, Bogdanowi Bednarzowi, Janowi Hućce i Wiesławowi Izworskiemu**.

W poprzednich latach „Orły Niepodległości” otrzymali **Polskie Towarzystwo Przyjaciół Lwowa i Kresów Południowo Wschodnich** oddział w Tarnowie (2008 r.), **Zbigniew Banaś** ze **Związku Żołnierzy AK** koło w Tarnowie (2009 r.) oraz **Stowarzyszenie Rodzin Katyńskich** (2010 r.).



Reguły gry na 2012 rok

Radni miejscy przyjęli uchwałę w sprawie stawek podatkowych. Wzrost wynosi około 4 % w stosunku do obowiązujących w 2011 r. i jest mniejszy niż wzrost stawek maksymalnych ogłoszonych przez ministra finansów.

Podniesienie stawek o proponowaną wartość to konsekwencja prowadzonej polityki mającej na celu stały, stopniowy wzrost stawek podatkowych o wartość zbliżoną do poziomu inflacji, ale równocześnie zapewniającą zwiększenie wpływów do



budżetu miasta na poziomie umożliwiającym realizację zaplanowanych inwestycji.

Konsultacje stawek podatkowych przeprowadzone w latach ubiegłych z tarnowskimi przedsiębiorcami dają podstawy do założeń, iż prowadzona polityka finansowa spotkała się z ich zrozumieniem i została zaakceptowana. Przyjęty poziom wzrostu stawek podatkowych dla przedsiębiorców nie wpłynie również na zmniejszenie konkurencyjności miasta pod tym względem. Stawki te nadal będą kształtować się na poziomie niższym lub też, w niektórych przypadkach, znacznie niższym niż w porównywalnych wielkościowo miastach.

Stawki roczne podatku od nieruchomości na terenie Tarnowa zostały określone w wysokości:

1) od gruntów:

- a) związanych z prowadzeniem działalności gospodarczej, bez względu na sposób zakwalifikowania w ewidencji gruntów i budynków:
- 0,70 zł od 1m² powierzchni,
- b) pod jeziorami, zajętych na zbiorniki wodne retencyjne lub elektrowni wodnych:
- 3,40 zł od 1 ha powierzchni,
- c) pozostałych, w tym zajętych na prowadzenie odpłatnej statutowej działalności pożytku publicznego przez organizacje pożytku publicznego:

- 0,10 zł od 1m² powierzchni,

2) od budynków lub ich części:

- a) mieszkalnych:
- 0,38 zł od 1m² powierzchni użytkowej,
- b) związanych z prowadzeniem działalności gospodarczej oraz od budynków mieszkalnych lub ich części zajętych na prowadzenie działalności gospodarczej:
- 19,60 zł od 1m² powierzchni użytkowej,
- c) zajętych na prowadzenie działalności gospodarczej w zakresie obrotu kwalifikowanym materiałem siewnym:
- 8,40 zł od 1m² powierzchni użytkowej,

d) związanych z udzielaniem świadczeń zdrowotnych w rozumieniu przepisów o działalności leczniczej, zajętych przez podmioty udzielające tych świadczeń:
- 4,21 zł od 1m² powierzchni użytkowej,

e) pozostałych, w tym zajętych na prowadzenie odpłatnej statutowej działalności pożytku publicznego przez organizacje pożytku publicznego:
- 3,70 zł od 1m² powierzchni użytkowej,

3) od budowli – 2% ich wartości określonej na podstawie art. 4 ust. 1 pkt 3 i ust. 3-7 ustawy z dnia 12 stycznia 1991 r. o podatkach i opłatach lokalnych (Dz. U. z 2010 r. Nr 95, poz. 613 z późn. zm.).

Punkt Kontaktowy Programu Europa dla Obywateli oraz Urząd Miasta Tarnowa

serdecznie zapraszają do udziału w bezpłatnym szkoleniu na temat Programu „Europa dla Obywateli”, które odbędzie się 14 grudnia 2011 r. w godzinach 10.00–16.00 w siedzibie Urzędu Miasta Tarnowa (ul. Mickiewicza 2, sala 116).

Szkolenie poświęcone będzie możliwościom pozyskiwania dotacji w ramach programu.

Do uczestnictwa w szkoleniu zapraszamy wszystkich potencjalnych beneficjentów, a przede wszystkim: przedstawicieli władz lokalnych, regionalnych; pracowników urzędów miast; przedstawicieli organizacji pozarządowych; przedstawicieli stowarzyszeń lub federacji organów lokalnych.

Młodzież izraelska w Tarnowie

Wmieście gościli uczniowie oraz nauczyciele z Galili High School z Kfar Sava. Spotkanie było możliwe dzięki uczestnictwu tarnowskiej młodzieży w realizacji projektu edukacyjnego „Zachować pamięć. Historia i kultura dwóch narodów”.

Spotkanie było częścią obchodów 100-lecia istnienia Zespołu Szkół Ekonomiczno-Gastronomicznych im. Józefa Piłsudskiego oraz realizowanego od 2007 roku przez tarnowskie szkoły projektu „Bliżej Siebie”, którego celem jest koordynacja i organizacja spotkań młodzieży polskiej i izraelskiej w polskich szkołach.

W trakcie pobytu goście mieli okazję zobaczyć m.in. wystawę „Polacy ratujący Żydów w czasie Zagłady. Pomoc Polaków dla ludności żydowskiej...” czy też wziąć udział w warsztatach historyczno-literackich „Losy spotykają się na placu”, podczas

których podjęto próbę wspólnego uczenia się i dialogu w sprawach bolesnych kwestii dotyczących stosunków polsko-żydowskich w czasie Zagłady. Młodzi Izraelczycy zwiedzili także cmentarz żydowski, tarnowskie stare miasto oraz oddali hołd Żydom i Polakom pomordowanym przez Niemców w Lesie Buczyzna w Zbylitowskiej Górze.

Koordinatorem projektu jest Ośrodek Rozwoju Edukacji, natomiast w naszym regionie MCDN ODN w Tarnowie. Projektowi towarzyszą również warsztaty edukatorskie organizowane dla nauczycieli polskich przez The International School for Holocaust Studies przy Instytucie Yad Vashem w Jerozolimie. W projekcie uczestniczą czynnie trzy tarnowskie placówki oświatowe: **I LO, II LO oraz ZSE-G.**

Tarnów międzynarodowy

Tarnowska delegacja gościła w Białej Cerkwi na Ukrainie w ramach współpracy miast partnerskich. Nie była to pierwsza wizyta tarnowskich samorządowców w tym mieście, natomiast pierwsza, której przewodził prezydent Ryszard Ściagała. W delegacji uczestniczyli również przedstawiciele Związku Polskich Artystów Plastyków realizujący międzynarodowy program „Tygiel Kultury”.

Program pobytu na Ukrainie wypełniły spotkania m.in. z tamtejszymi radnymi, grupami tzw. liderów opinii, środowiskami osób niepełnosprawnych oraz biznesu. Delegacja była również gościem spektaklu poświęconego tematowi przyjaźni polsko – ukraińskiej.

Efekty dobrej współpracy widać było podczas zakończonego niedawno Ogólnopolskiego Festiwalu Komедii Talia oraz czwartej edycji Azoty Tarnów Jazz Contest.

Dodatkową atrakcją Talii był występ teatru z partnerskiego miasta Białej Cerkwi, który był zarazem pierwszym spektaklem zagranicznego teatru na Talii. Z kolei na festiwalu jazzowym wystąpił pochodzący z tego samego miasta zespół Jazz.

