www.aktywna-czestochowa.pl znajdź nas na:

Aktywna Częstochowa

GAZETA BEZPŁATNA

Dwutygodnik lokalny 7/2018 (9) CZWARTEK, 26 KWIETNIA 2018

Ruszył program Częstochowa wspiera Seniorów

Aplikacja alarmowa na smartfony oraz roczny bilet emerytalny za 100 zł na miejską komunikację to pierwsze przedsięwzięcia, prowadzone w ramach nowego programu „Częstochowa wspiera Seniorów". Program będzie realizowany w trzech sferach: zdrowie i bezpieczeństwo; aktywność społeczna (w tym: kultura, rekreacja, wsparcie) oraz rozwój osobisty (w tym działania międzypokoleniowe).

WIĘCEJ NA STR. 7



PIASEK ZNAD MORZA PRZYJECHAŁ DO CZĘSTOCHOWY, W PARKU LISINIEC POWSTAJE STREFA WYPOCZYNKU



Do Częstochowy dotrze prawie 2 tys. m3 naturalnego morskiego piachu, który pokryje miejską plażę warstwą o średniej grubości 30 cm. Osiem pierwszych wywrotek przyjechało do lisinieckiego parku 17 kwietnia, kolejne będą sukcesywnie dowozić piasek.

WIĘCEJ NA STR. 3

PROGRAM IN VITRO – MIASTO PRZEZNACZY DODATKOWE ŚRODKI I WÓZKI DLA DZIECI



Częstochowa przeznaczy dodatkowe 100 tys. zł na realizację dofinansowania zabiegów in vitro w tym roku. To efekt dużego zainteresowania programem, do którego zgłosiło się w naborze ponad 50 par. Kolejne dzieci urodzone w ramach programu in vitro otrzymały wózki od częstochowskiej firmy.

WIĘCEJ NA STR. 5

Złodziej wpadł na „gorącym uczynku" gdy... kradł monety z miejskiego szaletu



WIĘCEJ NA STR. 10

ZGM – pomysły na zieloną Częstochowę

WIĘCEJ NA STR. 3

12 nowoczesnych, ekologicznych autobusów przyjedzie do Częstochowy jesienią 2018 r.

WIĘCEJ NA STR. 5

Jak poczuć się lekko na wiosnę?

WIĘCEJ NA STR. 12

reklama



28. MIĘDZYNARODOWY FESTIWAL MUZYKI SAKRALNEJ „GAUDE MATER” JUŻ OD 1 MAJA W CZĘSTOCHOWIE

Jak co roku, pierwsze dni maja należą do Międzynarodowego Festiwalu Muzyki Sakralnej „Gaude Mater”. W tym roku festiwal przypada na dni 1-7 maja, w ciągu których odbędzie się 12 różnych wydarzeń, a Częstochowę odwiedzą muzycy z różnych stron świata.



Międzynarodowy Festiwal Muzyki Sakralnej „Gaude Mater” to największy w Polsce projekt promujący muzykę różnych religii i kultur. Odbywa się w Częstochowie już od ponad 25 lat i stał się muzyczną marką rozpoznawalną nie tylko w mieście, ale i w całej Polsce. Od samego początku jego głównym celem jest prezentacja muzyki trzech największych religii monoteistycznych: chrześcijaństwa, judaizmu i islamu. To jednak również okazja do przedstawienia wartości poszczególnych kultur oraz prowadzenia dialogu międzykulturowego.

28. MFMS „Gaude Mater” rozpocznie się we wtorek 1 maja wystawą malarstwa częstochowskiego artysty, Jarosława Kweclicha w Ośrodku Promocji Kultury „Gaude Mater”, by później w Bazylice Jasnogórskiej koncertowo zainaugurować tegoroczną edycję występem zespołu muzyki dawnej La Tempesta pod batutą Jakuba Burzyńskiego, który zaprezentuje muzykę ze zbiorów jasnogórskich.

Liturgiczna Inauguracja Festiwalu została zaplanowana na samo południe 2 maja. Wówczas w Bazylice Jasnogórskiej wystąpi grupa Schola Gregoriana Cardinalis Stephani Wyszyński, zajmująca się śpiewem gregoriańskim, pod dyrekcją i batutą Michała Sławeckiego, która przedstawi muzykę ze średniowiecznych zbiorów jasnogórskich. Tego samego dnia wieczorem w OPK „Gaude Mater” odbędzie się wyjątkowy, prapremierowy koncert „Muzyczne świątynie świata” zespołu Marii Pomianowskiej. W projekcie polskiej multiinstrumentalistki znajdują się jeszcze Mohammad Rasouli z Iranu, Adeb Chamoun z Syrii oraz Karolina Matuszkiewicz. Muzycy zaprezentują kompozycje polskie, perskie, indyjskie i afrykańskie, ponadto w programie znajdą się dwa prawykonania kompozycji Pomianowskiej: Podróż oraz Harmonia Dźwięku, dedykowane muzyce tworzącej pokój i otwartej na dialog międzykulturowy.

Trzeciego dnia festiwalu pojawi się wyśmienita okazja do posłuchania organowej gry Emanuela Bączkowskiego, znanego już w Częstochowie miłośnikom tego rodzaju muzyki, który w Kościele Ewangelicko-Augsburskim wykona między innymi dzieła Bacha, Walthera, Rimbaulta, Ebena, czy też autorskie Improwizacje Jasnogórskie. Towarzyszyć temu będzie otwarcie wystawy zbiorowej fotografii dwóch autorów: Jarosława Dumańskiego i Cezarego Miłosia, zatytułowanej „Festiwale muzyki organowej i kameralnej w kościele parafialnym pw. Wniebowstąpienia Pańskiego w Częstochowie”.

Z kolei w piątek 4 maja najpierw w Kościele Wyższego Seminarium Duchownego Archidiecezji Częstochowskiej wystąpi Narodowy Chór Ukrainy im. G.G. Wierowki, wykonujący ukraińskie pieśni sakralne i ludowe. Następnie w Miejskim Domu Kultury rozbrzmi muzyka gospel. Na scenie pojawi się formacja Celebrate Gospel z Wielkiej Brytanii z Colinem Williamsem na czele. Obok niego wystąpi polska wokalistka Gabi Gąsior z zespołem.

Weekendowe doznania festiwalowe odczujemy w Kościele Najświętszego Imienia Maryi (Kościele Rektorackim), gdzie zarówno miłośnicy muzyki organowej, jak i wielbiciele dźwięków saksofonu będą mogli usłyszeć wspólną grę Bogusława Grabowskiego i Macieja Sikały. Artyści trzy lata temu wydali płytę Mater Sanctissima, poświęconą tematyce Maryjnej, a podczas koncertu wykonają „Improwizacje na tematy pieśni maryjnych”.

Festiwalowa niedziela upłynie muzycznie w postaci dwóch koncertów. Na początek w Filharmonii Częstochowskiej wybrzmi muzyka synagogalna w wykonaniu kantora Yosepha Schwartza z Izraela oraz Chóru Synagogi pod Białym Bocianem we Wrocławiu pod batutą Stanisława Rybarczyka. Z kolei wieczorem w OPK „Gaude Mater” pojawią się Karolina Cicha i Elżbieta Rojek, które zaprezentują projekt „Jeden / Wiele. Pieśni chwalebne wielu świątyń”, w którym przeplatają się pieśni trzech Religii Księgi, a także gdzie uniwersalne spotyka się z lokalnym, ponieważ artystki skupiły się na jednym z polskich regionów, czyli na Podlasiu, gdzie od wieków współegzystują różne tradycje religijne.

Po siedmiu dniach, na zakończenie festiwalu w Bazylice Jasnogórskiej usłyszymy oratorium Mesjasz, autorstwa niemieckiego kompozytora późnego baroku, Georga Friedricha Händla. Dzieło, ze znanym fragmentem chóralnym „Hallelujah”, wykonają soliści, chór „Collegium

Cantorum” oraz orkiestra Filharmonii Częstochowskiej pod batutą Adama Klocka.

Wstęp na część wydarzeń jest biletowana. Ceny biletów oraz szczegółowy program Festiwalu „Gaude Mater” można znaleźć na stronie internetowej OPK „Gaude Mater” pod adresem: gaudemater.pl. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian programu.



Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących z Funduszu Promocji Kultury.

PROGNOZA POGODY DLA CZĘSTOCHOWY - 27.04-10.05

PIĄTEK | 27.04	SOBOTA | 28.04	NIEDZIELA | 29.04	PONIEDZIAŁEK | 30.04	WTOREK | 01.05	ŚRODA | 02.05	CZWARTEK | 03.05
16	20	25	24	23	23	19
PIĄTEK | 04.05	**SOBOTA | 05.05**	**NIEDZIELA | 06.05**	**PONIEDZIAŁEK | 07.05**	**WTOREK | 08.05**	**ŚRODA | 09.05**	**CZWARTEK | 10.05**
15	16	16	12	15	15	16

Piasek znad morza przyjechał do Częstochowy, w Parku Lisiniec powstaje strefa wypoczynku

Do Parku Lisiniec dotarły pierwsze partie piasku prosto z Łeby. Niebawem pokryje się nim cała plaża miejskiego kąpieliska.



Zgodę na wywiezienie piasku z łebskiej plaży wydał Urząd Morski w Słupsku. Zezwolenie obowiązuje od 16 kwietnia do końca maja. W tym czasie do Częstochowy dotrze prawie 2 tys. m3 naturalnego morskiego piachu, który pokryje miejską plażę warstwą o średniej grubości 30 cm. Osiem pierwszy wywrotek przyjechało do lisinieckiego parku 17 kwietnia, kolejne będą sukcesywnie dowozić piasek.

– *Piasek z Łeby to dodatkowa atrakcja w parku, dzięki której plaża ma mieć bardziej nadmorski klimat, ale to przecież plaża nad Adriatykiem, a to chyba zobowiązuje* – **mówi prezydent miasta Krzysztof Matyjaszczyk.** – *Cieszę się, że po uzyskaniu pozwolenia z Urzędu Morskiego, wykonawcy udało się sprawnie uruchomić transport, więc efekty rozbudowy plaży już wkrótce powinny być bardziej widoczne.*

Uzupełnienie miejskiej plaży to jeden z wielu elementów obecnego etapu rewitalizacji Parku Wypoczynkowego Lisiniec, obejmującego m.in. budowę pawilonu usługowego i parkingu, wykonanie





Na zdjęciu naczelnik Wydziału Inwestycji i Zamówień Publicznych Michał Konieczny, Prezydent Krzysztof Matyjaszczyk, Z-ca Prezydenta Jarosław Marszałek

kładki nad kanałem, rozbudowę plaży, montaż oświetlenia i monitoringu, czy uzupełnienie elementów małej architektury. Prace potrwają do jesieni, ale z rozbudowanej plaży można będzie korzystać już w sezonie letnim.

– *Już wkrótce nasi mieszkańcy będą mogli realizować tutaj swoje marzenia* – **przekonuje zastępca prezydenta miasta Jarosław Marszałek.** – *Pomysł na cały Park Lisiniec podzieliliśmy na kilka części, które będziemy sukcesywnie realizować. Myślę, że każdy znajdzie tu coś dla siebie, a na plażowiczów czekać będzie piasek znad morza.*

Dokumentacja projektowo-kosztorysowa została wykonana przez firmę WITOLD RUDECKI ARCHITEKTONIKA z Częstochowy, inwestorem zastępczym - zgodnie z przeprowadzonym postępowaniem został Zakład Produkcyjno-Usługowo -Handlowy „PRIMEX" z Częstochowy, a wykonawcą zadania jest częstochowska Przemysłówka S.A. Wartość zamówienia to niemal **8,3 mln zł.**



ZGM – POMYSŁY NA ZIELONĄ CZĘSTOCHOWĘ

Celem nowego programu, z którego realizacją rusza Zakład Gospodarki Mieszkaniowej TBS jest poprawa estetyki miasta, stworzenie mieszkańcom bloków komunalnych przyjaznego otoczenia, a także dbałość o środowisko. Program to także odpowiedź na uwagi lokatorów dotyczące miejskiego krajobrazu.

Krokusy zakwitły w rejonach paDo swojego pilotażowego programu miejska spółka wytypowała na początek kilkanaście budynków na Starym Mieście, w Śródmieściu, na Tysiącleciu i Wyczerpach. Zamalowano zniszczone przez pseudograffiziarzy ściany bloków, a potem przy odnowionych elewacjach posadzono graby pospolite. W tym roku drzewa pojawią się łącznie w 9 podobnych miejscach.

Pierwsze graby zostały zasadzone przy ul. Kontkiewicza na Wyczerpach, w pobliżu nowo powstającego budynku TBS-u. W przyszłości drzewa będą rodzajem bariery mającej chronić ściany bloków przed zniszczeniami dokonywanymi przez wandali.

Na prośbę lokatorów budynków komunalnych ZGM TBS postanowił także „odmienić" osłony śmietnikowe, które w swojej dotychczasowej postaci – na tle wyremontowanych i odnowionych bloków – były wątpliwą ozdobą osiedli. Teraz na 40 osłonach pojawią się winobluszcze, których zaletą jest szybki wzrost, duża powierzchnia liści i efektowne przebarwienie w okresie jesiennym.

W inauguracji programu uczestniczył Taras Kostin, mer Perejasławia Chmielnickiego na Ukrainie, który przebywał w Częstochowie w ramach wizyty studyjnej organizowanej przez Śląski Związek Gmin i Powiatów.



