

REALIZACJA PRAC REMONTOWYCH
NA NASZYCH OSIEDLACH

STR. 3

ĆWIERĆ WIEKU
DOBREGO SPOSOBU NA ŻYCIE

STR. 4

MIĘDZYGALAKTYCZNY
DZIEŃ DZIECKA

STR. 6

WALNE ZGROMADZENIE 2026

Pozytywna ocena finansów
Spółdzielni Mieszkaniowej „Silesia”

Walne Zgromadzenie Członków Spółdzielni Mieszkaniowej „Silesia” odbyło się 29 maja 2026 roku w Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 22 przy ul. Łętowskiego 18 w Katowicach. Obrady otworzył Przewodniczący Rady Nadzorczej Mirosław Kutek, który powitał wszystkich uczestników i poinformował, że zebranie zostało zwołane zgodnie z § 20 i § 21 Statutu Spółdzielni.

Realizując kolejne punkty porządku obrad wybrano prezydium Walnego Zgromadzenia w składzie: Mirosław Kutek – przewodniczący, Joanna Mateusiak – sekretarz oraz Halina Baczyńska-Półtorak – asesor. W ramach dalszych czynności wybrano komisję skrutacyjno-wyborczą (Czesław Wąsek, Stanisław Kulawiak i Marian Dziubany) oraz komisję wnioskową (Janusz Kozok, Krzysztof Bywalec i Jolanta Andrzejczak).

Po wyborze komisji przewodniczący odczytał porządek obrad, który obejmował m.in. przedstawienie sprawozdań Zarządu, Rady Nadzorczej i Biegłej Rewident, głosowania nad uchwałami oraz dyskusję i rozpatrzenie wniosków członków.

Następnie przedstawiono sprawozdania dotyczące działalności spółdzielni za 2025 rok. Prezes Zarządu Spółdzielni Marek Bujoczek omówił najważniejsze działania Spółdzielni, w tym sprawy członkowskie, strukturę zasobów oraz działania windykacyjne. Spółdzielnia zarządza w sumie

5270 lokalami mieszkalnymi o łącznej powierzchni 276 tys. m². W 2025 roku odnotowano 102 transakcje kupna sprzedaży mieszkań, co stanowi około 2 procent zasobów. Prezes przedstawił również działania związane z egzekwowaniem zaległych należności wskazując, że w 2025 roku odzyskano ponad 385 tys. zł. Pomimo tych działań zaległości czynszowe na koniec roku wyniosły ponad 1,5 mln zł, jednak wskaźnik zaległości zmalał w ostatnich latach z ponad 5 procent do 2,56 procent.

Następnie głos zabrała Zastępca Prezesa Zarządu – Główna Księgowa Joanna Lewkiewicz, która omówiła wynik finansowy spółdzielni oraz jego strukturę. Wynik za 2025 rok wyniósł ponad 1,2 mln zł, z czego 381 tys. zł stanowił fundusz remontowy, a 891 tys. zł pochodziło z gospodarowania nieruchomościami. Wiceprezes podkreśliła, że zaległości czynszowe nie zagrażają płynności finansowej Spółdzielni ani realizacji zaplanowanych remontów. Przedstawiła również informacje dotyczące zobowiązań kredytowych, które na koniec 2025 roku wynosiły ponad 2,6 mln zł i dotyczyły głównie montażu dźwigów osobowych na osiedlu Prusa.

W dalszej części obrad Zastępca Prezesa Dyrektor ds. Techniczno-Exploatacyjnych Marek Peterko omówił działania Spółdzielni w zakresie utrzymania zasobów i realizacji planu remontów. Na inwestycje remontowe w 2025 roku zaplanowano

15,5 mln zł, obejmujące m.in. montaż dźwigu osobowego i likwidację barier architektonicznych w budynkach przy ul. Prusa, termomodernizację budynków na osiedlu Targowisko, remonty balkonów i dachów na osiedlu Odrodzenia oraz modernizację instalacji gazowych i wodno-kanalizacyjnych. Plan remontowy został wykonany w 90 procentach, a dodatkowo zrealizowano prace awaryjne o wartości 1,99 mln zł. Wiceprezes Peterko przypomniał również, że od lipca 2025 roku przestały obowiązywać rządowe mechanizmy osłonowe dotyczące cen energii cieplnej, co miało wpływ na wysokość opłat.

Ocenę rocznego sprawozdania finansowego Spółdzielni za rok 2025 przedstawiła Biegła Rewident ze spółki Śląska Firma Auditingu i Doradztwa „Audit”. Oceniała je jednoznacznie pozytywnie, podkreślając, że dokumenty są zgodne z przepisami, rzetelne i przedstawiają jasny obraz sytuacji majątkowej spółdzielni. Wskazała również, że uzyskane wskaźniki świadczą o właściwym gospodarowaniu i dobrej kondycji finansowej SM „Silesia”.