O dobrej współpracy świadczy rewizyta przedstawicieli Białej Cerkwi, którzy gościli w Tarnowie z okazji dziesiątej rocznicy współ-

Tarnów współpracuje z dwięcioma europejskimi miastami oraz z jednym regionem. Podpisano łącznie 8 umów partnerskich oraz 2 listy intencyjne w zakresie współpracy.

Miasto Kraj Data (rok) podpisania umowy/porozumienia o współpracy:

Schoten Belgia 1991 (porozumienie)
Kiskoros Węgry 1992 (porozumienie)
Kotłas Rosja 1995 (umowa)
Trenczyn Słowacja 1997 (porozumienie)
Veszprem (województwo) Węgry 2001 (porozumienie)
Blackburn Wielka Brytania 2001 (porozumienie)
Tarnopol Ukraina 2004 (porozumienie)
Biała Cerkiew Ukraina 2007 (porozumienie)
Winnica Ukraina 2006 (list intencyjny)
Casalmaggiore Włochy 2006 (list intencyjny)

pracy z węgierskim regionem Veszprem. Wzięli oni również udział w charytatywnym raucie niepodległościowym i uroczystościach 11 listopada.



Pełnoletnia Siemacha

Rok 2011 to rok podwójnego jubileuszu Stowarzyszenia SIEMACHA. W październiku to krakowskie Stowarzyszenie świętowało osiemnaste urodziny. Założone w 1993 roku stało się od tego czasu jedną z największych organizacji społecznych w Polsce. Z kolei w Tarnowie uroczyste obchodzono pierwszą rocznicę powstania tarnowskiej placówki, otwartej rok temu w listopadzie w obecności Prezesa Rady Ministrów Donalda Tuska. To pierwszy na świecie ośrodek dla dzieci i młodzieży wybudowany tuż obok galerii handlowej.

Tarnowska SIEMACHA prowadzi nowoczesną placówkę dla dzieci i młodzieży czyli „Młodzieżowy Ośrodek Rozwoju Społecznego”. Wyjątkowość tego miejsca polega nie tylko na jego bogatej ofercie edukacyjnej, sportowej i terapeutycznej, lecz także na specyficznej lokalizacji.

To pierwsza placówka, która powstała w ramach ogólnopolskiego projektu „SIEMACHA w galeriach”. Celem tego przedsięwzięcia, które budzi duże zainteresowanie władz samorządowych oraz prywatnych przedsiębiorców, jest stworzenie ogólnopolskiej sieci nowoczesnych placówek dla młodych osób w galeriach handlowych. Co więcej, celem projektu jest także przekształcenie funkcji współczesnych centrów handlowych, które oprócz działalności ściśle komercyjnej powinny spełniać funkcje społeczne.

Młodzieżowy Ośrodek Rozwoju Społecznego w Tarnowie jest także inicjatorem i organizatorem wielu wydarzeń otwartych,



takich jak rodzinne imprezy promocyjne, koncerty, występy oraz przedstawienia teatralne, w których każdorazowo biorą udział wychowankowie, rodzice, zaproszeni goście, a także niezwiązani ze Stowarzyszeniem mieszkańcy Tarnowa.

Rok działalności SIEMACHY w Tarnowie

- placówka jest czynna w dni robocze przez **7 godzin dziennie**,
- pod stałą opieką znajduje się **150** wychowanków,
- codziennie wydawanych jest **200** ciepłych posiłków,

- zorganizowano wycieczki i wyjazdy integracyjno-warsztatowe dla **450 osób**. Blisko **300 wychowanków** uczestniczyło w turnusach wypoczynkowych,
- z oferty SIEMACHY skorzystało prawie **1000 mieszkańców Tarnowa i okolic**.



Świąteczny Tarnów

Już po raz jedenasty, w tym roku będzie to 5 grudnia, na tarnowskim Rynku pojawi się duża choinka oraz kilka mniejszych, które zostaną udekorowane przez tarnowskich przedszkolaków specjalnie na tę okazję przygotowanymi ozdobami.

Ubieranie choinek rozpocznie się o godz. 11.00, a na spotkaniu pojawi się również św. Mikołaj w asyście anioła, diabła i prezydenta miasta.

Do siedemnastego grudnia natomiast zostaną ozdobione ulice i place Tarnowa. Pojawi się ok. 25 świetlnych kurtyn (m.in. na placu Kościuszki i Drzewnym, na skwerze Kokocińskiego, na Rynku oraz na ulicy Wałowej). Zostanie ozdobiony ponadto górny odcinek ulicy Lwowskiej, a na ulicy Wałowej dodatkowo zostanie zainstalowanych 45 diodowych gwiazdek oraz sześć przewieszek.

Bożonarodzeniowe e-kartki

Jedną z najpiękniejszych tradycji związanych ze Świętami Bożego Narodzenia jest wysyłanie najbliższym kartek z życzeniami. Dzisiaj, w dobie rozwiniętej komunikacji elektronicznej, tradycyjne pocztówki można bez problemu zastąpić kartkami elektronicznymi. Do takiej właśnie formy składania sobie życzeń namawia tarnowski magistrat. Zaoszczędzone w ten sposób pieniądze przekazywane są potrzebującym.



Akcja odbywa się dwa razy do roku: w Święta Wielkiej Nocy i właśnie w Święta Bożego Narodzenia. Dzięki zastąpieniu papierowych kartek e-kartkami rok temu zaoszczędzono około pięciu tysięcy złotych, które zostały przeznaczone na pomoc najbardziej potrzebującym. Otrzymali oni w sumie 50 paczek żywnościowych, każda o wartości 100 zł.

Akcja wysyłania życzeń drogą elektroniczną z roku na rok zatacza coraz szersze kręgi. Włączają się w nią nie tylko miejskie instytucje, ale również szkoły oraz prywatne firmy. Wzory kartek jak zawsze będzie można pobrać z miejskiej strony internetowej tarnow.pl.

Tym, którzy odeszli...

W dniach 1-2 listopada Komitet Opieki nad Starym Cmentarzem zorganizował kwestę na rzecz ratowania zabytkowych nagrobków na tej najstarszej tar-

nowskiej nekropolii. Była to już 18. edycja zbiórki. Udział w niej wzięli zarówno członkowie Komitetu jak i znane osobistości.

W tym roku podczas akcji zebraliśmy 20 tys. złotych, które zostaną przeznaczone na remont kolejnych, najprawdopodobniej trzech, nagrobków - mówi **Antoni Sypek**, przewodniczący Komitetu Opieki nad Starym Cmentarzem. W zbiórce udział wzięli nauczyciele, prawnicy, dziennikarze, lekarze, urzędnicy, kupcy, rzemieślnicy, ludzie wolnych zawodów oraz wolontariusze, w tym politycy, osoby publiczne i sportowcy.

Łącznie, we wszystkich poprzednich kwestach, zebrano ponad 140 tysięcy złotych, za które udało się uratować w sumie 37 nagrobków.

Komitet Opieki nad Starym Cmentarzem powstał na początku lat 80. XX wieku. W 1993 r. zorganizował pierwszą kwestę na rzecz odnowy cmentarnych zabytków. Obecnie organizacja liczy 27 członków płacących składki. Zarząd od samego początku pracuje społecznie. Od 2007 r. komitet posiada stronę internetową www.starycmentarz.pl.



Prace termomodernizacyjne zakończone

Trwa zakrojony na szeroką skalę program termomodernizacji obiektów użyteczności publicznej. W październiku i listopadzie zakończono prace modernizacyjne w 20 budynkach kończąc tym samym wszystkie prace zaplanowane na rok bieżący.