HONOROWY PATRONAT KRZYSZTOFA MATYJASZCZYKA PREZYDENTA MIASTA CZĘSTOCHOWY

7.05 PONIEDZIAŁEK
Literackie spotkanie z MICHAŁEM WITKOWSKIM
GODZ. 19.00
ODWACH OBOK RATUSZA *

8.05 WTOREK
Filmowy Wtorek „Młode, Zdolne Częstochowianki"
GODZ. 18.30
OKF "ILUZJA",
ALEJA NAJŚWIĘTSZEJ MARYI P ANNY 64 *

9.05 ŚRODA
Teatr im. A. Mickiewicza spektakl „Wanted – pierwszy western na Podhalu"
GODZ. 20.00
SCENA MIĘDZY RATUSZEM I ODWACHEM

13.05 NIEDZIELA
Podwieczorek z klasyką występ duetu wokalnego KAROLINA SAMBOR-KOBIAŁKA i PAULINA SYNORADZKA
GODZ. 18.30
SKWER PRZED IV LO IM. SIENKIEWICZA

14.05 PONIEDZIAŁEK
Literackie spotkanie z MARCINEM ŚWIETLICKIM I RAFAŁEM KSIĘŻYKIEM
GODZ. 19.00
OPK GAUDE MATER, UL. DĄBROWSKIEGO 1 *

15.05 WTOREK
Fotograficzne spotkanie z MACIEJEM ZYCHEM
GODZ. 19.00
ODWACH OBOK RATUSZA *

20.05 NIEDZIELA
Biblioteka zaprasza spektakl „Fintikluszki - Folkowe okruszki" i warsztaty tworzenia lalek
GODZ. 16.00
SKWER PRZED IV LO IM. SIENKIEWICZA

Podwieczorek z klasyką koncert tria stroikowego WOJCIECH POMPKA, KONRAD KOŁTUN, MAKSYMILIAN MIROWSKI
GODZ. 18.30
SKWER PRZED IV LO IM. SIENKIEWICZA

21.05 PONIEDZIAŁEK
Literackie spotkanie z MARTĄ GUZOWSKĄ
GODZ. 19.00
ODWACH OBOK RATUSZA *

25.05 PIĄTEK
Miejski Zagajnik zagrają BIERNASKI, JARED FLK i KACPER KAPSA
GODZ. 19.00
PLAC BIEGAŃSKIEGO

27.05 NIEDZIELA
Miejska Galeria Sztuki wspólne tworzenie instalacji z SETIS GROUP
GODZ. 15.00
PRZED MIEJSKĄ GALERIĄ SZTUKI

Podwieczorek z klasyką koncert uczniów Zespołu Szkół Muzycznych im. Żebrowskiego
GODZ. 18.30
SKWER PRZED IV LO IM. SIENKIEWICZA

Aleje

TU SIĘ DZIEJE!

MAJ 2018

10.05 CZWARTEK
Muzyczny Punkt Spotkań Jarosława Woszczyny koncert „The Dreaming Ukulele"
GODZ. 19.00
PLAC BIEGAŃSKIEGO

11.05 PIĄTEK
Duet z fasonem koncert PIOTRA NIKOLI I WOJCIECHA TURBIARZA
GODZ. 19.00
PLAC BIEGAŃSKIEGO

13.05 NIEDZIELA
Muzeum Częstochowskie wykład PAWŁA WOŹNIAKA „W błękicie jurajskiego morza"
GODZ. 18.00
RATUSZ *

16.05 ŚRODA
Wycieczka z Julkiem Sętowskim „Aleje w czasie Powstania Styczniowego 1863-1864"
GODZ. 18.00
PLAC BIEGAŃSKIEGO (ZBIÓRKA)

Alternatywa Między Ścianami spektakl TEATRU KTO? „Łamigłówka 2.0"
GODZ. 20.00
SCENA MIĘDZY RATUSZEM I ODWACHEM

17.05 CZWARTEK
Jazz Tradycyjny koncert 7A BLUES
GODZ. 19.00
PLAC BIEGAŃSKIEGO

22.05 WTOREK
Filmowy Wtorek „Balanga" - 25 lat od premiery, pokaz i spotkanie z twórcami filmu
GODZ. 18.30
OKF "ILUZJA",
ALEJA NAJŚWIĘTSZEJ MARYI PANNY 64 *

23.05 ŚRODA
Muzeum Częstochowskie memoriał MARIANA GORZECKIEGO z kabaretu Adios Muchachos
GODZ. 19.00
RATUSZ *

24.05 CZWARTEK
Michał Walczak Zaprasza
GODZ. 19.00
PLAC BIEGAŃSKIEGO

28.05 PONIEDZIAŁEK
Podróżnicze spotkanie z KAMILĄ „BEARGIRL" KIELAR
GODZ. 18.30
OKF "ILUZJA",
ALEJA NAJŚWIĘTSZEJ MARYI PANNY 64 *

29.05 WTOREK
Spotkanie z twórcą street artu SAINEREM
GODZ. 19.00
ODWACH OBOK RATUSZA *

30.05 ŚRODA
Alternatywa Między Ścianami TEATR SATYRY ZIELONA MRÓWA „Niech się miota złość na cię, czyli mówcie prawdę bajki i satyry rzetelne"
GODZ. 20.00
SCENA MIĘDZY RATUSZEM I ODWACHEM

/alejetusiedzieje
www.aleje.czestochowa.pl

WSTĘP WOLNY

* liczba miejsc ograniczona
Organizator zastrzega sobie możliwość zmian w programie.

ORGANIZATOR: CZĘSTOCHOWA

PARTNERZY: Filharmonia Częstochowska, Muzeum Częstochowskie

PATRONI MEDIALNI: wyborcza, CZĘSTOCHOWIAK, Czestochowie.pl, ZDROWA CZĘSTOCHOWA.PL, CGK

Przedszkoliada 2018, czyli rywalizacja najmłodszych w HSC



Kilkuset przedszkolaków rywalizowało podczas tegorocznej Przedszkoliady w Hali Sportowej Częstochowa. To już trzecia edycja integracyjnej imprezy dla najmłodszych.

Podobnie, jak podczas poprzednich edycji, maluchy z 17 przedszkoli rywalizowały w różnych sportowych konkurencjach grupowych, dostosowanych do ich możliwości i potrzeb rozwojowych. Całość służyła promocji aktywności ruchowej jako zdrowych i bezpiecznych form spędzania wolnego czasu, tworzeniu atmosfery współpracy, rozwijaniu odporności emocjonalnej, wdrażaniu do przestrzegania reguł zawodów sportowych oraz aktywizacji dzieci.

– *Przedszkoliada to wydarzenie, promujące zdrową rywalizację, ruch i chęć współzawodnictwa wśród najmłodszych mieszkańców naszego miasta, dlatego też całe wydarzenie ma na celu przede wszystkim naukę poprzez dobrą zabawę.* – **komentował współorganizator Przedszkoliady, radny miasta Częstochowy, Dariusz Kapinos.**

Wśród konkurencji, jakie czekały na uczestników były m.in. biegi z przeszkodami, przejście przez szarfę, toczenie i podawanie piłki, „celne oko", czy układanie woreczków. Na małych sportowców czekali również częstochowscy policjanci oraz pies Sznupek.

Kolejny raz impreza została zorganizowana w Hali Sportowej Częstochowa. – *To miejsce, które idealnie pasuje dla naszej imprezy* – **przekonuje główny organizator Przedszkoliady, dyrektor Zespołu Szkolno – Przedszkolnego nr 3, Barbara Jura.** – *Mamy mnóstwo miejsca dla zawodników i kibiców. Cała grupa łącznie z nauczycielami i rodzicami może dopingować przedszkolaków.*

Po rozegraniu wszystkich konkurencji komisja konkursowa podliczyła punkty i ogłosiła zwycięzców. Najlepszymi okazali się reprezentanci Miejskiego Przedszkola nr 9, drugie miejsce zdobyło Miejskie Przedszkole 41, a trzecie MP5. Wszystkim pozostałym przedszkolom przyznano miejsce czwarte. Oprócz nagród i medali, przedszkolaki otrzymały również dyplomy i słodkie upominki od prezydenta Krzysztofa Matyjaszczyka.

– *To już kolejna edycja Przedszkoliady, czyli im-*



prezy sportowej dla naszych przedszkolaków. Cieszę się, że z roku na rok coraz więcej najmłodszych bierze udział w tej wyjątkowej rywalizacji i dziękuje, że ponownie mogłem być z Wami. – **dziękował organizatorom prezydent miasta Częstochowy, Krzysztof Matyjaszczyk.**

Wszystkim uczestnikom zawodów serdecznie gratulujemy i życzymy powodzenia w kolejnej edycji!

12 nowoczesnych, ekologicznych autobusów przyjedzie do Częstochowy jesienią 2018 r.

Częstochowskie MPK podpisało umowę na produkcję i dostawę 12 nowych autobusów marki MAN A37. Wartość inwestycji dofinansowanej z Unii Europejskiej to 13,3 mln zł.



Na zdjęciu przedstawiciele firmy Man Bus&Truck, Prezydent Krzysztof Matyjaszczyk oraz Zarząd MPK

W styczniu miejski przewoźnik podpisał z PESĄ kontrakt o wartości 73 mln zł na dostawę 10 nowych tramwajów, które dotrą do Częstochowy w przyszłym roku, a pół roku temu - umowę z Marszałkiem Województwa na dofinansowanie unijne – zarówno do tego zakupu, jak i przebudowy starszej części linii tramwajowej (łączna wartość obu zadań to ponad 200 mln zł, a wysokość unijnego dofinansowania to aż 144 mln zł).

Teraz umowę na także „unijną" dostawę 12. nowych autobusów, rok po wprowadzeniu do ruchu przez MPK nowych 40 Solarisów Urbino (również dofinansowanych z UE), podpisali w czwartek, 19 kwietnia przedstawiciele Man Bus&Truck Polska, firmy, która wygrała obecny przetarg i której pojazdy wcześniejszej generacji, są już w taborze częstochowskiego MPK.

– *To kolejny ważny krok w rozwoju niskoemisyjnego transportu w mieście oraz poprawy komfortu podróżowania środkami MPK* – **mówi prezydent Krzysztof Matyjaszczyk**. – *Dzięki kolejnym europejskim środkom już jesienią nowe, bezpieczne, ekologiczne, bogato wyposażone autobusy powinny zacząć służyć ludziom. Wierzę, że będzie to kolejna zachęta do korzystania z komunikacji publicznej i przesiadania się do autobusów i tramwajów z własnych samochodów.*

12-metrowe autobusy marki MAN A37 z napędem dieslowskim będą spełniać najwyższe normy niskiego poziomu emisji spalin EURO 6. Pojazdy będą wyposażone w system automatycznego gaszenia pożaru, klimatyzację, monitoring, elektroniczny system informacji, system zliczania potoków pasażerskich, biletomaty oraz wifi. Dzięki m.in. przyciskom oznaczonym Brailem autobusy mają być wygodne również dla osób niepełnosprawnych, słabowidzących i słabosłyszących.

Zgodnie z zamówieniem 6 autobusów powinno być gotowych do ruchu od połowy października 2018 roku, a 6 kolejnych – w listopadzie.

Wartość kontraktu to 13 mln 300 tys. zł, z czego prawie 9 mln zł to wysokość unijnego dofinansowania.

– *Od 2010 r. MPK wzbogaciło się już – do tej pory - o ponad 100 nowych autobusów, a z nowymi MAN-ami ta liczba sięgnie stu kilkunastu.* - **podkreśla prezes MPK Mariusz Sikora.** - *Dzięki temu średni wiek całego taboru autobusowego MPK, wynoszący w 2010 r. blisko 11 lat, a obecnie nieco ponad 8 lat, po najbliższej dostawie spadnie do 6,6 roku.*

Inwestycja w nowe MAN-y to kolejny element realizacji programu Lepsza Komunikacja, w ramach którego miasto stara się równolegle poprawiać w Częstochowie warunki komunikacji drogowej, publicznej i rowerowej.

Umowę na nowe autobusy podpisano przed przebudowaną w latach 2015-2016 (kosztem 2,5 mln zł) halą autobusową, na terenie zajezdni MPK sp. z o.o. Firmę Man Bus & Truck Polska (która montuje swoje autobusy w Starachowicach) reprezentowali Kamil Gromek – dyrektor sprzedaży autobusów, Jacek Szczygielski – dyrektor ds. serwisowych oraz Zdzisław Piekorz – dyrektor regionalny ds. sprzedaży, a częstochowskie MPK – prezes Mariusz Sikora i wiceprezes Robert Madej. W uroczystości wziął udział także m.in. prezydent Częstochowy Krzysztof Matyjaszczyk.



UTRZYMANIE ZIELENI – BARDZIEJ KOMPLEKSOWO

Od kwietnia zielenią miejską w poszczególnych rejonach miasta zajmują się firmy, których zadaniem jest kompleksowe sprzątanie i pielęgnacja tych terenów, co ma wpływać na lepszą efektywność i ułatwić nadzór nad realizacją „zielonych" zadań. Na ich realizację miasto przeznacza w tym roku 4,7 mln zł.

Wybrano firmy, które od kwietnia 2018 roku zajmują się utrzymaniem porządku i czystości na miejskich terenach zielonych, pielęgnacją zieleni miejskiej oraz utrzymaniem porządku na przystankach komunikacji miejskiej.