Przewodniczącą komisji Rady Nadzorczej ds. społecznych Magdalena Skwarek przedstawiła sprawozdanie z działalności Rady Nadzorczej za 2025 rok. Rada pozytywnie oceniła sprawozdanie finansowe za rok 2025 oraz wnioskuje o udzielenie absolutorium członkom Zarządu.

DOKOŃCZENIE NA STR. 2

KONKURS

Czas rozkwitnąć na naszych osiedlach!

Balkony pełne kwiatów, zadbane rabaty i zielone zakątki tworzone z pasją znów mogą zabłysnąć w konkursie SM „Silesia”.

Tegoroczna edycja odbywa się na nowych zasadach – wygodniej, prościej i z większą swobodą dla miesz-

kańców. To doskonała okazja, by zaprezentować swoje zielone aranżacje w najlepszym momencie i pochwalić się efektami pracy, pomysłowością oraz sercem włożonym w pielęgnację roślin. Warto pokazać ich piękno i wziąć udział w konkursie! ■

SM
Spółdzielnia Mieszkaniowa „Silesia”
zaprasza członków spółdzielni i wspólnie zamieszkających członków rodziny do udziału
w konkursie
**NAJPIĘKNIEJSZY
BALKON I RABATA 2026**
Ważna zmiana! Nowy regulamin.
Jak wziąć udział?
• prześlij max 5 zdjęć swojego balkonu lub rabaty
• podaj dane kontaktowe
• zdjęcia wyślij mailowo: polnocna@smsilesia.pl
lub dostarcz w formie papierowej do klubu przy ul. Północnej 32
Termin przysyłania zdjęć:
• od 15 czerwca do 20 sierpnia br.
Ważne:
• udział w konkursie oznacza akceptację regulaminu dostępnego na stronie www.smsilesia.pl w zakładce Działalność Kulturalna oraz w klubie osiedlowym przy ul. Północnej 32
Na zwycięzców czekają nagrody i wyróżnienia
Dokładne informacje w klubie przy ul. Północnej 32 od pon. do pt., od godz. 8.00 do 14.00, tel. 517 206 384

WYDARZENIE



Uroczysty koncert Chóru Towarzystwa Śpiewaczego Modus Vivendi, zorganizowany z okazji 25-lecia działalności, zgromadził licznych słuchaczy w Kościele Najświętszego Ciała i Krwi Chrystusa na osiedlu Odrodzenia.

>>> WIĘCEJ NA STR. 4

WAŻNA INFORMACJA

Powstaje książka o historii osiedla Odrodzenia

W 2012 roku nakładem Muzeum Historii Katowic ukazały się dwa obszerne tomy książki zatytułowanej *Katowice. Środowisko, dzieje, kultury, języki i społeczeństwo*. W następstwie tej monumentalnej pracy sukcesywnie ukazują się opracowania poświęcone dzielnicom i osiedlom miasta. Otrzymaliśmy już historię Załęża, Dębu, Józefowca i Wełnowca, Giszowca, Załęskiej Hałdy oraz Osiedla Tysiąclecia. Jako autor ostatniej z wymienionych pozycji z radością przyjąłem propozycję dyrektora Muzeum Historii Katowic dra Jacka Siebła, by pochylić się tym razem nad historią Osiedla Odrodzenia, miejsca intrygującego zarówno pod względem architektonicznym, jak i społecznym. Wielu mieszkańców pamięta najwcześniejsze lata powstawania katowickiego „Manhattanu”, inni dołączali na przestrzeni minionych dekad. Każdy z nas nosi w sobie własną opowieść, własne przeżycia i wspomnienia, bardzo często nacechowane emocjami. Dopóki je pamiętamy,

żyją, dlatego zachęcamy, by zechcieli się Państwo nimi dzielić. Niech zostaną zapisane. W ten sposób przetrwają i będą wzbogacały wiedzę o Katowicach.

Zwracamy się zatem do wszystkich, którzy dysponują fotografiami czy innymi pamiątkami, mogący mi wzbogacić naszą opowieść z prośbą o kontakt z sekretariatem Spółdzielni „Silesia”. Zdjęcia, dokumenty i teksty – wszystko to może okazać się dla nas bardzo wartościowe. Cenne będą także wspomnienia, których po uprzednim umówieniu chętnie wysłuchamy. Może przypomnieć sobie Państwo o czymś, co dobrze będzie zapisać, może warto będzie przywołać czyjąś pamięć i utrwalić ją w monografii.