W pełni do użytku oddane zostały obiekty SP nr 2, SP nr 10, SP nr 11, III, V i VII LO, Zespołu Szkół Ogólnokształcących nr 1 a także Zespołu Szkół Technicznych wraz

z przyszłym roku ruszą prace w kolejnych obiektach. Wyremontowane zostaną m.in. Szkoły Podstawowe nr 3, 5, 9, 15 i 19, Zespół Szkół Techniczno-Zawodowych wraz z salą gimnastyczną, Zespół Szkół Ogólnokształcących nr 4, Zespół Szkół Mechaniczno-Elektrycznych, Przedszkola nr 12, 13, 21, 31, 32 i 34 oraz Domy Pomocy Społecznej przy ulicach Czarna Droga i Szpitalna. Zakończenie wszystkich zaplanowanych remontów przewidziano na koniec 2013 roku.

Wszystkie prace w budynkach szkolnych zostały wykonane w ramach programu obejmującego remont w sumie 23

opiekuńczo-wychowawczej odbywa się z kolei w ramach dwóch zadań dofinansowanych z Małopolskiego Regionalnego



z budynkiem pracowni. Prace zakończyły się ponadto w żłobkach nr 1, 3, 6, 7 i 10, w przedszkolach nr 6, 24, 26, 33 i 35 oraz w Wielofunkcyjnej Placówce Opiekuńczo-Wychowawczej „Przyjazny Dom”.

szkół publicznych funkcjonujących na terenie miasta. Koszt całkowity zaplanowanych inwestycji to ponad 30 mln zł, część została dofinansowana z Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej. Modernizacja żłobków, przedszkoli oraz placówki



PROGRAM REGIONALNY
NARODOWA STRATEGIA SPÓŁNOŚCI



Małopolska

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI FUNDUSZ
ROZWOJU REGIONALNEGO



Programu Operacyjnego Działanie 7.2 Poprawa jakości powietrza i zwiększenie wykorzystanie odnawialnych źródeł energii. Ich łączna wartość to ponad 18 milionów złotych.

Szkolna Szansa szansą dla wielu

1693 uczniów tarnowskich gimnazjów skorzystało z porad doradców zawodowych oraz zajęć i warsztatów w ramach zadania „Szkolny Ośrodek Kariery Szansa na Sukces”. Celem projektu było wyrównywanie szans młodzieży na rynku pracy poprzez wsparcie umie-

jętności samodzielnego zarządzania ścieżką zawodową, a jednym z głównych założeń wzmocnienie roli edukacyjno – doradczej szkoły.

Projekt cieszył się dużym zainteresowaniem wśród uczniów, wychowawców, pedagogów i rodziców. Było to widoczne

w planowaniu kariery zawodowej zostały docenione również po zakończeniu udziału w projekcie, kiedy to beneficjenci wracali, aby powiedzieć o swoich sukcesach.

Działalność Szkolnego Ośrodka Kariery w ZSME została również zauważona przez lokalne instytucje. Projekt został opisany w „Podręczniku dobrych praktyk – Program Operacyjny Kapitał Ludzki”, wydanym przez Urząd Marszałkowski Województwa Małopolskiego (2010 r.). Celem publikacji było pokazanie ciekawych pomysłów na wykorzystanie pomocy unijnej z pożytkiem dla rozwoju lokalnego.



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓŁNOŚCI

Projekt realizowany był w ramach Priorytetu IX. Rozwój wykształcenia i kompetencji w regionach, Działanie 9.1. „Wyrównywanie szans edukacyjnych i zapewnienie wysokiej jakości usług edukacyjnych świadczonych w systemie oświaty”, Poddziałanie 9.1.2. „Wyrównywanie szans edukacyjnych uczniów z grup o utrudnionym dostępie do edukacji oraz zmniejszanie różnic w jakości usług edukacyjnych”.

Realizacja działań obejmowała okres od 1 grudnia 2008 do 30 czerwca 2011 r. Beneficjentem była Gmina Miasta Tarnowa – Urząd Miasta Tarnowa, wykonawcą był Zespół Szkół Mechaniczno – Elektrycznych.

Stres i jego konsekwencje – skorzystaj z pomocy

Stres jest pojęciem bardzo szerokim i różnorodnie definiowanym. Powszechnie uważany jest za zjawisko niepożądane, szkodliwe, negatywnie wpływające na nasze funkcjonowanie. Należy jednak pamiętać, że określony jego poziom jest niezbędny do prawidłowego funkcjonowania organizmu.

Definiuje się go najczęściej (istnieje bowiem wiele określeń opracowanych przez naukowców) jako „dynamiczną relację adaptacyjną między możliwościami danego człowieka a wymogami sytuacji, w której zachwiana zostaje równowaga”. Rozumiany jest również jako reakcja organizmu na nowe bodźce, sytuacje życiowe, przeszkody, niebezpieczeństwa, zagrożenia. Stresorem, czyli przyczyną stresu może być wszystko poczynając od śmierci osoby bliskiej, poprzez zmianę pracy, do nadmiernie hałasującego sąsiada czy nawet zbliżających się Świąt Bożego Narodzenia. Na sytuacje stresogenne jesteśmy i byliśmy narażeni nawet wielokrotnie w ciągu jednego dnia. Nie znaczy to jednak, że każdy z nas zachoruje lub doświadczy negatywnych konsekwencji tego zjawiska wymienionych w dalszej części artykułu.

Stres może, a nawet bardzo często ma następstwa pozytywne i wówczas nazywamy go eustresem. Mamy z nim do czynienia kiedy mobilizuje do działania, aktywizuje, zwiększa energię, pomaga pokonać przeszkodę. To właśnie dzięki niemu potrafimy szybko zareagować podczas nagłej i niespodziewanej sytuacji, która spotka nas podczas jazdy samochodem czy poprawia naszą koncentrację uwagi, zwiększa wydajność pracy mózgu oraz mobilizację do nauki przed ważnym egzaminem. Staje się on zjawiskiem niebezpiecznym, gdy jest zbyt silny tzn. przekraczający możliwości poradzenia sobie z nim lub jest zbyt długotrwały.

Stres, który wywiera niekorzystny

wpływ na organizm i funkcjonowanie człowieka nazywamy dystresem. W dzisiejszych czasach na stresory reagujemy tak samo, jak nasi przodkowie, jedynie zmienił się ich charakter z ataku niedźwiedzia na korki uliczne i zeznania podatkowe – jest to stara ewolucyjnie reakcja „walcz lub uciekaj”. Wówczas charakterystycznymi objawami fizycznymi są m. in.: podwyższone ciśnienie krwi, przyspieszenie akcji serca, rozszerzone źrenice, napięty kark i ramiona, szybkie i płytkie oddychanie, skurcze żołądka, mdłości, pocenie się, suchość w gardle, zaciśnięte gardło, wilgotne, zimne dłonie, uginające się kolana. W przypadku długotrwałego bądź silnego stresora mogą również wystąpić m. in.: apatia, tłumienie uczuć zamykanie się w sobie, lęk, napięcie emocjonalne, smutek, nadmierne szukania odosobnienia, koszmary sennie, wczesne wybudzanie, poczucie niezadowolenia, poirytowanie, drażliwość, słaba koncentracja uwagi, nadmierna skłonność do płaczu, negatywne myślenie, zapominanie, rozczarowanie życiem i sobą, objadanie się, palenie papierosów czy nadużywanie alkoholu. Przedłużający się dystres może również prowadzić do zaburzeń psychosomatycznych. Termin ten odnosi się do objawów fizycznych pochodzenia psychicznego. Nie oznacza to, że zaburzenia te istnieją tylko w „głowie” ponieważ obejmują również rzeczywiste uszkodzenia tkanek np. niektóre choroby układu trawiennego. Są to zaburzenia spowodowane albo nasilone

Skorzystaj z kampanii edukacyjnej „Promocja zdrowia psychicznego i przeciwdziałanie zaburzeniom psychicznym”, finansowanej przez Gminę Miasta Tarnowa – Urząd Miasta Tarnowa.