Częstochowa została podzielona na 8 rejonów (I – Centrum, II – Tysiąclecie, III – Północ, IV – Grabówka, V – Mirów, VI – Raków, VII – Parki Podjasnogórskie, VIII – DK 1).

W marcowym przetargu wybrano firmy, które objęły w kompleksowe utrzymanie 6 rejonów, przetarg na dwa pozostałe rejony (Północ, DK-1) był powtarzany i został właśnie rozstrzygnięty. Zgodnie z wynikami przetargów rejonami Centrum i Raków zajmuje się częstochowska firma Z.P.U.H. Fleur; rejonami Tysiąclecie oraz parki podjasnogórskie (Staszica i 3 Maja) – konsorcjum z liderem P.U.P Jes z Częstochowy; rejonami Grabówka i Mirów – konsorcjum z liderem firmą Ready z Częstochowy, a rejonami Północ i DK-1 – Green-Park sp. z o.o. z Radomska.

Zmiana sposobu utrzymania rejonów na ich kompleksową obsługę przez jedną firmę (która odpowiada zarówno za czystość, utrzymanie i pielęgnację zieleni, jak i sprzątanie przystanków) ma pozwolić na osiągnięcie lepszego efektu i skuteczniejszy nadzór nad wykonawcami. W związku z przeznaczeniem na utrzymanie zieleni większych środków w tegorocznym budżecie miasta (w roku 2017 było to ok. 3 mln zł, w 2018 – ok. 4,7 mln), możliwa jest też intensyfikacja części prac porządkowych i pielęgnacyjnych prowadzonych na terenach zieleni miejskiej. **To realizacja jednej z zapowiedzi władz i prezydenta miasta, związanych z położeniem większego nacisku na „zieloną" Częstochowę w ramach miejskiego programu „Kierunek Przyjazna Częstochowa".** Wcześniejsze „rozbicie" wspomnianych zadań na kilka podmiotów w jednym rejonie rodziło spory kompetencyjne pomiędzy firmami i utrudniało nadzór nad właściwą realizacją zadań ze strony miasta. Połączenie zadań pozwoli również na przesuwanie środków finansowych wewnątrz rejonu, co daje szansę na ich efektywniejsze wykorzystanie. Zwiększone finansowanie z miasta to możliwość poprawy standardu utrzymania rejonów, a także zwiększenia (w miarę potrzeb) częstotliwości wykonywania poszczególnych prac np. liczby koszeń trawy w sezonie – z 3 do 6.

Nadzór nad realizacją zadań jest powierzony Częstochowskiemu Przedsiębiorstwu Komunalnemu sp. z o.o, które prowadziło procedurę przetargową związaną z wyborem firm w 8 rejonach.

Wszystkie uwagi i wnioski mieszkańców dotyczące realizacji zadań związanych z utrzymaniem czystości i pielęgnacją zieleni miejskiej można zgłaszać bezpośrednio do Częstochowskiego Przedsiębiorstwa Komunalnego (tel. 34 3226037 wewn. 14) oraz – w razie konieczności – do Wydziału Ochrony Środowiska, Rolnictwa i Leśnictwa Urzędu Miasta Częstochowy.

Straż Miejska usuwa wraki aut z częstochowskich ulic. Jest więcej miejsc parkingowych

W 2017 roku dzięki interwencjom Straży Miejskiej z częstochowskich ulic zniknęło 80 „wraków", a w 2018 roku zwolniło się już 13 miejsc parkingowych.



Fot. Straż Miejska w Częstochowie

Częstochowscy strażnicy miejscy w 2017 roku podjęli 80 interwencji wobec właścicieli aut, które były długotrwale nieużywane i spełniały wymogi tzw. „wraków". Tym samym mieszkańcom częstochowskich dzielnic przybyło 80 miejsc parkingowych, które dotychczas były stale blokowane przez nieużywane samochody.

Działania związane z usuwaniem z ulic i parkingów wraków samochodów prowadzi od kilku lat radny Tomasz Tyl.

– *Gdy zostałem radnym miejskim, zaczęli zgłaszać się do mnie częstochowianie, których raził problem „wraków" zajmujących przestrzeń na częstochowskich ulicach i parkingach. Prosili o interwencje, bo np. na parkingu pod ich blokiem od lat stał stary, skorodowany samochód, którym nikt się nie interesował, a który zajmował tak bardzo potrzebne mieszkańcom miejsce parkingowe.* – **opowiada radny miasta Częstochowy, Tomasz Tyl.** – *Udało mi się skutecznie zadziałać, by zniknął pierwszy wrak, potem kolejny i kolejny, co sygnalizowałem w mediach społecznościowych. W ten sposób ludzie dowiedzieli się o moich działaniach, sprawa nabrała rozgłosu i kolejne osoby sygnalizowały problem. I wciąż sygnalizują.*

– *W 19 przypadkach częstochowska Straż Miejska zlecała odholowanie pojazdy na parking strzeżony, co wiązało się z dodatkowymi kosztami dla właściciela pojazdu. W 61 przypadkach rozmowy strażników miejskich z właścicielami tzw. „wraków" przyniosły efekt w postaci usunięcia ich z parkingów ogólnodostępnych* – **informuje Artur Kucharski ze Straży Miejskiej w Częstochowie**.

– *Miasto w swoich zasobach posiada parking w dzielnicy Zawodzie, gdzie wywożone są wraki. Gdy nie można ustalić właściciela, po pewnym czasie wraki są przekazywane – za opłatą – odpowiedniej firmie.* – wyjaśnia radny Tomasz Tyl – *Tu trzeba nadmienić, iż właściciel ponosi sporą opłatę za wywóz oraz za każdy składowany na parkingu miejskim samochód.*

W 2018 roku częstochowscy strażnicy miejscy podjęli już 13 interwencji wobec właścicieli tzw. „wraków", które zwolniły miejsca parkingowe.

Straż Miejska może zlecić odholowanie pojazdu, który spełnia wymogi pojazdu długotrwale nieużywanego tylko i wyłącznie na wniosek zarządcy drogi. Mieszkańcy, którym przeszkadzają tzw. „wraki" w pierwszej kolejności swoje uwagi powinni zgłosić do zarządcy drogi, który następnie powinien powiadomić częstochowską Straż Miejską. Na terenach spółdzielni mieszkaniowych wniosek powinna złożyć spółdzielnia.

Usuwanie pojazdów pozostawionych bez tablic rejestracyjnych lub których stan wskazuje, że nie są używane odbywa się na podstawie art. 50a ustawy „Prawo o ruchu drogowym" połączonej z „Rozporządzeniem Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji w sprawie usuwania pojazdów pozostawionych bez tablic rejestracyjnych lub których stan wskazuje na to, że nie są używane".

Owe rozporządzenie stanowi w § 3 punkt 2 „Organ gminy lub zarządca drogi, w ramach wykonywanych zadań, zgłasza potrzebę usunięcia pojazdu z drogi podmiotowi, o którym mowa w § 2 pkt 1 (straż gminna/miejska) lub pkt 2 (Policja)".

Straż Miejska dziękuje za wszystkie sygnały i zgłoszenia dotyczące tzw. „wraków".



Na zdjęciu Radny Miasta Częstochowy Tomasz Tyl

reklama

Piwiarnia Częstochowa
2016
PUB • RESTAURANT

Twoje miejsce na imprezowej mapie Częstochowy!

ul. Kopernika 16/18 • www.PiwiarniaCzestochowa.pl • fb/pubpiwiarniaczestochowa



DZIEŃ PRZEDSIĘBIORCZOŚCI W STREFACH EKONOMICZNYCH

20 kwietnia z okazji Dnia Przedsiębiorczości młodzież Zespołu Szkół Mechaniczno-Elektrycznych oraz Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego, która uczestniczy w miejskim projekcie informacyjno-promocyjnym „Młodzi-Kreatywni" odwiedzili specjalne strefy ekonomiczne w Częstochowie.



Młodzież miała okazję porozmawiać z dyrektorem zarządzającym firmy X-kom, Mateuszem Kapustą (firma ulokowana na terenach SSE Euro-Park Mielec) oraz odwiedzić halę produkcyjną CGR Poland (Katowicka Specjalna Strefa Ekonomiczna), po której oprowadził ich prezes Mariusz Nowicki. Uczniowie zapoznali się z warunkami pracy i zatrudnienia, mieli też okazje przekonać się o wciąż rosnącym zapotrzebowaniu pracodawców na tzw. zawody techniczne.

Projekt „Młodzi-Kreatywni" realizowany jest przez Wydział Polityki Społecznej Urzędu Miasta Częstochowy wraz z partnerami projektu w ramach Programu Wspierania Przedsiębiorczości i Tworzenia Nowych Miejsc Pracy w Częstochowie na lata 2013-2018.

Wizytę młodzieży zorganizował Wydział Polityki Społecznej oraz Centrum Obsługi Inwestora Urzędu Miasta Częstochowy z pomocą Miejskiego Przedsiębiorstwa Komunikacyjnego w Częstochowie.

Jak skutecznie zamieniać nowe pomysły w rozwiązania przynoszące zyski, czyli konferencja „Firma gotowa na innowacje"

Harvard Business Review we współpracy z Miastem Częstochowa był organizatorem konferencji „Firma gotowa na innowacje", w której wzięło udział ponad 100 przedstawicieli firm i organizacji gospodarczych – nie tylko z Częstochowy i subregionu.

W czasie konferencji 10 kwietnia w hotelu Arche, ludzie biznesu, w tym reprezentanci największych częstochowskich inwestorów i pracodawców, słuchali m.in. o tym jak wygrywać dzięki innowacjom i skutecznie zamieniać nowe pomysły w rozwiązania przynoszące zyski, niezależnie od wielkości firmy i branży w jakiej ona działa. Głównym prelegentem i „trenerem" w czasie konferencji organizowanej w ramach cyklu „Harvard rusza w Polskę" był dr Witold Jankowski - redaktor naczelny „Harvard Business Review Polska" oraz jeden z najbardziej doświadczonych konsultantów strategicznych w Europie. Mówił na temat innowacji jako źródła przewagi konkurencyjnej, innowacji zorientowanej na klienta, tworzeniu produktów i usług, które mają szanse podbić serca kupujących, przedstawił też zestaw narzędzi wspierających proces zarządzania innowacjami.

Głównym partnerem wydarzenia był Urząd Miasta z marką „Invest in Czestochowa", więc innowacyjne rozwiązania w zarządzaniu miastem zaprezentował także – na początku konferencji - prezydent Częstochowy Krzysztof Matyjaszczyk. Wychodząc z idei miasta jako specyficznego rodzaju przedsiębiorstwa dążącego do szeroko rozumianego rozwoju społeczno-gospodarczego, przedstawił przykłady innowacyjnych projektów i działań zainicjowanych przez miasto w ostatnim okresie, które okazały się nierzadko nowatorskie w skali kraju, nie tylko w sferze działalności samorządów, ale - szerzej - instytucji publicznych. Wśród tych przykładów znalazł się m.in. projekt „Aktywni rodzice – szczęśliwe dzieci", związany ze wsparciem opieki nad dzieckiem do lat 3, kierowany do osób chcących wrócić do pracy po przerwie macierzyńskiej (obejmujący m.in. zatrudnianie nian). Inna miejska „dobra praktyka" to tworzenie warunków dla wsparcia sieciowego poprzez tworzenie partnerstw opartych na współpracy z organizacjami pozarządowymi (NGO). Takie partnersywa mogą skuteczniej realizować cele społeczne w danym obszarze problemowym, środowisku czy konkretnej dzielnicy. Prezydent pokazał także działania racjonalizujące liczbę urlopów nauczycielskich dla poratowania zdrowia w częstochowskiej oświacie, a także szeroki zakres



miejskich programów zdrowotnych oferowanych mieszkańcom, z których niektóre były pionierskie w skali kraju i były wprowadzane później przez inne samorządy (tu przykładem może być dofinansowanie zabiegów in vitro czy szczepienia przeciw pneumokokom). Innowacyjnym projektem w dziedzinie promocji inwestycyjnej jest np. Iron Oxide Festival, związany z tworzeniem instalacji artystycznych na terenie i w przestrzeni strefy przemysłowej, a w zakresie profilowania edukacji pod kątem potrzeb rynku pracy – pomysł na Centrum Lepszych Miejsc Pracy – platformę współpracy pracodawców, szkół, uczniów i absolwentów. Krzysztof Matyjaszczyk przypomniał też, że Częstochowa to miasto inwestycyjnych terenów w dwóch specjalnych strefach ekonomicznych (zagospodarowywanych obecnie z sukcesem), a także samorząd realizujący zadania i informujący o kolejnych projektach metodycznie, poprzez wyznaczenie priorytetowych obszarów działań, jak: Lepsza Komunikacja, Teraz Lepsza Praca czy Kierunek Przyjazna Częstochowa. Jedną z tez prezentacji jest stwierdzenie, że innowacja w zarządzaniu miastem nie może być oczywiście celem samym w sobie, tylko narzędziem umożliwiającym realizację celu podstawowego, jakim jest – generalnie mówiąc - poprawa jakości życia mieszkańców.