Niech powstająca książka stanie się naszą wspólną opowieścią, niech nie zabraknie w niej kwestii, spraw, osób, które są dla nas ważne. Zadbajmy o to wspólnie. Serdecznie zapraszamy!

Jacek Kurek

Pozytywna ocena finansów Spółdzielni Mieszkaniowej „Silesia”

DOKOŃCZENIE ZE STR. 1

W części poświęconej dyskusji członkowie spółdzielni poruszali kwestie dotyczące obszarów zarządzania zasobami ludzkimi, zasad wyboru budynków do termomodernizacji oraz wysokości stawek na działalność społeczno-kulturalną. Odpowiedzi udzielali członkowie Zarządu.

W dalszej części przewodniczący odczytywał kolejne uchwały i poddawał je pod głosowanie.

Walne Zgromadzenie zatwierdziło sprawozdanie Zarządu z działalności Spółdzielni za rok 2025, jednogłośnie zatwierdziło sprawozdanie finansowe Spółdzielni za rok 2025 oraz uchwałę zatwierdzającą sprawozdanie Rady Nadzorczej za rozpatrywany rok sprawozdawczy. Kolejne trzy podjęte uchwały dotyczyły udzielenia absolutorium członkom Zarządu za okres od 1 stycznia 2025 r. do 31 grudnia 2025 r.

Podjęto również uchwałę dotyczącą podziału nadwyżki bilansowej Spółdzielni za 2025 rok, która wyniosła ponad 3,2 mln zł. Zgodnie z decyzją Walnego Zgromadzenia ponad 2 mln zł

przeznaczono, na pokrycie bieżących wydatków związanych z eksploatacją i utrzymaniem nieruchomości, dla członków Spółdzielni. Pozostałą kwotę, ponad 900 tys. zł, przekazano na fundusz zasobowy celem finansowania mienia Spółdzielni.

W części „wolne wnioski” członkowie poruszali sprawy związane z zasadami naliczania opłat za korzystanie z wind oraz planowaną inwestycją deweloperską przy ul. Żurawiej, która może wpłynąć na układ komunikacyjny osiedla. Komisja wnioskowa zarejestrowała dwa wnioski. Pierwszy, dotyczący ograniczenia kadencyjności rad osiedli i bezpłatnego pełnienia funkcji, został odrzucony w głosowaniu. Drugi, dotyczący zwiększenia uprawnień Rady Nadzorczej i wprowadzenia dyżurów dla mieszkańców został przekazany do odpowiedniego organu Spółdzielni celem rozpatrzenia.

W Walnym Zgromadzeniu uczestniczyło w sumie 35 członków naszej Spółdzielni.

Spółdzielnia serdecznie dziękuje za udział wszystkim uczestniczącym w Zgromadzeniu. ■

SPOTKANIA Z MIESZKAŃCAMI

Od bezpieczeństwa po remonty

W pierwszych dniach maja odbyły się Zebrania Osiedlowe Członków Spółdzielni Mieszkaniowej „Silesia”. W Zebraniu Osiedlowym Członków nr 1 uczestniczyli mieszkańcy, którym przysługuje spółdzielcze prawo do lokalu lub prawo odrębnej własności lokalu położonym w budynku na osiedlu Odrodzenia. Natomiast w Zebraniu Osiedlowym Członków nr 2 uczestniczyli ci mieszkańcy, którym przysługuje ww. prawo w budynku położonym na osiedlu „Południe”. Spotkania zgromadziły po kilkadziesiąt osób i przebiegały w atmosferze rzeczowej dyskusji, w której dominowały kwestie bezpieczeństwa, remontów oraz bieżącego funkcjonowania zasobów spółdzielczych. W obu przypadkach zebrania otworzył Prezes Zarządu Spółdzielni Marek Bujoczek, który przywitał uczestników i zaprosił do pierwszych wystąpień przedstawicieli policji.

W części poświęconej bezpieczeństwu funkcjonariusze policji przedstawili aktualne problemy występujące na osiedlach. Na Zebraniu dotyczącym osiedla Odrodzenia mówiono o kradzieżach rowerów, włamaniach do piwnic oraz niewłaściwym parkowaniu, a mieszkańcy zgłaszali również zamalowane znaki drogowe i porzucone samochody. Na Zebraniu dotyczącym osiedli Żurawia, Targowisko i Prusa dzielnicowy zwrócił uwagę na nieprawidłowe parkowanie pojazdów ograniczające widoczność oraz akty wandalizmu, których sprawców udało się ująć dzięki współpracy z mieszkańcami. Mieszkańcy zgłosili także problem spalania krzewów i liści na prywatnych posesjach graniczących z zasobami spółdzielczymi, zbyt szybką jazdę motocyklistów oraz potrzebę zwiększenia patroli w rejonie placu Zajdla. Policja na zakończenie apelowała o zgłaszanie wszelkich naruszeń porządku publicznego właściwym organom.