W ramach programu proponujemy:

- broszury, zawierające przystępne informacje na temat najczęściej spotykanych zaburzeń psychicznych i możliwości ich leczenia
- audycje radiowe dotyczące tematyki zdrowia psychicznego, chorób psychicznych i uzależnień – emitowane na antenie radia RDN Małopolska
- artykuły w lokalnej prasie i internecie – Dziennik Polski, Tarnów.pl
- możliwość skorzystania z indywidualnej konsultacji z psychiatrą lub psychologiem – w Poradni Zdrowia Psychicznego, ul. Mostowa 6, po wcześniejszym ustaleniu terminu – tel. (14) 6324281 w ramach akcji „Dzień dla zdrowia psychicznego” – ilość miejsc ograniczona

przez stres. W wyniku traumatycznego przeżycia np. wypadku samochodowego, w którym narażone było nasze życie może również dojść do rozwinięcia się specyficznej odmiany zaburzenia lękowego PTSD (Zespół Stresu Pourazowego), dla którego najbardziej charakterystyczne jest ciągle przypominanie i rozpamiętywanie wspomnień związanych z przeżytą traumą i jej aspektów, np. w powracających wspomnieniach lub sennych koszmarach.

Jeżeli zaobserwujemy u siebie kilka z powyżej wymienionych objawów warto wówczas skorzystać z pomocy specjalisty – psychologa lub lekarza, który zaproponuje sposoby postępowania. Na koniec warto jednak zaznaczyć, iż z większością sytuacji stresowych jesteśmy sobie w stanie poradzić samodzielnie wykorzystując nasze zasoby czyli wszystkie te rzeczy, którymi dysponujemy i które umożliwiają nam pokonanie przeszkody. Są nimi oprócz środków materialnych i wiedzy – również siły wewnętrzne jak na przykład wysoka samoocena, racjonalność i optymizm.

mgr Katarzyna Nowicka-Mleczko



Jesienna depresja – daj sobie pomóc

Jesień to bez wątpienia najsmutniejsza pora roku - obfitująca w deszcz, zmienną pogodę i coraz wcześniej zapadający zmrok. Nic dziwnego, że właśnie jesienią u wielu osób pojawia się depresja, nazywana chorobą cywilizacyjną XXI wieku.

Najważniejszym objawem depresji jest smutek. W odróżnieniu od „zwykłego” smutku, smutek w depresji utrzymuje się stale, codziennie, od rana do wieczora. Smutku tego nie da się zwalczyć typowymi, „domowymi” sposobami - nie pomaga rozmowa z najbliższymi, spotkanie ze znajomymi, nie cieszą zakupy w supermarkecie czy wyjście do kina.

Depresja powoduje uczucie ciągłego zmęczenia, permanentny brak energii, chęci i motywacji do działania. Chory na depresję z trudem zmusza się do co-

dziennych zajęć, często nie jest w stanie pracować zawodowo. Depresja pogarsza pamięć i koncentrację – nie sposób skupić się na jakimś zadaniu, przeczytać książkę czy gazetę. W depresji chorego nie cieszą rzeczy, które jeszcze niedawno sprawiały mu radość, porzuca dawne zainteresowania i przyjemności, odsuwa się od bliskich. Wszystko dookoła staje się nieciekawe i pozbawione sensu.

Depresja wpływa negatywnie na sen, powoduje problemy z zaśnięciem lub sprawia, że chory budzi się w środku nocy i nie może już zasnąć do rana. Poranki w depresji są zwykle najcięższe, perspektywa następnego dnia pełnego smutku i beznadziei jest dla chorego trudna do zniesienia, budzi lęk, niepokój, napięcie.

Depresja często zaburza apetyt, powoduje, że jedzenie traci smak. W efekcie,

osoba z depresją potrafi schudnąć nawet kilka kilogramów w ciągu miesiąca. Niekiedy apetyt zmienia się w ten sposób, że choremu smakują jedynie słodkie – i zaczyna je zjadać w nadmiernej ilości.

Nie leczona, utrzymująca się długo depresja jest niesłychanie wyczerpująca, uciążliwa i może prowadzić do sytuacji, w której chory usiłuje popełnić samobójstwo – ponieważ nie widzi innego wyjścia ze swojej sytuacji.

Tymczasem depresja jest chorobą w pełni uleczalną. Wystarczy jedna wizyta u lekarza psychiatry, aby ją rozpoznać i zastosować odpowiednią terapię. Obecnie stosowane leki przeciwdepresyjne są dobrze tolerowane i przynoszą poprawę po 2-3 tygodniach regularnego zażywania. Smutek ustępuje, wraca pogoda ducha, energia, normalny apetyt i zdrowy sen.

Opracował: lek. med. Marcin Bardel

Adresy i telefony Poradni Zdrowia Psychicznego działających na terenie Tarnowa:

- Poradnia Zdrowia Psychicznego ZPS SP ZOZ, ul. Mostowa 6, tel. (14) 632 42 81
- Poradnia Psychosomatyczna w Szpitalu Św. Łukasza w Tarnowie, ul. Lwowska 178a, tel. 14 631 50 00

• Przychodnia MSWiA w Tarnowie, ul. Krakowska 32, tel. 14 628 22 04

• NZOZ „Kol-Med”, Tarnów, pl. Dworcowy 6, tel. 14 621 38 48

• Poradnia Leczenia Uzależnień przy Szpitalu Św. Łukasza w Tarnowie oferuje kompleksową pomoc

dla osób uzależnionych od alkoholu, leków i innych substancji psychoaktywnych.

Do Poradni nie jest wymagane skierowanie.

Adres: Tarnów, ul. Lwowska 178a, tel. (14) 631 50 00

Efekty akcji „Groźna osteoporoza”

55 przebadanych osób, aż u 19 przypadków zdiagnozowania osteoporozy oraz 9 osteopenii, czyli fazy przejściowej pomiędzy normą a osteoporozą. Takie są efekty akcji bezpłatnych badań densytometrycznych przeprowadzonych po raz kolejny w Pracowni Densytometrii Zespołu Przychodni Specjalistycznych w Tarnowie.

Osteoporoza jest chorobą charakteryzującą się postępującym ubytkiem masy kostnej i osłabieniem struktury kości, co w konsekwencji prowadzi do zwiększonej podatności na złamania. Wbrew powszechnym przekonaniom, choroba ta nie dotyczy tylko i wyłącznie kobiet w okresie przekwitania, ale także mężczyzn, a nawet młodych ludzi. W Polsce chorobą tą zagrożonych jest prawdopodobnie aż 9 milionów osób.

Badania mające na celu wykrycie osób z niską masą kostną oraz potrzebujących leczenia osteoporozy i innych



chorób metabolicznych kości przeprowadzone zostały z okazji Światowego Dnia Osteoporozy. – Wyniki badań przede wszystkim pokazały, że ludzie powinni wykonywać sobie densytometrię – mówi **Artur Asztabski**, dyrektor Zespołu Przychodni Specjalistycznych. – To badanie pozwala na precyzyjną diagnozę i rozpoczęcie koniecznego leczenia.

Celem bezpłatnych badań przeprowadzonych przez ZPS była także popularyzacja wiedzy o osteoporozie, jej profilaktyce i leczeniu. – Podkreślamy trzy kluczowe aspekty zapobiegania osteoporozie: aktywność fizyczną, dietę i nasłonecznienie, które jest odpowiedzialne za syntezę witaminy D3 w organizmie – powiedziała lekarka **Grażyna Rokita**.