Źródło: Wydział Funduszy Europejskich i Rozwoju Urzędu Miasta Częstochowy

reklama

Przedsiębiorstwo Usługowe Green-Garden oferuje:
- Kompleksowe zakładanie ogrodów
- Pielęgnację całoroczną i jednorazową ogrodów
- Trawniki z rolki lub z siewu
- Cięcie, formowanie roślin i drzew
- System nawadniania
- Układanie kostki, murków, obrzeży
- Porady ogrodnicze
- Kompleksowe odśnieżanie

Green Garden KONTAKT: 785-173-362



Prezydent Miasta Częstochowy
Krzysztof Matyjaszczyk

CZĘSTOCHOWA

zaprasza częstochowian - uczniów szkół podstawowych do udziału w bezpłatnych programach profilaktyki zdrowotnej

BADANIE SŁUCHU PIERWSZOKLASISTÓW

—

PROFILAKTYKA STOMATOLOGICZNA
DRUGOKLASISTÓW

—

BADANIA PRZESIEWOWE WAD POSTAWY
DLA TRZECIO- I CZWARTOKLASISTÓW

Badania będą realizowane na terenie szkół po uzyskaniu zgody rodzica.



Szczegóły na www.czestochowa.pl

Ruszył program Częstochowa wspiera Seniorów

Aplikacja alarmowa na smartfony oraz roczny bilet emerytalny za 100 zł na miejską komunikację to pierwsze przedsięwzięcia, które będą zrealizowane w ramach nowego programu „Częstochowa wspiera Seniorów”.



Częstochowscy seniorzy są dużą, niezwykle ważną grupą społeczną, istotną częścią życia społecznego naszego miasta. Samorząd od dłuższego czasu zajmuje się nią w sposób szczególny. Są już efekty tych działań - seniorki i seniorzy są w naszym mieście coraz bardziej widoczni i chętni do korzystania z dużej liczby aktywności i udogodnień, jakie oferuje miasto.

- *By usystematyzować te działania i monitorować je na bieżąco, a także jeszcze lepiej przystosowywać naszą ofertę do potrzeb naszych mieszkańców, rozpoczynamy realizację programu „Częstochowa wspiera Seniorów”* – **mówi prezydent Krzysztof Matyjaszczyk.** - *Tych działań jest już tak dużo, że postanowiliśmy je pogrupować, tak by nasi seniorzy mogli w pełni wykorzystywać wszystkie możliwości i łatwiej znaleźć wszystkie potrzebne im informacje.*

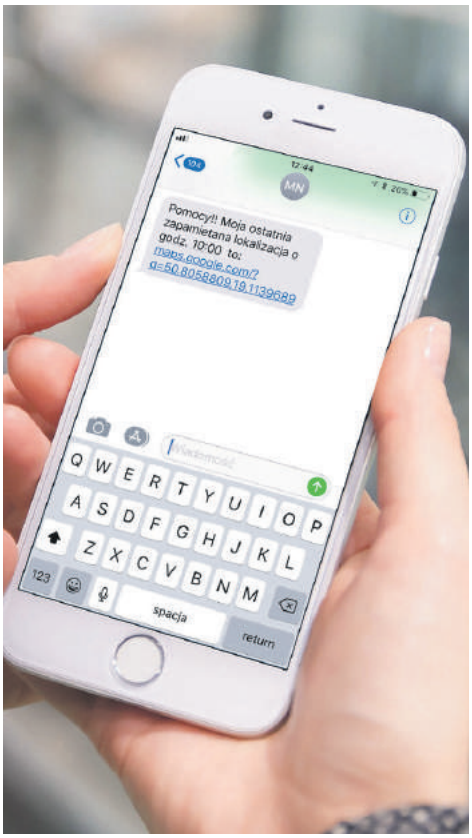
Powołano już zespół zadaniowy, który będzie koordynował prowadzone działania w ramach programu „Częstochowa wspiera Seniorów”. **Jego przewodniczącym został naczelnik Wydziału Polityki Społecznej Adrian Staroniek.**

Sam program ma na celu tworzenie warunków do działań promujących aktywność seniorów, zapewniających poczucie bezpieczeństwa; określa także zadania mające na celu przystosowanie infrastruktury do potrzeb i możliwości osób starszych a także zmianę sposobu postrzegania seniorów, w szczególności przez dzieci i młodzież.

- *Dzięki programowi „Częstochowa wspiera Seniorów” nasi najbardziej dojrzali mieszkańcy miasta zostaną otoczeni jeszcze większą opieką i wsparciem w obszarze aktywności społecznej, zdrowia i bezpieczeństwa* – **mówił prezydent miasta, Krzysztof Matyjaszczyk.**

Program będzie realizowany w trzech sferach: zdrowie i bezpieczeństwo; aktywność społeczna (**w tym: kultura, rekreacja, wsparcie**) oraz rozwój osobisty (**w tym działania międzypokoleniowe**).

Pierwszym nowym elementem realizowanym w ramach programu, będzie wdrożenie aplikacji alarmowej na smartfony. Już teraz można ją pobrać ze strony **www.czestochowa.pl** (baner „Czuj się bezpiecznie”). Aplikacja ma przyjazny dla seniora wygląd i intuicyjny interfejs, można jej więc używać łatwo, nawet w sytuacji stresu. Jest też bardzo prosta w obsłudze - korzystający z niej senior, w przypadku niebezpieczeństwa, w sytuacji zagrożenia lub jakiegoś nagłego wypadku przytrzymuje przycisk alarmowy na wyświetlaczu i automatycznie powiadamia o tym, że dzieje się coś złego, wybraną sieć pomocową. To może być sąsiad, przyjaciel, syn, córka, wnuk, opiekun medyczny, lekarz rodzinny... Każdy, kto przyłączy się takiej sieci pomocowej. Aplikacja wyśle powiadomienie - smsa – z wiadomością o potrzebie pomocy do 3 wybranych osób, poda też lokalizację na mapie (jeśli telefon ma włączony GPS) oraz automatyczne wybierze numer osoby do pierwszego kontaktu, z którą połączy się w trybie głośnomówiącym.



Kolejnym udogodnieniem dla seniorów jest wprowadzenie miejskiego biletu emerytalnego - rocznego. Będzie kosztował 100 zł i będzie ważny przez 365 kolejnych dni od dowolnie wybranego momentu. Będzie przysługiwać wszystkim emerytkom powyżej 60. roku życia i wszystkim emerytom powyżej 65. roku, zamieszkałym na terenie Częstochowy. Bilet będzie zapisywany na e-karcie i wydawany na podstawie ważnej legitymacji emeryta. Za 100 zł będzie więc można jeździć środkami MPK przez cały rok (emeryci powyżej 70. roku życia jeżdżą oczywiście w Częstochowie – na podstawie wcześniejszej regulacji – za darmo).

W ostatnich latach w Częstochowie realizowanych jest wiele przedsięwzięć przygotowywanych specjalnie dla seniorów. To m.in. realizacja programów „Częstochowa seniorom” (Karta Częstochowski Senior, Karta Mieszkańca) oraz „Koperta życia”, projektu usług teleopiekuńczych „Bezpiecznie we własnym domu”, działalność Częstochowskiego Centrum Aktywności Seniorów oraz dwóch Dziennych Domów „Wigor-Senior” czy organizacja „Senioraliów”.

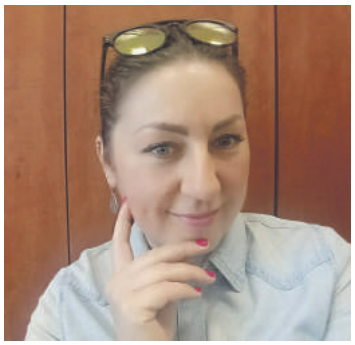
W utrzymaniu dobrej kondycji fizycznej pomagają też specjalnie przygotowane przez samorząd programy zdrowotne dla osób starszych - profilaktycznych szczepień i badań oraz rehabilitacji ruchowej. Cały czas rozbudowywane jest także zaplecze sportowo-rekreacyjne, z myślą o seniorach we wszystkich dzielnicach powstają kolejne place rekreacji. Znakomitym przykładem integrowania środowiska seniorów jest działalność częstochowskich uniwersytetów trzeciego wieku, które udowadniają, że na naukę nigdy nie jest za późno, a także specjalne oferty miejskich instytucji, m.in. Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji (akcja „Aktywny Senior”), OKF „Iluzja” (Kino Seniora), Teatru im. Adama Mickiewicza (Teatr przyjazny osobom po 60. roku życia), Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej (akcja „Kawiarenka dla seniora”). Warte odnotowania są także działania Zakładu Gospodarki Mieszkaniowej „TBS”, takie jak choćby akcja informacyjna pod hasłem „Bądź bezpieczny, seniorze”.



Redakcja naszej gazety testowała działanie aplikacji OpiekaNova i z przyjemnością możemy stwierdzić, że jest ona łatwa w obsłudze i dostosowana do potrzeb seniorów dlatego też gorąco zachęcamy wszystkich czytelników do zainstalowania aplikacji OpiekaNova Waszym babciom i dziadkom.

MAGIA DŹWIĘKU, KOLORU I ŚWIATŁA

Z Panią Kamilą Grochowiną – Animatorem społecznym, coachem, trenerem-wykładowcą, doradcą zawodowym, a przede wszystkim prawdziwą społeczniczką, współpracującą z organizacjami pozarządowymi, spotkałam się, aby porozmawiać o nowym projekcie realizowanym przez Stowarzyszenie Częstochowskie Amazonki.



ES: Na początku powiedz parę słów o sobie.

KG: Jestem typem społecznika. Lubię pracę z ludźmi, lubię tworzyć przestrzeń do wspólnych działań. Na co dzień pracuję w Agencji Rozwoju Regionalnego w Częstochowie S.A. (ARR) – jestem Kierownikiem projektu „Świadomy Biznes", w ramach którego przy wsparciu środków z Europejskiego Funduszu Społecznego powstało 28 firm działających w różnych branżach. Dzięki pracy w ARR bardzo dużo się nauczyłam, to był najlepszy dla mnie czas na rozwój i zdobywanie doświadczenia, które dziś jest bardzo przydatne. W ciągu ostatnich 12 lat pracy mogłam sprawdzić się na różnych stanowiskach. Na początku jako Doradca zawodowy w Gminnym Centrum Informacji, potem Specjalista ds. informacji i promocji funduszy europejskich, Asystent kierownika, Doradca kluczowy, Animator w Regionalnym Ośrodku Europejskiego Funduszu Społecznego, Animator w Ośrodku Wsparcia Ekonomii Społecznej. Ukończyłam Ekonomię Społeczną na Uniwersytecie Ekonomicznym w Krakowie, Partycypację Społeczną na Uniwersytecie Gdańskim, Coaching w Górnośląskiej Wyższej Szkole Handlowej oraz Doradztwo zawodowe w Wyższej Szkole Pedagogicznej w Częstochowie. Aktualnie - 3 rok studiów magisterskich - Psychologia w Wyższej szkole Humanitas w Sosnowcu.

ES: Skąd pomysł na projekt „Magia Dźwięku, Koloru i Światła"?

KG: Sam pomysł powstał chyba z moich zainteresowań, na które ciągle brakuje mi czasu. To odpowiedź na potrzeby społeczności. To okazja do ekspresji kulturalnej – wyrażania siebie poprzez sztukę, przy jednoczesnym „ładowaniu tzw. baterii", a także konstruktywne spędzanie czasu wolnego przez osoby starsze – to głównie z myślą o nich powstał projekt.

ES: Jaki jest zasadniczy cel projektu?

KG: Zwiększenie aktywności społecznej wśród 100 osób w wieku 60+ z terenu Miasta Częstochowy i powiatu częstochowskiego w kierunku poprawy jakości i poziomu ich życia poprzez różnorodne działania integrujące wewnątrz i międzypokoleniowo oraz aktywne towarzyszenie seniorom w okresie od 20 marca do 31 grudnia 2018 r.

ES: Co zyska potencjalny uczestnik projektu dzięki udziałowi w nim?

KG: Przede wszystkim przestrzeń do własnego odkrywania, poznawania, przeżywania, tworzenia, autorefleksji, i wyrażania siebie poprzez nieodpłatne zajęcia: teatralne, fotograficzno-filmowe oraz malarskie. Zorganizujemy koncerty relaksacyjne. Dzieła, które powstaną będą zaprezentowane, sztuka – komedia pod kierunkiem Pani Iwony Chołuj - aktorki z częstochowskiego teatru – zostanie wystawiona w Teatrze i Filharmonii. Powstanie fotogaleria i film promujący projekt i odważne działania Częstochowskich Amazonek.

ES: Trwa rekrutacja, co powinna zrobić osoba spełniająca ww. wymagania aby uczestniczyć w projekcie?

KG: Osoby zainteresowane udziałem w projekcie powinny zapoznać się z jego Regulaminem oraz wypełnić i dostarczyć do Biura Projektu wypełniony i podpisany Formularz zgłoszeniowy. Dokumenty są dostępne na stronie internetowej Stowarzyszenia www.czestochowskieamazonki.pl oraz w Biurze projektu przy ul. Staszica 10 w Częstochowie.

ES: Co według Ciebie odróżnia projekt Magia Dźwięku, Koloru i Światła od innych projektów skierowanych przede wszystkim dla osób powyżej 60 roku życia?

KG: W mojej ocenie Ludzie dzisiaj chcą czegoś nowego, potrzebują INNOWACJI SPOŁECZNEJ - tzw. różnorodności, koktajlu międzypokoleniowego. Stąd w projekcie udział ludzi młodych (30%), energicznych i entuzjastycznych.

ES: Skąd czerpiesz pomysły na projekty? Co pomaga znaleźć koncepcję?