Tarnów zdobywcą nagrody Google eMiasto

Tarnów został jednym z 10 polskich eMiast Google. To zasługa tarnowskich małych i średnich firm – nowa nagroda Google ma na celu wyróżnienie miast, które odnotowały największy wzrost aktywności lokalnych firm w sieci. Nagroda powstała także po to, by pokazać znaczenie internetu w przyszłym rozwoju gospodarczym Polski.

Lista top 10 polskich eMiast w Polsce wygląda następująco:

1. Elbląg
2. Ruda Śląska
3. Zabrze
4. Białystok
5. Legnica
6. Krosno
7. Tarnów
8. Piaseczno
9. Siemianowice Śląskie
10. Gorzów Wielkopolski

Nagrody Google eMiasta zostały stworzone po to, by pokazać i wynagrodzić te miasta, które są w ścisłej czołówce, jeśli chodzi o rozwój małych i średnich firm w internecie – powiedział podczas ceremonii wręczenia wyróżnień **Artur Waliszewski**,



dyrektor Google na Polskę oraz Europę Środkowo-Wschodnią. Mam nadzieję, że będą także motywacją dla tych regionów, które nie znalazły się w czołówce, aby wypróbować skuteczność internetu. W dzisiejszych czasach firmy, które nie zaistnieją w sieci mogą zacząć tracić klientów na rzecz tych polskich i zagranicznych firm, które sprawnie korzystają z możliwości dotarcia do osób szukających ich oferty.

Cieszę się, że wysiłki władz samorządowych Tarnowa na rzecz rozwoju małych i średnich przedsiębiorstw zostały docenione. Stolica subregionu, drugie, co do wielkości miasto Małopolski oddziałuje na populację około 400 tysięcy mieszkańców, jest jednocześnie miastem ludzi aktywnych, przedsiębiorczych i otwartych na wyzwania współczesnego świata. Nagroda w konkursie doskonale to pokazuje – podkreśla **Ryszard Ściagała**.

O pierwszym niepodległym w Teleexpressie

Ten popularny ogólnopolski program informacyjny zaprezentował Tarnów w sympatycznej polemice miast dotyczącej pierwszeństwa w odzyskaniu niepodległości 90 lat temu.

Materiał można obejrzeć na stronie TVP pod adresem <http://tvp.info/teleexpress/wideo/31102011-1700/5445187>.

30 października 1918 roku **Tadeusz Tertil** zwołał nadzwyczajne posiedzenie Rady Miasta, na której podjęto uchwałę, oddającą miasto do dyspozycji Państwu Polskiemu. W ten sposób Tarnów stał się pierwszym niepodległym miastem po I wojnie światowej. To dla mieszkańców niezwykle powód do dumy. Tarnów – Pierwsze Niepodległe uroczyscie i ogólnopolsko świętowano przed trzema laty w 90. rocznicę wybicia się Polski na niepodległość. Każdego roku na przełomie października i listopada przypominany jest ten fakt historyczny.

Srebrny jubileusz RSTK

Z okazji jubileuszu 25-lecia Robotniczego Stowarzyszenia Twórców Kultury w Tarnowie Prezydent RP Bronisław Komorowski przyznał odznaczenia państwowe piętnastu członkom stowarzyszenia. Był to wyraz uznania dla dorobku członków RSTK w różnych dziedzinach twórczości, a także w zakresie upowszechniania kultury. Ze szczególnym uznaniem spotkały się organizowane przez Stowarzyszenie akcje charytatywne.

Złote Krzyże Zasługi otrzymali: **Maria Słowik-Pokorny, Adela Ziomek** oraz **Jadwiga Kłosińska**. Srebrnymi Krzyżami zostali odznaczeni: **Anna Słowik, Adam Janiec, Wacław Kilian, Maria Majkut, Andrzej Kłosiński, Jolanta Korfanty** oraz **Maria Kwater**, a brązowymi **Katarzyna Lechowicz, Olimpia Sacha, Aniela Ryndak, Jadwiga Sokołowska** i **Zygmunt Sokołowski**.

Jednym z głównych zadań RSTK jest promowanie i pokazywanie piękna ziemi tarnowskiej, zabytkowych obiektów, starych kościołków oraz innych wartych zobaczenia budowli.

„Skarbiec Piękna II” to tytuł opracowania zbiorowego twórczości członków RSTK w Tarnowie. Został wydany w 2010 roku, w przeddzień jubileuszu 25-lecia tarnowskiego oddziału. Znajdują się w nim wiersze, proza, obrazy i rękodzieła artystyczne prezentujące dorobek dziewiętnastu twórców, członków Stowarzyszenia. Każdą z prezentacji poprzedza krótka biografia artysty.



Co dalej z odpadami? (cz. 7)

Wszyscy zdajemy sobie sprawę, jakie problemy czekają nas w związku ze wzrastającą ilością wytwarzanych odpadów komunalnych, brakiem miejsca do ich składowania, uciążliwością składowisk odpadów, a także uwarunkowaniami wynikającymi z przepisów unijnych wdrażanych przez polskie prawodawstwo.

jest w trzech miejscach: na terenie Zakładów Mechanicznych, przy ul. Spokojnej (obok Elektrociepłowni „Piaskówka”) oraz przy ul. Cmentarnej - obok istniejącego wysypiska odpadów komunalnych. Do udziału w ostatnim spotkaniu zaproszeni zostali wszyscy mieszkańcy miasta, organizacje ekologiczne, samorządowcy oraz przedstawiciele instytucji. Poniżej prezentujemy relacje z tych spotkań oraz pytania, z jakimi do biorących udział w spotkaniach ekspertów zwracali się mieszkańcy Tarnowa.

8 listopada w Szkole Podstawowej Nr 11 miało miejsce spotkanie z mieszkańcami Chyszowa. Wzięło w nim udział blisko 100 osób, które wysłuchały prezentacji

Polska, przygotowującej raport oddziaływania na środowisko dla przedsięwzięcia ZTPOK Tarnów). W drugiej części kilkogodzinnego spotkania przedstawiciele MPEC oraz specjaliści obecni na konsultacjach odpowiadali na liczne pytania mieszkańców zainteresowanych sprawą gospodarowania odpadami. Najczęściej pytano o bezpieczeństwo planowanej technologii spalarni odpadów, wyrażano obawy, czy nie nastąpi zwiększenie emisji zanieczyszczeń, zwracano uwagę na trudności komunikacyjne mogące się pojawić w momencie znacznego zwiększenia ruchu pojazdów, a także na potencjalny spadek wartości nieruchomości. Z wypowiedzi większości mieszkańców wynikało, że doskonale zdają sobie oni sprawę z wagi problemu odpadów i konieczności jego rozwiązania w sposób bezpieczny dla środowiska i przyjazny dla ludzi, a jako najkorzystniejsze rozwiązanie widzą budowę spalarni odpadów. Podobne konsultacje odbyły się 9 listopada (dla mieszkańców osiedla Krzyż i Piaskówka) oraz 10 listopada (otwarte spotkanie dla wszystkich tarnowian oraz przedstawicieli instytucji).

Podczas wszystkich spotkań na pytania mieszkańców odpowiadali: Krzysztof Rodak, Grzegorz Wielgoński oraz Leszek Wroński. K. Rodak wyjaśniał, dlaczego MPEC jako spółka energetyczna planuje zajmować się przetwarzaniem odpadów (a właściwie wykorzystaniem energii z odpadów). Przypomniał też, że działania MPEC doprowadziły do likwidacji kilkudziesięciu osiedlowych kotłowni węglowych, które zanieczyszczały środo-

dokończenie na stronie 16

Z dotychczas przeprowadzonych analiz wynika, że z dostępnych aktualnie sposobów zagospodarowania odpadów najkorzystniejsze dla środowiska i zdrowia ludzi jest prowadzenie wstępnej segregacji odpadów już u źródła, a więc na poziomie nas wszystkich – wytwórców odpadów, a następnie skierowanie odzyskanych surowców wtórnych do recyklingu. Pozostały balast należy wykorzystać do produkcji energii cieplnej i elektrycznej w nowoczesnych instalacjach termicznego przekształcania odpadów.