KG: Staram się słuchać ludzi i dużo z nimi rozmawiam. Obserwuję otoczenie i widzę, że jest sporo osób, które są znudzone szarą rzeczywistością i chcą czegoś więcej. Jestem typem kreatora – mam w sobie dużo inicjatywności – lubię tworzyć i wymyślać. Pablo Picasso powiedział, że „Inspiracja istnieje, ale musi Cię zastać". Widać, mnie zastała już nie raz.

ES: Warto współpracować z organizacjami pozarządowymi?

KG: Jak najbardziej. Można realizować siebie. Ważna jest kwestia poprawnych relacji z ludźmi i zaangażowanie. Pani Elżbiecie Markowskiej – Prezes Stowarzyszenia Częstochowskich Amazonek dziękuję za swobodę działania, zaufanie, traktowanie mnie jako mentora.

ES: Jakie plany dalej? Jest już w myślach jakiś nowy pomysł na projekt?

KG: Jak najbardziej. Z uwagi na fakt, że lubię zaskakiwać, to pozostawię nutkę tajemnicy.

ES: Gdybyś miała zarekomendować projekt Magia Dźwięku, Koloru i Światła to jak zachęciłabyś do uczestnictwa?

KG: Jeśli chcesz uczynić swoje życie nasyconym barwami, zanurzyć się w magii dźwięków ziemi i przestrzeni, poznawać siebie w nowych rolach, wziąć udział w zajęciach artystycznych – to coś dla Ciebie!

ZACZNIJ ŻYĆ BARDZIEJ!

Dziękuję za rozmowę! Mam nadzieję, że projekt okaże się ogromnym sukcesem.



Złodziej wpadł na „gorącym uczynku" gdy... kradł monety z miejskiego szaletu

Częstochowscy strażnicy miejscy ujęli mężczyznę, który w rejonie placu Daszyńskiego próbował ukraść monety z automatu otwierającego drzwi do szaletu miejskiego.

Na niecodzienny pomysł wpadł mężczyzna, który w środę, 18 kwietnia około godz. 9:35 próbował okraść... miejski szalet. Mężczyzna miał drut, którym wyjmował pieniądze z automatu. Miał pecha. Okolicę placu Daszyńskiego akurat patrolowali częstochowscy strażnicy miejscy, którzy ujęli złodzieja na „gorącym uczynku". Teraz odpowie za swój czyn.

Źródło: sm.czestochowa.pl



HARMONOGRAM ODBIORU I TRANSPORTU ODPADÓW KOMUNALNYCH I ZBIERANYCH SELEKTYWNIE Z POSESJI ZAMIESZKAŁYCH

MAJ 2018

Podjasnogórska	Ostatni Grosz	Mirów	Lisiniec	Kiedrzyn	Grabówka	Gnaszyn-Kawodrza	Dąbów	Częstochówka-Parkitka	Błeszno	Zawodzie-Dąbie	Wyczerpy-Aniołów	Wrzosowiak	Tysiąclecie	Trzech Wieszczów
1 WTOREK	1 WTOREK	1 WTOREK	1 WTOREK	1 WTOREK	1 WTOREK	1 WTOREK	1 WTOREK	1 WTOREK	1 WTOREK	1 WTOREK	1 WTOREK	1 WTOREK	1 WTOREK	1 WTOREK
2 ŚRODA	2 ŚRODA	2 ŚRODA	2 ŚRODA	2 ŚRODA	2 ŚRODA	2 ŚRODA	2 ŚRODA	2 ŚRODA	2 ŚRODA	2 ŚRODA	2 ŚRODA	2 ŚRODA	2 ŚRODA	2 ŚRODA
3 CZWARTEK	3 CZWARTEK	3 CZWARTEK	3 CZWARTEK	3 CZWARTEK	3 CZWARTEK	3 CZWARTEK	3 CZWARTEK	3 CZWARTEK	3 CZWARTEK	3 CZWARTEK	3 CZWARTEK	3 CZWARTEK	3 CZWARTEK	3 CZWARTEK
4 PIĄTEK	4 PIĄTEK	4 PIĄTEK	4 PIĄTEK	4 PIĄTEK	4 PIĄTEK	4 PIĄTEK	4 PIĄTEK	4 PIĄTEK	4 PIĄTEK	4 PIĄTEK	4 PIĄTEK	4 PIĄTEK	4 PIĄTEK	4 PIĄTEK
5 SOBOTA	5 SOBOTA	5 SOBOTA	5 SOBOTA	5 SOBOTA	5 SOBOTA	5 SOBOTA	5 SOBOTA	5 SOBOTA	5 SOBOTA	5 SOBOTA	5 SOBOTA	5 SOBOTA	5 SOBOTA	5 SOBOTA
6 NIEDZIELA	6 NIEDZIELA	6 NIEDZIELA	6 NIEDZIELA	6 NIEDZIELA	6 NIEDZIELA	6 NIEDZIELA	6 NIEDZIELA	6 NIEDZIELA	6 NIEDZIELA	6 NIEDZIELA	6 NIEDZIELA	6 NIEDZIELA	6 NIEDZIELA	6 NIEDZIELA
7 PONIEDZIAŁEK	7 PONIEDZIAŁEK	7 PONIEDZIAŁEK	7 PONIEDZIAŁEK	7 PONIEDZIAŁEK	7 PONIEDZIAŁEK	7 PONIEDZIAŁEK	7 PONIEDZIAŁEK	7 PONIEDZIAŁEK	7 PONIEDZIAŁEK	7 PONIEDZIAŁEK	7 PONIEDZIAŁEK	7 PONIEDZIAŁEK	7 PONIEDZIAŁEK	7 PONIEDZIAŁEK
8 WTOREK	8 WTOREK	8 WTOREK	8 WTOREK	8 WTOREK	8 WTOREK	8 WTOREK	8 WTOREK	8 WTOREK	8 WTOREK	8 WTOREK	8 WTOREK	8 WTOREK	8 WTOREK	8 WTOREK
9 ŚRODA	9 ŚRODA	9 ŚRODA	9 ŚRODA	9 ŚRODA	9 ŚRODA	9 ŚRODA	9 ŚRODA	9 ŚRODA	9 ŚRODA	9 ŚRODA	9 ŚRODA	9 ŚRODA	9 ŚRODA	9 ŚRODA
10 CZWARTEK	10 CZWARTEK	10 CZWARTEK	10 CZWARTEK	10 CZWARTEK	10 CZWARTEK	10 CZWARTEK	10 CZWARTEK	10 CZWARTEK	10 CZWARTEK	10 CZWARTEK	10 CZWARTEK	10 CZWARTEK	10 CZWARTEK	10 CZWARTEK
11 PIĄTEK	11 PIĄTEK	11 PIĄTEK	11 PIĄTEK	11 PIĄTEK	11 PIĄTEK	11 PIĄTEK	11 PIĄTEK	11 PIĄTEK	11 PIĄTEK	11 PIĄTEK	11 PIĄTEK	11 PIĄTEK	11 PIĄTEK	11 PIĄTEK
12 SOBOTA	12 SOBOTA	12 SOBOTA	12 SOBOTA	12 SOBOTA	12 SOBOTA	12 SOBOTA	12 SOBOTA	12 SOBOTA	12 SOBOTA	12 SOBOTA	12 SOBOTA	12 SOBOTA	12 SOBOTA	12 SOBOTA
13 NIEDZIELA	13 NIEDZIELA	13 NIEDZIELA	13 NIEDZIELA	13 NIEDZIELA	13 NIEDZIELA	13 NIEDZIELA	13 NIEDZIELA	13 NIEDZIELA	13 NIEDZIELA	13 NIEDZIELA	13 NIEDZIELA	13 NIEDZIELA	13 NIEDZIELA	13 NIEDZIELA
14 PONIEDZIAŁEK	14 PONIEDZIAŁEK	14 PONIEDZIAŁEK	14 PONIEDZIAŁEK	14 PONIEDZIAŁEK	14 PONIEDZIAŁEK	14 PONIEDZIAŁEK	14 PONIEDZIAŁEK	14 PONIEDZIAŁEK	14 PONIEDZIAŁEK	14 PONIEDZIAŁEK	14 PONIEDZIAŁEK	14 PONIEDZIAŁEK	14 PONIEDZIAŁEK	14 PONIEDZIAŁEK
15 WTOREK	15 WTOREK	15 WTOREK	15 WTOREK	15 WTOREK	15 WTOREK	15 WTOREK	15 WTOREK	15 WTOREK	15 WTOREK	15 WTOREK	15 WTOREK	15 WTOREK	15 WTOREK	15 WTOREK
16 ŚRODA	16 ŚRODA	16 ŚRODA	16 ŚRODA	16 ŚRODA	16 ŚRODA	16 ŚRODA	16 ŚRODA	16 ŚRODA	16 ŚRODA	16 ŚRODA	16 ŚRODA	16 ŚRODA	16 ŚRODA	16 ŚRODA
17 CZWARTEK	17 CZWARTEK	17 CZWARTEK	17 CZWARTEK	17 CZWARTEK	17 CZWARTEK	17 CZWARTEK	17 CZWARTEK	17 CZWARTEK	17 CZWARTEK	17 CZWARTEK	17 CZWARTEK	17 CZWARTEK	17 CZWARTEK	17 CZWARTEK
18 PIĄTEK	18 PIĄTEK	18 PIĄTEK	18 PIĄTEK	18 PIĄTEK	18 PIĄTEK	18 PIĄTEK	18 PIĄTEK	18 PIĄTEK	18 PIĄTEK	18 PIĄTEK	18 PIĄTEK	18 PIĄTEK	18 PIĄTEK	18 PIĄTEK
19 SOBOTA	19 SOBOTA	19 SOBOTA	19 SOBOTA	19 SOBOTA	19 SOBOTA	19 SOBOTA	19 SOBOTA	19 SOBOTA	19 SOBOTA	19 SOBOTA	19 SOBOTA	19 SOBOTA	19 SOBOTA	19 SOBOTA
20 NIEDZIELA	20 NIEDZIELA	20 NIEDZIELA	20 NIEDZIELA	20 NIEDZIELA	20 NIEDZIELA	20 NIEDZIELA	20 NIEDZIELA	20 NIEDZIELA	20 NIEDZIELA	20 NIEDZIELA	20 NIEDZIELA	20 NIEDZIELA	20 NIEDZIELA	20 NIEDZIELA
21 PONIEDZIAŁEK	21 PONIEDZIAŁEK	21 PONIEDZIAŁEK	21 PONIEDZIAŁEK	21 PONIEDZIAŁEK	21 PONIEDZIAŁEK	21 PONIEDZIAŁEK	21 PONIEDZIAŁEK	21 PONIEDZIAŁEK	21 PONIEDZIAŁEK	21 PONIEDZIAŁEK	21 PONIEDZIAŁEK	21 PONIEDZIAŁEK	21 PONIEDZIAŁEK	21 PONIEDZIAŁEK
22 WTOREK	22 WTOREK	22 WTOREK	22 WTOREK	22 WTOREK	22 WTOREK	22 WTOREK	22 WTOREK	22 WTOREK	22 WTOREK	22 WTOREK	22 WTOREK	22 WTOREK	22 WTOREK	22 WTOREK
23 ŚRODA	23 ŚRODA	23 ŚRODA	23 ŚRODA	23 ŚRODA	23 ŚRODA	23 ŚRODA	23 ŚRODA	23 ŚRODA	23 ŚRODA	23 ŚRODA	23 ŚRODA	23 ŚRODA	23 ŚRODA	23 ŚRODA
24 CZWARTEK	24 CZWARTEK	24 CZWARTEK	24 CZWARTEK	24 CZWARTEK	24 CZWARTEK	24 CZWARTEK	24 CZWARTEK	24 CZWARTEK	24 CZWARTEK	24 CZWARTEK	24 CZWARTEK	24 CZWARTEK	24 CZWARTEK	24 CZWARTEK
25 PIĄTEK	25 PIĄTEK	25 PIĄTEK	25 PIĄTEK	25 PIĄTEK	25 PIĄTEK	25 PIĄTEK	25 PIĄTEK	25 PIĄTEK	25 PIĄTEK	25 PIĄTEK	25 PIĄTEK	25 PIĄTEK	25 PIĄTEK	25 PIĄTEK
26 SOBOTA	26 SOBOTA	26 SOBOTA	26 SOBOTA	26 SOBOTA	26 SOBOTA	26 SOBOTA	26 SOBOTA	26 SOBOTA	26 SOBOTA	26 SOBOTA	26 SOBOTA	26 SOBOTA	26 SOBOTA	26 SOBOTA
27 NIEDZIELA	27 NIEDZIELA	27 NIEDZIELA	27 NIEDZIELA	27 NIEDZIELA	27 NIEDZIELA	27 NIEDZIELA	27 NIEDZIELA	27 NIEDZIELA	27 NIEDZIELA	27 NIEDZIELA	27 NIEDZIELA	27 NIEDZIELA	27 NIEDZIELA	27 NIEDZIELA
28 PONIEDZIAŁEK	28 PONIEDZIAŁEK	28 PONIEDZIAŁEK	28 PONIEDZIAŁEK	28 PONIEDZIAŁEK	28 PONIEDZIAŁEK	28 PONIEDZIAŁEK	28 PONIEDZIAŁEK	28 PONIEDZIAŁEK	28 PONIEDZIAŁEK	28 PONIEDZIAŁEK	28 PONIEDZIAŁEK	28 PONIEDZIAŁEK	28 PONIEDZIAŁEK	28 PONIEDZIAŁEK
29 WTOREK	29 WTOREK	29 WTOREK	29 WTOREK	29 WTOREK	29 WTOREK	29 WTOREK	29 WTOREK	29 WTOREK	29 WTOREK	29 WTOREK	29 WTOREK	29 WTOREK	29 WTOREK	29 WTOREK
30 ŚRODA	30 ŚRODA	30 ŚRODA	30 ŚRODA	30 ŚRODA	30 ŚRODA	30 ŚRODA	30 ŚRODA	30 ŚRODA	30 ŚRODA	30 ŚRODA	30 ŚRODA	30 ŚRODA	30 ŚRODA	30 ŚRODA
31 CZWARTEK	31 CZWARTEK	31 CZWARTEK	31 CZWARTEK	31 CZWARTEK	31 CZWARTEK	31 CZWARTEK	31 CZWARTEK	31 CZWARTEK	31 CZWARTEK	31 CZWARTEK	31 CZWARTEK	31 CZWARTEK	31 CZWARTEK	31 CZWARTEK