Nad planem budowy instalacji termicznego przekształcania odpadów w naszym mieście od dwóch lat pracuje Miejskie Przedsiębiorstwo Energetyki Ciepłej w Tarnowie. W zorganizowanych przez MPEC w dniach 8 - 10 listopada br. konsultacjach społecznych dla mieszkańców Tarnowa zaprezentowano koncepcję wykorzystania potencjału energetycznego odpadów komunalnych w miejskim systemie ciepłowniczym i ewentualne lokalizacje instalacji ich termicznego przekształcania. Dwa pierwsze spotkania dedykowane były mieszkańcom dzielnic: Chyszów, Krzyż i Piaskówka, gdzie rozważana jest budowa spalarni. Jak wynika z opracowanej przez firmę konsultingową Socotec Polska analizy gospodarki odpadami w regionie tarnowskim z wkomponowanym modulem termicznego przekształcania odpadów budowa takiej instalacji w Tarnowie możliwa

dr hab. inż. **Grzegorz Wielgońskiego** z Politechniki Łódzkiej, specjalisty w zakresie termicznego przekształcania odpadów. Następnie **Krzysztof Rodak**, prezes Miejskiego Przedsiębiorstwa Energetyki Ciepłej w Tarnowie, zaprezentował zamierzenie inwestycyjne spółki z wszelkimi jego uwarunkowaniami. W ramach prezentacji przedstawione zostały również uwarunkowania prawne postępowania z odpadami (mecenas **Tomasz Ciałowicz**) oraz wyniki wielokryterialnej analizy gospodarki odpadami w regionie tarnowskim (**Leszek Wroński** - przedstawiciel firmy Socotec

Elektrociepłownia „Piaskówka” w Tarnowie





Konkurs „Wakacyjna przyroda”

Podsumowano konkurs fotograficzny „Wakacyjna przyroda” zorganizowany już po raz czwarty przez Urząd Miasta Tarnowa. Podczas uroczystego finału laureatom wręczone zostały nagrody, a wszyscy fotoamatorzy, którzy nadesłali prace na konkurs, otrzymali upominki i pamiątkowe dyplomy.

Jurorzy oceniali prace w dwóch kategoriach: „Przyroda Tarnowa i okolic” oraz „Zabytki i Architektura Tarnowa i okolic”. Tegoroczny konkurs cieszył się dużym

zainteresowaniem amatorów fotografii, wzięło w nim udział 71 uczestników. W kategorii „Przyroda Tarnowa i okolic” zgłoszono 246 prac, zaś w kategorii „Zabytki i Architektura Tarnowa i okolic” - 91. Wśród bogactwa obrazów natury, krajobrazu, zabytków i ciekawych budowli jurorzy docenili 6 dzieł, które wyróżniały się pięknem, właściwą kompozycją, ciekawym uchwyceniem tematu i bardzo dobrą techniką fotograficzną.

Nadesłane prace świadczą o tym, że większość uczestników posiadała podsta-

wy wiedzy fotograficznej, a wielu potrafi na naprawdę dobrym poziomie robić zdjęcia, w których widać zamiłowanie do przyrody oraz niezwykłą wrażliwość na ulotne piękno. O wysokim poziomie konkursu świadczy także duża liczba wyróżnień przyznanych uczestnikom konkursu.

Nagrody zostały ufundowane przez Urząd Miasta Tarnowa. Wszystkie nagrodzone i wyróżnione fotografie można obejrzeć na stronie internetowej www.tarnow.pl



Co dalej z odpadami? (cz. 7)

Dokończenie ze strony 15

wisko i były uciążliwe dla mieszkańców. Wybudowanie spalarni przyczyni się do zmniejszenia zużycia węgla w istniejącej Elektrociepłowni „Piaskówka”, tym samym do dalszego ograniczania emisji do powietrza. Prof. Wielgosiński wskazywał, jakie urządzenia oczyszczające spaliny powinny być zastosowane w spalarni i uspokajał, że emisja będzie pod ciągłą kontrolą, ilości zanieczyszczeń wydalanych do środowiska będą stosunkowo niewielkie i nie

będą groźne dla środowiska i dla ludzi. W dyskusjach odniósł się także do obaw o spadek wartości nieruchomości – stwierdził, że w znanych mu wielu przypadkach spalarni, jeżeli taki spadek nastąpił to był niewielki i krótkotrwały, gdyż szybko przekonywano się, że przy spalarni można bezpiecznie żyć i normalnie funkcjonować. Jako ciekawostkę podał, że nawet 50% ciepła do ogrzewania mieszkań może być wyprodukowane przez spalarnię od-

padów (tak jest np. w Paryżu). Poinformował, że we Francji funkcjonuje 130 spalarni odpadów, w Niemczech 70, we Włoszech 49 ... a w Polsce 1. Wszyscy słyszeliśmy, jakie kłopoty z odpadami jeszcze niedawno występowały w Neapolu. Dziś już ich nikt nie pamięta. Jak rozwiązano ten problem? Wybudowano nowoczesną spalarnię.

Z przedstawionych przez Leszka Wrońskiego z firmy Socotec wniosków z analizy wielokryterialnej można się było

Komisja konkursowa oceniająca pracę postanowiła przyznać nagrody dla autorów następujących prac:

W kategorii „PRZYRODA TARNOWA I OKOLIC”:

I miejsce:

Paweł Wrona – za pracę „Anioł stróż”

II miejsce:

Daniel Kopacz – za pracę „Rykowisko o świcie”

III miejsce:

Zbigniew Zagata – za pracę „Staw na Piaskówce”

W kategorii „ZABYTKI I ARCHITEKTURA TARNOWA I OKOLIC”:

I miejsce:

Zbigniew Zagata – za pracę „Zabytkowy mur na Starówce”

II miejsce:

Grzegorz Król – za pracę „Podcienia”

III miejsce:

Grzegorz Bogusz – za pracę „Stary Cmentarz”

Jury Konkursu przyznało również wyróżnienia

W kategorii „PRZYRODA TARNOWA I OKOLIC”:

Tomasz Kopia – za pracę „Bociani balet”

Rafał Jędrzykowski – za pracę „Śniadanie robaczka”

Andrzej Woźniak – za pracę „Bez pośpiechu”

Artur Bieniarz – za pracę „To ja – Sikorka!”