Śródmieście	Stradom	Stare Miasto	Raków	Północ
1 WTOREK	1 WTOREK	1 WTOREK	1 WTOREK	1 WTOREK
2 ŚRODA	2 ŚRODA	2 ŚRODA	2 ŚRODA	2 ŚRODA
3 CZWARTEK	3 CZWARTEK	3 CZWARTEK	3 CZWARTEK	3 CZWARTEK
4 PIĄTEK	4 PIĄTEK	4 PIĄTEK	4 PIĄTEK	4 PIĄTEK
5 SOBOTA	5 SOBOTA	5 SOBOTA	5 SOBOTA	5 SOBOTA
6 NIEDZIELA	6 NIEDZIELA	6 NIEDZIELA	6 NIEDZIELA	6 NIEDZIELA
7 PONIEDZIAŁEK	7 PONIEDZIAŁEK	7 PONIEDZIAŁEK	7 PONIEDZIAŁEK	7 PONIEDZIAŁEK
8 WTOREK	8 WTOREK	8 WTOREK	8 WTOREK	8 WTOREK
9 ŚRODA	9 ŚRODA	9 ŚRODA	9 ŚRODA	9 ŚRODA
10 CZWARTEK	10 CZWARTEK	10 CZWARTEK	10 CZWARTEK	10 CZWARTEK
11 PIĄTEK	11 PIĄTEK	11 PIĄTEK	11 PIĄTEK	11 PIĄTEK
12 SOBOTA	12 SOBOTA	12 SOBOTA	12 SOBOTA	12 SOBOTA
13 NIEDZIELA	13 NIEDZIELA	13 NIEDZIELA	13 NIEDZIELA	13 NIEDZIELA
14 PONIEDZIAŁEK	14 PONIEDZIAŁEK	14 PONIEDZIAŁEK	14 PONIEDZIAŁEK	14 PONIEDZIAŁEK
15 WTOREK	15 WTOREK	15 WTOREK	15 WTOREK	15 WTOREK
16 ŚRODA	16 ŚRODA	16 ŚRODA	16 ŚRODA	16 ŚRODA
17 CZWARTEK	17 CZWARTEK	17 CZWARTEK	17 CZWARTEK	17 CZWARTEK
18 PIĄTEK	18 PIĄTEK	18 PIĄTEK	18 PIĄTEK	18 PIĄTEK
19 SOBOTA	19 SOBOTA	19 SOBOTA	19 SOBOTA	19 SOBOTA
20 NIEDZIELA	20 NIEDZIELA	20 NIEDZIELA	20 NIEDZIELA	20 NIEDZIELA
21 PONIEDZIAŁEK	21 PONIEDZIAŁEK	21 PONIEDZIAŁEK	21 PONIEDZIAŁEK	21 PONIEDZIAŁEK
22 WTOREK	22 WTOREK	22 WTOREK	22 WTOREK	22 WTOREK
23 ŚRODA	23 ŚRODA	23 ŚRODA	23 ŚRODA	23 ŚRODA
24 CZWARTEK	24 CZWARTEK	24 CZWARTEK	24 CZWARTEK	24 CZWARTEK
25 PIĄTEK	25 PIĄTEK	25 PIĄTEK	25 PIĄTEK	25 PIĄTEK
26 SOBOTA	26 SOBOTA	26 SOBOTA	26 SOBOTA	26 SOBOTA
27 NIEDZIELA	27 NIEDZIELA	27 NIEDZIELA	27 NIEDZIELA	27 NIEDZIELA
28 PONIEDZIAŁEK	28 PONIEDZIAŁEK	28 PONIEDZIAŁEK	28 PONIEDZIAŁEK	28 PONIEDZIAŁEK
29 WTOREK	29 WTOREK	29 WTOREK	29 WTOREK	29 WTOREK
30 ŚRODA	30 ŚRODA	30 ŚRODA	30 ŚRODA	30 ŚRODA
31 CZWARTEK	31 CZWARTEK	31 CZWARTEK	31 CZWARTEK	31 CZWARTEK

LEGENDA

- BIOODPADY
- POPIÓŁ
- ODPADY ZMIESZANE
- SZKŁO
- TWORZYWA SZTUCZNE + MAKULATURA

SPSZOK

Stacjonarny Punkt Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych

Mieszkańcy Częstochowy mogą w SPSZOK'u bezpłatnie oddać:

- Odpady wielkogabarytowe
- Papier i tekturę
- Tworzywa sztuczne i metale
- Przeterminowane leki
- Zużyte baterie i akumulatory
- Zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny
- Farby, kleje, lepiszcza
- Drewno i odpady zielone
- Środki ochrony roślin
- Oleje silnikowe
- Zużyte opony

CZPK SP. Z O.O

Dbaj razem z nami o czystą Częstochowę!

(34) 3707 -197 lub 198

osr@czestochowa.um.gov.pl

PLOGGING!

Propozycje lokalizacji kolejnego Plogging'u- rekreacji i sprzątania proszę zgłaszać na duz@czpk.czest.pl



SPSZOK znajdziecie:

ul. Konwaliowa 1 , Sobuczyna

W dni powszednie od 8:00 do 18:00
W soboty od 10:00 do 16:00.

Bądź za pośrednictwem:

@przedsiebiorstwo_komunalne

www.facebook.com/Częstochowskie-Przedsiębiorstwo-Komunalne-147866108716621/

HARMONOGRAM DLA FIRM I INSTYTUCJI MAJ 2018

DZIELNICA	1 x w m-cu	2 x w m-cu	3 x w m-cu	4 x w m-cu	5 x w m-cu	8 x w m-cu	12 x w m-cu	20 x w m-cu
Trzech Wieszczy	02	02,16	02,16,30	02,09,16,23	04,09,16,23,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Częstochówka-Parkitka	08	02,16	02,16,30	02,09,16,23	04,09,16,23,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Grabówka	08	02,16	02,16,30	02,09,16,23	04,09,16,23,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Północ	08	02,16	02,16,30	02,09,16,23	04,09,16,23,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Mirów	08	02,16	02,16,30	02,09,16,23	04,09,16,23,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Tysiąclecie	07	02,16	02,16,30	02,09,16,23	04,09,16,23,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Raków	07	02,16	02,16,30	02,09,16,23	04,09,16,23,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Dąbów	08	02,16	02,16,30	02,09,16,23	04,09,16,23,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Wrzosowiak	05	02,16	02,16,30	02,09,16,23	04,09,16,23,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Stradom	10	02,16	02,16,30	02,09,16,23	04,09,16,23,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Kiedrzyn	05	02,16	02,16,30	02,09,16,23	04,09,16,23,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Śródmieście	02	02,16	02,16,30	02,09,16,23	04,09,16,23,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Stare Miasto	02	02,16	02,16,30	02,09,16,23	04,09,16,23,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Ostatni Grosz	07	07,21	07,14,21	07,14,21,28	07,14,21,28,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Gnaszyn Kawodrza	08	04,18	04,11,18	04,11,18,25	04,11,18,25,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Lisiniec	05	04,18	04,11,18	04,11,18,25	04,11,18,25,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Podjasnogórska	09	04,18	04,11,18	04,11,18,25	04,11,18,25,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Wyczerpy-Aniołów	05	04,18	04,11,18	04,11,18,25	04,11,18,25,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Zawodzie-Dąbie	10	04,18	04,11,18	04,11,18,25	04,11,18,25,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30
Błeszno	10	04,18	04,11,18	04,11,18,25	04,11,18,25,30	04,07,11,14,18,21,25,28	02,04,07,09,11,14,16,18,21,23,25,28	02,04,07,08,09,10,11,14,15,16,17,18,21,22,23,24,25,28,29,30

Jak poczuć się lekko na wiosnę ?

W poprzednim artykule rozważaliśmy sens detoksu sokowego. Dziś wrócimy tylko do jego celu, czyli oczyszczenie organizmu (zwane wymiennie „odtruciem"), redukcja masy ciała czy choćby realny efekt czyli uczucie lekkości. Postaram się przytoczyć wskazówki pozwalające osiągnąć podobne założenia bez podejmowania tak radykalnych kroków.

Odtrucie/oczyszczenie...czym ono jest? Tak nagminnie używane przez producentów omawianych soków słowo oznacza w skrócie pozbycie się z organizmu toksyn. Mowa tutaj o toksynach dostarczanych z zewnątrz (z pożywieniem przetworzonym i mającym niewiele wspólnego z czymś odżywczym dla naszego organizmu, kosmetykami, zanieczyszczeniem środowiska itp.), które zalewają nasz organizm w takich ilościach, że nie ma on możliwości nadążyć z ich usuwaniem (bo procesy detoksykacji organizmu są dla nas naturalne, organizm każdego dnia poprzez pracę wątroby, nerek czy innych narządów i układów radzi sobie z tym do momentu, kiedy podaż tych toksyn nie przekracza jego możliwości fizjologicznych oraz nie chorujemy na dolegliwości, które te możliwości zmniejszają). Drugim rodzajem substancji, które działają na nasz organizm toksycznie są produkty przemiany materii, powstające jako produkt uboczny przemian metabolicznych w naszym organizmie. Kiedy tych produktów w naszym jest nadmiar a organizm nie radzi sobie na bieżąco z ich usuwaniem, również wykazują działanie toksyczne, obciążając dodatkowo już przeciążony organizm. Koło się zamyka, pojawia się ciągłe zmęczenie, apatia, senność, brak energii i sił, często również dolegliwości trawienne czy po prostu obrzęki i problemy skórne. Jedynym i rozsądnym rozwiązaniem jest odciążenie organizmu nie jednorazowym szokiem jak np. detoks sokowy ale stałymi prawidłowymi nawykami odciążającymi nasz organizm i wspierającymi jego równowagę.

Co to oznacza w praktyce? Na rozruch i start może się okazać, że kilka dni z bardzo ograniczoną ilością pożywienia, za to zwiększoną podażą płynów (najlepiej niegazowaną wodą oraz naparami ziołowymi) pomoże organizmowi uporać się z nadmiarem dostarczonych toksyn wspomagając następnie jego pracę na bieżąco przy zachowaniu uczucia



lekkości i pełni sił witalnych. Kolejnym krokiem są STAŁE nawyki wspierające nasz organizm. I tu na pewno Was nie zaskoczę, główną zasadą jest umiar! Tyczy się to zarówno porcji (tutaj zasada częściej – NIE NON STOP, a mniej sprawdza się idealnie), jak i ilości posiłków (zarówno dwa ogromne jak i 6 maleńkich co w praktyce sprowadza się do tego że jesz cały dzień, nie będzie dobrym rozwiązaniem). Kolejnu istotny nawyk to czytanie etykiet; nie musisz rezygnować ze wszystkiego, ale zawsze kupując coś na co masz ochotę znajdziesz produkt z lepszym, krótszym i bardziej naturalnym składem, a wybór zależy tylko od Ciebie. Od tego wyboru zależy właśnie to ile za chwilę pracy do wykonania dostanie Twój organizm i czy podoła zadaniu. Podobnie umiar w życiu codziennym, rodzaj i ilość używanych kosmetyków oraz chemii gospodarczej (staraj się czytać etykiety i używać produktów jak najbardziej naturalnych), stosowanie używek (nie musisz rezygnować, ale ogranicz), kontakt z naturą, aktywność fizyczna itp. (ta wyczynowa, sportowa również obciąża organizm zwiększając przemiany w organizmie, z których produktami organizm musi mieć czas i możliwości sobie poradzić). Dlatego jeszcze raz umiar. A co jeśli umiar w praktyce się nie sprawdza? No cóż obok toksyn różnego pochodzenia dobrze dostarczyć do organizmu inne substancje które go wesprą. Wśród nich, najbardziej podstawowymi będą już wspomniane płyny, aby wspomóc nerki a również wydalanie toksyn, ponad to warzywa i owoce, dostarczające witamin i minerałów na odpowiednim poziomie dzięki czemu dbamy o prawidłowy przebieg podstawowych procesów w organizmie.

Polecane tutaj będą produkty bogate w antyoksydanty (na przykład: aronia, borówka amerykańska, żurawina, kakao, czarna porzeczka, dzika róża, owoce jagodowe np. jeżyny), produkty wspierające pracę wątroby (buraki, czosnek, kurkuma, awokado, zielona herbata, grejpfrut/cytryna, warzywa kapustne i liściaste), produkty wspomagające pracę nerek (seler, natka pietruszki, pomidory, brokuły, pokrzywa-napar, sok z brzozy, napar z rdestu ptasiego), produkty moczopędne (owoce- truskawki, melon, arbuz, soki warzywne-marchew, pietruszka, seler, burak). Produktów tych jest ogrom, wymienione zostały tylko przykładowe.

Ciąg dalszy w kolejnym artykule....

W międzyczasie zachowaj umiar, wspomóż swój organizm, a przede wszystkim mu nie przeszkadzaj ! Powodzenia.

EWA KOŁACZYK
specjalista ds. żywienia
667 222 123
dietetyk
www.ewakolaczyk-dietetyk.pl

reklama



MIASTO PRZYJMUJE WNIOSKI O NAGRODY W DZIEDZINIE KULTURY

Rusza przyjmowanie wniosków o przyznanie Nagród Miasta Częstochowy w dziedzinie kultury za rok 2018. Dokumenty można składać do końca czerwca.

Propozycje kandydatów do nagrody mogą składać: instytucje kultury, szkoły artystyczne, związki i stowarzyszenia twórcze, inne organizacje i stowarzyszenia oraz osoby fizyczne.

Nagrody Miasta Częstochowy przyznawane są raz w roku za szczególne osiągnięcia w twórczości, promocji i ochronie kultury w następujących dziedzinach: literatura i historia, muzyka i taniec, sztuki plastyczne, teatr i film, ochrona i promocja kultury. Nagrody mogą być przyznane na podstawie oceny całokształtu działalności lub za osiągnięcie o istotnym znaczeniu. Nagroda za całokształt działalności może być przyznana tej samej osobie tylko jeden raz.

Propozycje pisemne zawierające: dane osobowe kandydata do nagrody, dane o dorobku twórczym lub artystycznym, wskazanie, za jakie osiągnięcie nagroda ma być przyznana oraz uzasadnienie wyboru kandydatury składać należy w Kancelarii Urzędu Miasta pok. 3, ul. Śląska 11/13, w terminie do 30 czerwca.



Przedstawiciele częstochowskiej młodzieży na spotkaniu z Konsulem Stanów Zjednoczonych w Polsce



Przedstawiciele Młodzieżowej Rady Miasta Częstochowy w poniedziałek, 23 kwietnia spotkali się z Konsulem Stanów Zjednoczonych w Polsce Thomasem S. Zia.

- Głównym tematem spotkania było zaangażowanie młodych ludzi w politykę miasta i Państwa i również spojrzenie młodych Polaków na kulturę Stanów Zjednoczonych. – **mówi Damian Trzeszkowski - wiceprzewodniczący Młodzieżowej Rady Miasta Częstochowy.**

Spotkanie dotyczyło również współpracy z miastem partnerskim Częstochowy w Stanach Zjednoczonych Ameryki- South Bend w stanie Indiana.

- Mamy nadzieję, że współpraca z tym miastem w przyszłości zaowocuje wymianą uczniowską. – **komentował Konrad Skibiński, rzecznik prasowy Młodzieżowej Rady Miasta.**

Spotkanie młodych reprezentantów miasta z Konsulem Thomasem S. Zia odbyło się w wieży Ratusza Miejskiego.

Autor: Michał Borkowski
Szef Młodzieżowej Rady Miasta Częstochowy

PROGRAM IN VITRO – MIASTO PRZEZNACZY DODATKOWE ŚRODKI I WÓZKI DLA DZIECI

Częstochowa przeznaczy dodatkowe 100 tys. zł na realizację dofinansowania zabiegów in vitro w tym roku. To efekt dużego zainteresowania programem, do którego zgłosiło się w naborze ponad 50 par. Kolejne dzieci urodzone w ramach programu in vitro otrzymały wózki od częstochowskiej firmy.



Z programu in vitro w Częstochowie skorzystają w tym roku wszystkie pary, które zgłosiły się w jednodniowym naborze w styczniu i przejdą ostateczną procedurę kwalifikacji do zabiegu. W tym roku do samorządowego programu in vitro aplikowały pierwotnie 52 pary. Tylko 30 z nich zostało wstępnie zakwalifikowanych, gdyż w tegorocznym budżecie zabezpieczonych było 150 tys. zł na realizację dofinansowania zabiegów (w wysokości 5 tys. zł dla każdej pary). 22 pary trafiły więc na listę rezerwową. Później dwa wnioski „wypadły" z programu (ciąża, przeciwwskazania medyczne), a dla będących jeszcze na liście rezerwowej 20 par udało się – decyzją prezydenta Częstochowy - zapewnić w budżecie Wydziału Zdrowia Urzędu Miasta dodatkowe 100 tys. zł (**tegoroczny budżet programu wynosi więc obecnie 250 tys. zł**). Podobnie więc jak w roku ubiegłym wszystkie pary, które zgłosiły w styczniu chęć skorzystania z dofinansowania, maja taką szansę (pod warunkiem ostatecznej weryfikacji wskazań medycznych do procedury in vitro przez wybraną klinikę realizującą program).

W czwartek do dwóch kolejnych rodzin trafiły wózki fundowane przez częstochowską firmę Deltim, przeznaczone dla dzieci urodzonych w ramach miejskiego programu in vitro. Pierwsze własne „pojazdy" otrzymali dziewczynka i chłopiec, a odebrali je szczęśliwi ojcowie, którym gratulowali: prezydent Krzysztof Matyjaszczyk oraz przedstawiciel firmy Deltim sp. z o.o. - Ewa Prażmowska-Bekiersz.

W ramach programu urodziło się w Częstochowie do tej pory 28 dzieci, w tym roku oczekujemy jeszcze narodzin ośmiorga (w tym dwójki z ciąży bliźniaczej).

TitaniumWinch - 4x4 Charytatywnie Pomoc dla Sławka



Na zdjęciu radny Dariusz Kapinos, prezydent Krzysztof Matyjaszczyk oraz członkowie Ekipy Jurajskiej

W zawodach odbywających się pod patronatem prezydenta Krzysztofa Matyjaszczyka, uczestniczyło 70 ekip z całego kraju. Organizatorami tego wyjątkowego wydarzenia, łączącego w sobie sport oraz pomoc potrzebującym, byli **Dariusz Kapinos i Ekipa Jurajska przy Fundacji Jura.**

Zawodnicy spotkali się przy łowisku koła Okoń- Wodociągi, aby o godz. 10:00 w 70. ekip wystartować w czterech klasach: KLASA 4X4, RELAX, TURYSTYCZNA, SPORT, WYCZYN.

Po zakończeniu przejazdów rozpoczęła się licytacja, prowadzona przez radnego miasta Częstochowy, Dariusza Kapinosa a także koncerty częstochowskich zespołów muzycznych Kamili Kiełbasińskiej, Nihil Novi, The Bells, Selekcja Rap Core Ramirez x Bielu x Dj Fresz. Całość miała na celu zebranie środków na wsparcie Sławka.

- Kiedy trzy tygodnie temu wspaniałe osoby z Ekipy Jurajskiej zwróciły się do mnie z prośbą o współorganizację imprezy charytatywnej 4x4 Charytatywnie Pomoc dla Sławka, nie mogłem odmówić. Przez ten czas mieliśmy mnóstwo pracy, aby uzyskać odpowiednie pozwolenia, przygotować zabezpieczenia oraz trasy. – **opowiada radny miasta Częstochowy, Dariusz Kapinos.** – Dzięki niesamowitemu zaangażowaniu Ekipy Jurajskiej udało się nam w tak krótkim czasie zorganizować wszelkie niezbędne elementy i dzięki temu zawodnicy mieli do dyspozycji aż trzy lokalizacje tras: Biskupice. Prędziszów i Sobuczyna. Ta ostatnia najbardziej przypadła do gust uczestnikom były podjazdy i przede wszystkim błoto.

Zwycięzcy otrzymali puchary, wręczone przez prezydenta miasta Częstochowy Krzysztofa Matyjaszczyka oraz prezesa Przedsiębiorstwa Wodociągów i Kanalizacji Okręgu Częstochowskiego Andrzeja Babczyńskiego.

Obchody Święta Pracy już 1 maja na placu Pamięci Narodowej

Zarząd i Rada Miejska Sojuszu Lewicy Demokratycznej w Częstochowie zaprasza mieszkańców miasta oraz powiatu do wzięcia udziału w obchodach Międzynarodowego Święta Pracy.

Święto wprowadziła w 1889 r. II Międzynarodówka dla upamiętnienia wydarzeń z pierwszych dni maja 1886 roku w Chicago, w Stanach Zjednoczonych podczas strajku będącego częścią ogólnokrajowej kampanii na rzecz wprowadzenia 8-godzinnego dnia pracy.

Tradycyjnie już 1 maja w Częstochowie na placu Pamięci Narodowej odbędą się uroczystości z okazji Międzynarodowego Święta Pracy. Obchody rozpoczną się o godzinie 12:00.



HOROSKOP
26.IV - 09.V

20.I - 18.II WODNIK

Wykorzystaj szansę. Od niej zależy w dużym stopniu Twoja przyszłość. Ciekawe znajomości mogą przekształcić się w poważne kontakty biznesowe. Potwierdź jeszcze raz to co chcesz, i idź po to. Sukces nie przychodzi łatwo, ale jest warty wysiłku.

19.II - 20.III RYBY

Twój sukces zależy od Twojej własnej ambicji. Masz dobre pomysły - wykorzystaj je. Twój obecny konflikt w związku jest prawdziwy, ale pamiętaj, czasem warto iść na kompromis. To idealny moment by otrzymać to, czego pragniesz.

21.III - 20.IV BARAN

Osiągniesz swój cel szybciej niż myślisz. Będziesz musiał dokonać wyboru pomiędzy miłością, a pieniędzmi. Chwilowe burze w Twoim związku wzmocnią Wasze relacje. To idealny moment, aby pokazać, że masz dużo pomysłów.

21.IV - 21.V BYK

Dostaniesz długo pożądany prezent lub miły gest od partnera. Twoje zaangażowanie jest doceniane bardziej niż myślisz. To nie jest najlepszy moment by zmierzyć się z sytuacją, która wymaga własnego zaangażowania. Z łatwością będziesz wydawać pieniądze, warto pomyśleć o ich zainwestowaniu.

22.V - 20.VI BLIŹNIĘTA

Zwróć uwagę na ważne rozmowy. Przygotuj się na kompromis w poszukiwaniu właściwej drogi. Zainwestuj trochę pieniędzy w swoją przyszłość. W najbliższym czasie czeka Cię miła niespodzianka. Być może spotkasz kogoś, kogo długo nie widziałeś.

21.VI - 22.VII RAK

Swoje wydatki planuj z wyprzedzeniem. W pracy zwróć uwagę na szczegóły, bądź bardziej dokładny. Poświęć więcej czasu na zajęcia, które ćwiczą Twój umysł i ciało. Otaczają Cię ludzie, którzy podzielają Twoje pomysły, wykorzystaj to.

23.VII - 22.VIII LEW

W życiu osobistym bądź przygotowany na swobodną wymianę uczuć i myśli. Twoja pewność siebie wzrasta dzięki Twoim przyjaciołom. Zaskoczy Cię niespodzianka o charakterze intymnym. Otrzymasz wsparcie od swoich kolegów.

23.VIII - 22.IX PANNA

Zapomnij o swoich obawach i ciesz się każdą chwilą swojego życia. Nie powinieneś ulegać kompromisom. To idealny czas na poznanie kogoś nowego. Zmiany finansowe są dla Ciebie możliwe.

23.IX - 23.X WAGA

Znajdź sobie cel i dąż do niego. Oczekuj podróży i ogromu nauki. Musisz pomyśleć o zyskach długoterminowych. W pracy otworzą się przed Tobą nowe perspektywy.

24.X - 21.XI SKORPION

Spełnią się Twoje marzenia o romantycznych przeżyciach. Spędzaj więcej czasu ze swoją rodziną i przyjaciółmi. Nie podejmuj zadań, które wymagają koncentracji. W kontaktach z innymi wykaż się cierpliwością.

22.XI - 21.XII STRZELEC

Drzwi są tuż przed Tobą, otwórz je. Bądź miły dla swoich bliskich, nie żałuj sobie przyjemności. Emocje i napięcia będą kierować Twoim zachowaniem, co może doprowadzić do nieporozumień. Twoje sprawy uczuciowe wymagają większego zaangażowania.

22.XII - 19.I KOZIOROŻEC

To najlepszy moment, aby zająć się prywatnymi sprawami. Swój wolny czas wykorzystaj na odpoczynek. Pracuj nad wzmocnieniem kontaktów z rodziną. Trzymaj się z daleka od trudnych i denerwujących spraw.