Renata Król – za pracę „Małe jest piękne”

Barbara Sędlak – za pracę „Ślimaka Cień”

Tomasz Bogusz – za pracę „Bez pracy nie ma kołaczy”

Marcin Sumara – za pracę „Tulipan”

Marta Sumara – za pracę „Rzekotka”

Andrzej Szulczyński – za pracę „Żaba wodna”

Joanna Dębicka – za pracę „Maja”

Anna Kasprzyk – za pracę „Obrady sejmiku na temat rolnictwa w Małopolsce”

Patryk Warzecha – za pracę „Wielki świerszcz”

Klaudia Karnas – za pracę „Mokre liście”

Łukasz Filipiak – za pracę „Gra światła”

Elżbieta Zabawa – za pracę „Harmonia”

Krzysztof Pieszczocho – za pracę „Miodobranie”

Dominika Misiak – za pracę „Gotów do lotu”

Artur Kwiek – za pracę „Moja okolica w kropli wody”

Weronika Kos – za pracę „Wieczorny koncert ze świerszczykiem”

Robert Sipior – za pracę „Przyroda”

Katarzyna Fiołek – za pracę „Bez nazwy”

Jakub Banek – za pracę „Ruda”

W kategorii

„ZABYTKI I ARCHITEKTURA TARNOWA I OKOLIC”:

Barbara Sędlak – za pracę „Fontanna na placu ks. Popiełuszki”

Marta Sumara – za pracę „Zatroskany anioł”

Andrzej Szulczyński – za pracę „Tarnów zachodni”

Anna Kasprzyk – za pracę „A gdzie Julia”

Gabriela Bednarz – za pracę „Kręte schody w dół”

Michał Domek – za pracę „Bima”

Krzysztof Pieszczocho – za pracę „Mauzoleum malowane na wodzie”

Gabriel Nadolnik – za pracę „Nocną porą”

Elżbieta Pawelec – za pracę „Architektura”

Jakub Banek – za pracę „Z prędkością światła”

Artur Kwiek – za pracę „EC2”

Rafał Jędrzykowski – za pracę „Przyroda w Centrum Tarnowa”

Arkadiusz Misiak – za pracę „Odnowiony Wątok”



„Stary Cmentarz”



Staw na „Piaskówce”

dowiedzieć, że dla Tarnowa najbardziej korzystnym rozwiązaniem jest dopięcie systemu gospodarki odpadowej realizacją zakładu termicznego przekształcania odpadów, zaś co do lokalizacji, to z trzech proponowanych miejsc najkorzystniejsze jest zbudowanie instalacji przy ul. Cmentarnej, w rejonie istniejącego Zakładu Składowania Odpadów Komunalnych.

Należy zaznaczyć, że w spotkaniach konsultacyjnych wzięli udział również samorządowcy, radni i przedstawiciele rad osiedlowych, którzy uczestniczyli w zorganizowanych przez MPEC wyjaz-

dach studyjnych do Centrum Recyklingu i spalarni Pfaffenau w Wiedniu. Celem wyjazdów było przybliżenie dobrych praktyk w gospodarce odpadami oraz zapoznanie z technologicznymi i ekologicznymi aspektami funkcjonowania spalarni odpadów. Odczucia uczestników wyjazdów zostały zaprezentowane podczas konsultacji. Można odnieść wrażenie, że przyjrzenie się z bliska pracy spalarni uspokoiło obawy i utwierdziło w przekonaniu, iż jest to bezpieczny dla środowiska i ludzi zakład, który może funkcjonować nawet w środku miasta, nie stwarzając żadnej uciążliwości.

Dyskusje podczas wszystkich spotkań z mieszkańcami wykazały duże zainteresowanie problemami gospodarki odpadowej i wyczulenie na sprawy środowiska oraz orientację mieszkańców w różnych aspektach ekologii. Generalnie plan budowy spalarni odpadów nie budził wątpliwości. Zgodzono się, że takie przedsięwzięcie pozwoli zahamować rozrastanie się uciążliwych składowisk odpadów i uniknąć płacenia kar za niedotrzymanie wymogów UE w zakresie ograniczania składowania odpadów. Jak ustalono jest to też jeden z najtańszych sposobów redukcji CO₂.

Nie palmy śmieci w piecach!

W sezonie jesienno-zimowym nasilają się uciążliwości związane ze wzrostem zawartości zanieczyszczeń w powietrzu. Przykre, gryzące zapachy i zadymienie odczuwalne są zwłaszcza w terenach o zwartej zabudowie czy na osiedlach domów jednorodzinnych. Głównym sprawcą tej sytuacji są pyły i gazy ze spalania paliwa stałego w piecach węglowych, czyli tak zwana „niska emisja”.

Oprócz widocznego smogu, niska emisja przyczynia się do pogorszenia naszego zdrowia. Powoduje również zatrucie gleby, niszczenie zieleni miejskiej, zwiększanie ilości trujących substancji w warzywach i owocach czy też niszczenie elewacji zewnętrznych budynków. 12 listopada br. osiągnęliśmy w Tarnowie najwyższe w tym roku stężenie dobowe pyłu zawieszonego PM10 ($243 \mu\text{g}/\text{m}^3$), tym samym przekroczony został tzw. poziom alarmowy, ustalony na $200 \mu\text{g}/\text{m}^3$.

Niestety w okresie grzewczym coraz częściej mamy do czynienia z nielegalnym i bardzo szkodliwym procederem palenia śmieci w piecach domowych. Za pozorne oszczędności na opale oraz kosztach wywozu odpadów płacimy zdrowiem swoim, najbliższych a także narażamy swój dom na poważne niebezpieczeństwo. Podczas spalania odpadów wydzielają się substancje zatrzymujące powietrze, wodę i ziemię.

W paleniskach na paliwo stałe oprócz węgla można spalać jedynie odpadowe drewno, tekturę czy papier - niezanieczyszczone substancjami niebezpiecznymi, takimi jak: lakiery, farby, tłuszcze. Spalanie odpadów w piecach domowych innych niż wyżej wymienione jest niedopuszczalne! W paleniskach pieców domowych panuje stosunkowo niska temperatura (200-500 stopni Celsjusza), co w przypadku spalania tworzyw sztucznych (szczególnie butelek plastikowych i folii), gumy czy opakowań wielowarstwowych (kartony z mleka, soków) sprzyja emisji związków chemicznych bardzo szkodliwych dla środowiska naturalnego i zdrowia ludzi. Zanieczyszczenia emitowane z kominów naszych domów nie wyposażonych w urządzenia oczyszczające gazy odlotowe, są przenoszone na duże odległości, rozrzedzane i rozpraszane przez wiatr. Związki te opadają na pobliskie ogródki, trawniki, zbiorniki wodne, osadzają się w płucach. Spalając odpady w piecach trujemy więc siebie i sąsiadów oraz zanieczyszczamy powietrze, wodę, i glebę. Dodatkowo zwiększa się ryzyko zapalenia przewodów kominowych, a przez to i całego domu.

Spalanie odpadów może być prowadzone wyłącznie w spalarniach lub współspalarniach odpadów, spełniających wymagania dla instalacji termicznego przekształcania odpadów, umożliwiające



osiągnięcie takiego poziomu termicznego przekształcenia, przy którym ilość odpadów i innych emisji będzie jak najmniejsza i nieszkodliwa dla życia i zdrowia ludzi oraz dla środowiska. Przepisy te nie tylko określają minimalne wartości temperatury podczas prowadzenia procesu, ale także m. in. wymagania techniczne urządzeń, dopuszczalne wartości emisji zanieczyszczeń do powietrza oraz sposób postępowania w przypadku awarii urządzeń. Wymagania te mają na celu w szczególności ograniczenie negatywnego oddziaływania tych instalacji na środowisko.

Należy przypomnieć, że zgodnie z art. 71 ustawy o odpadach, kto wbrew zakazowi termicznie przekształca odpady poza spalarniami odpadów lub współspalarniami odpadów podlega karze aresztu lub grzywny.

Tarnowskie pomniki przyrody XVI

Dąb szypułkowy przy ulicy H. Marusarz



Dąb szypułkowy o obwodzie 435 cm jest pomnikiem przyrody ustanowionym uchwałą Rady Miejskiej w Tarnowie w listopadzie 2011 r. Jest on jednym z najwyższych drzew w okolicy ul. Heleny Marusarz, a przez to znaczącym akcentem w krajobrazie dzielnicy.