KRZYŻÓWKA

jedn. natężenia prądu		żołnierz oficera	tam Watykan	odpłacanie tym samym		Mika, kierowca F1	karabin z załogą		skok akrobaty	dwie w sercu	Robert de ..., aktor	kosaciec		gra w rzutki
przysmak jedwabnika						poznańska uczelnia	państwo nad M. Bałtyckim							producent AGD
handluje na targowisku										obok złota i kadzidła				
mała Edyta							instrukcja dla komputera							
				siła pędu						Gino ..., marka obuwia				
półwysep z Jałtą	sprzedaje kradzione		Leopold, poeta polski	stolica z pałacem cesarskim		wyżłobienia, bruzdy	rozpoznanie terenu				Sarandon, aktorka	wieść o przesyłce	mieszkaniec płd Niemiec	
wypasa owce								... Dick, kaszalot z powieści	materiał na karoserię	wbijane w dno	przy nodze Nel			
Oleg, konstruktor lotn.								pospolicie o broni palnej						papuga
łożysko-wiec albo torbacz					nad przystankiem						bóg w hinduizmie			
pot. o transformatorze		rurka na papieros						muzułmańska rezydencja						
					śledzeni przez fanów						mysie lokum			

zadanie udostępnił serwis krzyżówkowy **szarada.net**

NAJPOPULARNIEJSZY POST
facebook.com/aktywnaczestochowa



Lwy górą!!
Włókniarz Częstochowa – Unia Tarnów 54:36!
Brawo!

Mariusz [redacted] Włókniarz górą....miejmy nadzieję,że trener Cieślak jeszcze w tym sezonie wejdzie do play-offów...a być może na górę pudła 5

Marcin [redacted] W Częstochowie tylko Włókniarz !!! 6

Krzysztof [redacted] Gratulacje. Włókniarz. Czestochowa i. Marek. Cieslak 1

Daniel Paweł Krzysztof [redacted] brawoo lwy 2

354 86 0 0 0 0

59 udostępnień

zasięg: 14 290 osób

Aktywna Częstochowa

Aktywna Częstochowa, ul. Śląska 15 Wydawca: Karol Synowiec Redaktor naczelny: Karol Synowiec
Redakcja: redakcja@aktywna-czestochowa.pl Reklama: reklama@aktywna-czestochowa.pl Drukarnia: Polska Press Sp. z o. o.

BOKS

Kapitalna walka Tomasza Adamka w Częstochowie. Abell znokautowany

W sobotę, 21 kwietnia w Hali Sportowej Częstochowa Tomasz Adamek zaprezentował formę z najlepszych lat. Walkę z Joey Abellem zakończył w siódmej rundzie.

Cięższy od **Adamka** o prawie 13 kilogramów Amerykanin szukał okazji na zadanie nokautującego ciosu. Polak był jednak zdecydowanie szybszy i z łatwością unikał ataków **Abella**, obijając przy tym rywala.

W 2. rundzie Adamek trafił mocno w tułów przeciwnika i sędzia musiał liczyć Abella. W piątym starciu doszło do ostrej wymiany ciosów. W szóstej rundzie Abell znów leżał na deskach, a kibice, którzy wypełnili Halę Sportową Częstochowa do ostatniego miejsca, szaleli z radości. Amerykanin wstał, ale kolejny cios „Górala" znów posłał go na deski.

Abell dotrwał do końca gongu, ale w siódmej rundzie nie wytrzymał po ciosie w brzuch i siadł zamroczony na deskach ringu. Walka została zakończona.

Świetny pojedynek stoczył również **Mateusz Masternak**, który umiejętnie dystansował rywala lewym prostym i często też dokładał cios prawą ręką. Kombinacja przyniosła efekt, bo po szóstej rundzie **Youri Kalenga** praktycznie nic nie widział na lewe oko. Francuz nie wyszedł już do siódmej rundy.

Kolejne zwycięstwo odniósł także częstochowianin **Robert Parzęczewski,** który pokonał w ósmej rundzie przez techniczny nokaut Tima Cronina.



Wyniki gali Polsat Boxing Night: Noc Zemsty

o Międzynarodowe Mistrzostwo Polski w wadze ciężkiej:

Tomasz Adamek (53-5, 31 KO) pokonał przez techniczny nokaut w siódmej rundzie **Joey'a Abella** (34-10, 32 KO)

o Mistrzostwo Europy WBO:
Mateusz Masternak (41-4, 28 KO) pokonał przez techniczny nokaut po szóstej rundzie **Youriego Kalengę** (23-5, 16 KO)

o Międzynarodowe Mistrzostwo Polski w wadze junior ciężkiej:
Adam Balski (12-0, 8 KO) pokonał jednogłośna decyzją sędziów (97:93, 97:93, 99:91) **Denisa Gracheva** (16-7-1, 9 KO)

Damian Jonak (40-0-1, 21 KO) pokonał jednogłośną decyzją sędziów (80:70, 80:70, 80:70) **Marcosa Jesusa Cornejo** (19-2, 18 KO)

o Mistrzostwo Świata WBO w wadze super piórkowej:
Ewa Brodnicka (15-0, 2 KO) pokonała jednogłośną decyzją sędziów (100:90, 97:93, 99:91) **Sarah Pucek** (8-3-1, 1 KO)

Robert Parzęczewski (20-1, 13 KO) pokonał przez techniczny nokaut w ósmej rundzie **Tima Cronina** (11-2-1, 2 KO)

o Mistrzostwo Polski w wadze półśredniej:
Łukasz Wierzbicki (16-0, 6 KO) pokonał jednogłośną decyzję sędziów (96:94, 96:94, 98:92) **Michała Żeromińskiego** (13-4-1, 1 KO)

Michał Chudecki (11-2-2, 3 KO) zremisował niejednogłośnie (77:75, 76:77, 76:76) z **Damianem Wrzesińskim** (13-1-2, 5 KO)



ŻUŻEL

forBET Włókniarz zdobył Zieloną Górę

Po 3. kolejkach PGE Ekstraligi forBET Włókniarz Częstochowa pozostaje niepokonaną drużyną. Zespół prowadzony przez Marka Cieślaka pokonał w niedzielę, 22 kwietnia na wyjeździe 46:44 Falubaz Zieloną Górę.



Częstochowian do zwycięstwa poprowadziła para Fredrik Lindgren iAdrian Miedziński. Duet ten wygrał wszystkie swoje biegi w rundzie zasadniczej po 5:1. O ile postawa Szweda nie jest żadnych zaskoczeniem, o tyle pozytywnie zaskoczyła dyspozycja Miedzińskiego.

W Zielonej Górze dobre wrażenie pozostawił po sobie Tobiasz Musielak.Nieco problemów miał kapitan forBET Włókniarza Leon Madsen. Duńczyk, który przyzwyczaił nas do dwucyfrowych wyników, tym razem zainkasował 6 „oczek".

Mecz rozstrzygnął się w biegach nominowanych. Czternasta gonitwa zakończyła się podziałem punktów i częstochowianie prowadzili 43:41. Przed decydującym wyścigiem Włókniarz był w komfortowej sytuacji, ponieważ na tor miał wyjechał jeszcze Lindgren. Szwed zrobił swoje i pokonał parę Patryk Dudek - Michael Jepsen Jensen, dając zwycięstwo „lwom". Ostatni w tej gonitwie przyjechał Miedziński.

Po trzech spotkaniach częstochowianie mają w tabeli pięć punktów i są wiceliderem. Prowadzi Fogo Unia Leszno, która ma na swoim koncie również dwa zwycięstwa i remis.

Falubaz Zielona Góra - forBET Włókniarz Częstochowa 44:46

Falubaz Zielona Góra:
9. Grzegorz Zengota – 9 (3,1,0,2,3)
10. Michael Jepsen Jensen – 7+1 (0,3,1,2,1*)
11. Patryk Dudek – 12 (1,3,3,3,2)
12. Jacob Thorssell – 4+2 (0,2*,1,1*)
13. Piotr Protasiewicz – 6+1 (2*,1,3,0,0)
14. Sebastian Niedźwiedź – 1 (w,0,1)
15. Alex Zgardziński – 5 (2,3,0)
16. Mateusz Tonder – NS

forBET Włókniarz Częstochowa:
1. Leon Madsen – 6+2 (2,0,1*,2,1*)
2. Tobiasz Musielak – 7+1 (1*,1,2,1,2)
3. Adrian Miedziński – 10+2 (3,2*,2*,3,0)
4. Fredrik Lindgren – 14+1 (2*,3,3,3,3)
5. Matej Zagar – 5 (1,2,2,0)
6. Michał Gruchalski – 3 (3,0,0)
7. Mateusz Świdnicki – 1 (1,0,0)
8. Andreas Lyager – NS



NORDIC WALKING

Świetny start częstochowskich nordicowców w Pucharze Europy w Mińsku

Reprezentanci Viking Nordic Team z medalami wrócili z pierwszego etapu Pucharu Europy Nordic Walking, który odbył się w sobotę, 21 kwietnia w Mińsku.

Park Zwycięstwa gościł kijkarzy z Białorusi, Rosji, Polski, Austrii, Niemiec i Francji. Zawody zorganizowane pod patronatem Ministerstwa Sportu i Turystyki Białorusi rozgrywane były na dwóch dystansach - pięciu i dziesięciu kilometrów. W obu wystartowała dwójka reprezentantów Viking Nordic Team Częstochowa. Nasi zawodnicy wrócili z Białorusi z czterema pucharami - Mariola Pasikowska wywalczyła dwa pierwsze miejsca w kategorii K30 na obu dystansach, a Daniel Wojtasiński dwa drugie w kategorii M40.

Kolejne cztery etapy Pucharu Europy zostaną rozegrane w Słowenii, Niemczech, Polsce i Austrii.



GAUDE MATER

1 – 7 maja 2018

28. Międzynarodowy Festiwal Muzyki Sakralnej

1 maja 2018, wtorek

godz. 16.00 - **Wystawa malarstwa Jarosława Kweclicha**
OPK „Gaude Mater" ul. Dąbrowskiego 1
Wstęp wolny

godz. 18.00 - **Koncert Inauguracyjny. Muzyka ze zbiorów jasnogórskich. Zespół Muzyki Dawnej „La Tempesta". Dyryguje Jakub Burzyński**
Bazylika Jasnogórska, ul. o. A. Kordeckiego 2
Bilety: ulgowy - 15 zł, przedsprzedaż - 20 zł, w dniu koncertu - 30 zł

2 maja 2018, środa

godz. 12.00 - **Inauguracja Liturgiczna Festiwalu. Muzyka ze średniowiecznych zbiorów jasnogórskich. Grupa Schola Gregoriana Cardinalis Stephani Wyszyński. Dyryguje Michał Sławecki**
Bazylika Jasnogórska, ul. o. A. Kordeckiego 2
Wstęp wolny

godz. 18.00 - **„Muzyczne świątynie świata". Prapremierowy koncert zespołu Marii Pomianowskiej**
OPK „Gaude Mater", ul. Dąbrowskiego 1
Bilety: ulgowy - 15 zł, przedsprzedaż - 20 zł, w dniu koncertu - 30 zł

3 maja 2018, czwartek

godz. 17.00 - **„Wokół organów jasnogórskich". Koncert organowy w wykonaniu Emanuela Bączkowskiego**
Kościół Ewangelicko-Augsburski, ul. Śląska 20
Wstęp wolny

- **„Festiwale muzyki organowej i kameralnej w kościele parafialnym pw. Wniebowstąpienia Pańskiego w Częstochowie". Otwarcie wystawy zbiorowej fotografii J. Dumańskiego, C. Miłosia**
Kościół Ewangelicko-Augsburski, ul. Śląska 20
Wstęp wolny

**Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany programu.*

4 maja 2018, piątek

godz. 17.00 - **Narodowy Chór Ukrainy im. G.G. Wierowki**
Kościół Wyższego Seminarium Duchownego, ul. Św. Barbary 41
Bilety: ulgowy - 15 zł, przedsprzedaż - 20 zł, w dniu koncertu - 30 zł

godz. 19.00 - **Koncert muzyki gospel. Colin Williams & Gabi Gąsior z zespołem Celebrate Gospel (Wielka Brytania)**
Miejski Dom Kultury, ul. Łukasińskiego 50/68
Bilety: ulgowy - 15 zł, przedsprzedaż - 30 zł, w dniu koncertu - 40 zł

5 maja 2018, sobota

godz. 19.00 - **„Improwizacje na tematy pieśni maryjnych" Bogusław Grabowski & Maciej Sikała**
Kościół Rektoracki, Al. NMP. 56
Bilety: ulgowy - 15 zł, przedsprzedaż - 20 zł, w dniu koncertu - 30 zł

6 maja 2018, niedziela

godz. 17.00 - **Koncert Muzyki Synagogalnej. Kantor Yoseph Schwartz (Izrael) i Chór Synagogi pod Białym Bocianem we Wrocławiu. Dyryguje Stanisław Rybarczyk**
Filharmonia Częstochowska im. B. Hubermana, ul. Wilsona 16
Bilety: ulgowy - 15 zł, przedsprzedaż - 30 zł, w dniu koncertu - 40 zł

godz. 19.00 - **„Jeden / Wiele. Pieśni chwalebne wielu świątyń". Koncert Karoliny Cichej z zespołem**
OPK „Gaude Mater", ul. Dąbrowskiego 1
Bilety: ulgowy - 15 zł, przedsprzedaż - 20 zł, w dniu koncertu - 30 zł

7 maja 2018, poniedziałek

godz. 19.00 - **Koncert Finałowy. Oratorium Mesjasz Georga Friedricha Händla, w wykonaniu solistów, chóru i orkiestry Filharmonii Częstochowskiej. Dyryguje Adam Klocek**
Bazylika Jasnogórska, ul. o. A. Kordeckiego 2
Bilety: ulgowy - 15 zł, przedsprzedaż - 30 zł, w dniu koncertu - 40 zł

ZADANIE DOFINANSOWANO ZE ŚRODKÓW MINISTRA KULTURY I DZIEDZICTWA NARODOWEGO POCHODZĄCYCH Z FUNDUSZU PROMOCJI KULTURY