Dąb ten posiada bardzo obszerną, rozbudowaną oraz symetryczną koronę posadowioną na pionowym potężnym pniu. Rośnie w towarzystwie innych dębów na skarpie bezimiennego cieku wodnego, będącego dopływem potoku Małochlebowka. W tym rejonie znajduje się jeszcze inny okazały dąb – pomnik przyrody uznawany za najgrubszy dąb w Tarnowie. Występowanie takich okazałych drzew w terenie od wieków zasiedlonym przez ludzi świadczy o szacunku mieszkańców do przyrody.

Dąb jest gatunkiem często występującym na całym niżu, rośnie na glebach zasob-

nych oraz wilgotnych. Drzewa tego gatunku należą do drzew długowiecznych i dożywają 1000 lat, a ich wysokość może dochodzić do 38 m. Ze względu na okazałe rozmiary jakie osiągają, sprawiają majestatyczne wrażenie i dlatego odgrywają bardzo dużą rolę w symbolice i dawniej w kultach religijnych. Oprócz długiego życia dęby uważane są również za jedno z najszlachetniejszych drzew i często sadzone jako drzewa pamiątkowe.

Najbardziej znanym dębem w Polsce jest Dąb Bartek o obwodzie pnia 985 cm (na wysokości 1,3 m) rosnący w pobliżu wsi Bartków koło Zagnańska. Wiek tego drzewa wg najnowszych badań dendrochronologicznych oceniany jest na 645–670 lat. Natomiast najstarszym polskim dębem szypułkowym jest 800-letni Dąb Bolesław o obwodzie pnia 691 cm (na wysokości 1,3 m) usytuowany w gminie Ustronie Morskie w pobliżu Kołobrzegu.

Udany mityng pływacki

Mityngiem pływackim osób niepełnosprawnych intelektualnie uczczono 5-lecie działalności Warsztatu Terapii Zajęciowej im. Jana Pawła II. Głównym celem mityngu była popularyzacja aktywnego stylu życia, w tym pływania jako doskonałej formy rehabilitacji, rozrywki i zdrowej rywalizacji. Zawody były także świetną okazją do integracji dla uczestników wszystkich placówek biorących udział w zawodach.



Do Tarnowa przyjechali uczestnicy i ich opiekunowie z siedmiu warsztatów z czterech województw. Na starcie w poszczególnych biegach stanęło w sumie 30 uczestników. Rozegrano sześć wyścigów na dystansie 25 metrów stylem dowolnym (w czterech wzięli udział uczestnicy warsztatów, a w dwóch z nich terapeuci i opiekunowie). Trzy pierwsze miejsca z każdego biegu zostały nagrodzone medalami, a zwycięzcy dodatkowo otrzymali puchary. Wręczone zostały również nagrody dla dwóch zawodników z najlepszymi czasami oraz dla trzech ośrodków, których uczestnicy zajmowali najlepsze miejsca.

Na zakończenie zawodów został rozegrany bieg na dystansie, który stanowił szerokość basenu. Jego celem było stworzenie szansy wykazania się także uczestnikom ze znaczną niepełnosprawnością, ale przede wszystkim integracja i współpraca między nimi. Stąd przy ustalaniu drużyn wymieszano zawodników z różnych ośrodków. Każdemu zawodnikowi wręczono pamiątkowy dyplom za uczestnictwo.

Mityng odbył się pod honorowym patronatem Prezydenta Tarnowa **Ryszarda Ścigały** i i Starosty Tarnowskiego **Mieczysława Krasa**.

Tarnów w czołówce

Nasze miasto zdobyło III miejsce w kraju w kategorii miast powyżej 100 tys. mieszkańców w XVII Sportowym Turnieju Miast i Gmin 2011. Tym samym otrzymało nagrodę w wysokości 10 tys. zł z przeznaczeniem na zakup sprzętu sportowego dla klubów sportowych.

W ramach turnieju w Tarnowie realizowano zawody i zajęcia sportowe, rekreacyjne, wycieczki turystyczno-krajoznawcze. Szczególnie zaangażowane w Turniej były tarnowskie przedszkola, szkoły, kluby sportowe, TOSiR. W poszczególnych konkurencjach wzięło udział w sumie 8166 osób.

Podsumowanie Turnieju w skali kraju, wraz z wręczeniem wyróżnień odbyło się w Warszawie podczas ogólnopolskiego forum działaczy samorządowych „Infrastruktura sportowa w gminach, miastach i powiatach narzędziem promocji sportu powszechnego” oraz IX Międzynarodowych Targów Infrastruktury Miejskiej i Drogowej „INFRASTRUKTURA” w Centrum Wystawowym Międzynarodowych Targów Polska w Warszawie.



XVII Sportowy Turniej Miast i Gmin 2011 to największa impreza sportu masowego w Polsce rozgrywana w ramach Europejskiego Tygodnia Sportu dla Wszystkich. Niezmiennie celem głównym imprezy jest aktywizacja ruchowa jak największej liczby ludzi, szczególnie tych, którzy nie uprawiają sportu, nie ćwiczą codziennie, nie prowadzą aktywnego fizycznie trybu życia.

Kolejne medale pływaków niepełnosprawnych

Warszawie zakończyły się Integracyjne Ogólnopolskie Zawody Pływackie – Wiślane Fale – Święto Niepodległości 2011. W zawodach wzięło udział ponad 170 zawodników z klubów z całej Polski. Impreza była udana pod względem sportowym dla tarnowskich zawodników, którzy na 25 metrowej pływalni poprawili wiele rekordów życiowych zdobywając 2 srebrne oraz 1 brązowy medal.

Najlepszy z pięcioosobowej grupy okazał się **Paweł Grzebień** – zawodnik kadry narodowej osób niepełnosprawnych miał okazję do prezentacji formy wyszlifowanej na obozie w Ostrowcu i kilkudniowych konsultacjach w Warszawie. Płynąc na dystansach 50,100,200,400 stylem dowolnym i 200 stylem zmiennym oraz 100 grzbietowym uzyskał łącznie 1732 pkt. co pozwoliło na zdobycie srebrnego medalu w kategorii chłopców 17-18 lat.

Fantastycznie popłynęła zawodniczka **Karolinka Witek**, startując w kategorii wiekowej dziewcząt 12 lat i młodszy zdobyła

srebrny medal płynąc na dystansie 50,100 stylem klasycznym, 50,100 grzbietowym oraz 50 dowolnym. Zgromadziła na swym koncie łącznie 603 pkt.

Brązowy medal w kategorii 13-16 lat wywalczyła **Małgorzata Wajs**, która wystartowała na dystansie 50,100 stylem dowolnym 50,100 klasycznym oraz 50,100 grzbietowym i uzyskała łącznie 1011 pkt.

Na wyróżnienie zasługuje **Krystian Sacha**, który w roczniku 12 lat i młodszy zajął piąte miejsce zdobywając 308 pkt. oraz **Łukasz Kokosza**, który z wynikiem 590 pkt. uplasował się na dziewiątym miejscu w kategorii wiekowej 17-18 lat.

Wyniki moich podopiecznych są przykładem rzetelnej i sumiennej pracy na treningach – podkreśla trenerka sekcji pływackiej „Startu” Tarnów **Aneta Michalska-Kocjan**, która sama przez wiele lat była reprezentantką osób niepełnosprawnych w pływaniu.



Przedszkole na osiedlu Westerplatte



Plac zabaw przy Szkole Podstawowej nr 9



Przedszkole na osiedlu Westerplatte



Zespół Szkół Ogólnokształcących nr 1

Tarnowskie inwestycje



Modernizacja linii kolejowej E 30



Przedszkole w Mościcach



Szkoła Podstawowa nr 10



Budynek pracowni
Zespołu Szkół Technicznych w Mościcach