Kolejnym punktem obu zebrań było przedstawienie rocznych sprawozdań Rad Osiedli za okres od maja 2025 do kwietnia 2026 roku. Na Zebraniu nr 1 sprawozdanie zaprezentowała przewodnicząca Rady Osiedla Odrodzenia Hania Kowalczyk, natomiast na Zebraniu nr 2 sprawozdanie przedstawił przewodniczący Rady Osiedla „Południe” Jakub Bryła, który dodatkowo zaprezentował działania Rady w formie prezentacji multimedialnej. Podkreślono m.in. realizację wniosków mieszkańców, organizację spacerów konsultacyjnych oraz inicjatywy integracyjne. Oba sprawozdania zostały przyjęte jednogłośnie, co potwierdziło pozytywną ocenę pracy Rad Osiedli przez mieszkańców.

W dalszej części spotkań Zarząd Spółdzielni przedstawił informacje dotyczące bieżącej

działalności. Z-ca Prezesa i Główna Księgowa Joanna Lewkiewicz poinformowała o dobrej kondycji finansowej Spółdzielni, zatwierdzonym planie gospodarczo-finansowym oraz pozytywnej ocenie biegłego rewidenta. Z-ca Prezesa ds. Techniczno- Eksploatacyjnych Marek Peterko omówił potrzeby remontowe, trwające termomodernizację, planowane remonty balkonów, modernizację infrastruktury oraz działania związane z rozbudową monitoringu.

Mieszkańcy aktywnie uczestniczyli w dyskusji, zgłaszając liczne pytania i uwagi. Na Zebraniu dot. osiedla Odrodzenia poruszano m.in. kwestie montażu paneli fotowoltaicznych, wynajmu schowków po zsykach, montażu poręczy i ramp, naprawy urządzeń na placu zabaw, wycinki krzewów, ustawienia poidełek dla ptaków czy ograniczenia wejścia do budynku wyłącznie dla mieszkańców. Na Zebraniu Członków Osiedla „Południe” pytano m.in. o termomodernizację, remonty balkonów, czystość klap pojemników półpodziemnych na odpady, problemy z kanalizacją, gromadzenie wody deszczowej, podrzucanie odpadów oraz technicznych możliwości montażu dźwigów osobowych lub platform w budynku.

W części dotyczącej wniosków mieszkańców podjęto kilka decyzji. Na Zebraniu nr 1 przyjęto wniosek o obciążenie mieszkań na parterze opłatą za eksploatację dźwigów, ponieważ dźwig zatrzymuje się na poziomie -1, gdzie znajdują się skrzynki pocztowe. Wniosek uzyskał wyraźną większość głosów. Na Zebraniu nr 2 omówiono m.in. propozycję, aby Spółdzielnia dokonywała przeglądów piecyków gazowych, która nie została poddana pod głosowanie, ponieważ piecyki są własnością lokatorów. Odrzucono wniosek dotyczący sposobu wieszania ogłoszeń na drzwiach wejściowych, natomiast wnioski o ustawienie dodatkowych koszy na śmieci oraz przycięcie gałęzi przekazano do realizacji właściwym organom Spółdzielni. Przyjęto również wniosek o wymianę nawierzchni boiska przy ul. Targowej.

Oba Zebrania zakończyły się podziękowaniami dla ich uczestników oraz prośbą o dalszą współpracę na rzecz poprawy jakości życia na osiedlach SM „Silesia”. ■

Spacery konsultacyjne Rady Osiedla „POŁUDNIE”

- B. Prusa – 7.09.2026 – godz. 17.00
- Żurawia – 10.09.2026 – godz. 17.00
- Targowisko – 21.09.2026 – godz. 17.00
- T. B. Żeleńskiego – 22.09.2026 – godz. 17.00
- Plac Filaka – 22.09.2026 – godz. 17.30

ZAPROSZENIE

Letnie wieczory z kinem pod chmurką

To już wakacyjna tradycja, na którą wielu mieszkańców czeka z niecierpliwością. W lipcu i w sierpniu ponownie zapraszamy mieszkańców Piotrowic i Ochojca na VI edycję „Kina Letniego na Manhattanie” – cyklu bezpłatnych seansów plenerowych organizowanych na osiedlu Odrodzenia.

Przed nami trzy filmowe wieczory pod gołym niebem, pełne letniego klimatu, dobrego humoru i okazji do wspólnego spędzenia czasu. To doskonała propozycja na rodzinny wieczór, spotkanie z przyjaciółmi czy chwilę

relaksu po letnim dniu. Jak co roku przygotowaliśmy repertuar, w którym każdy znajdzie coś dla siebie. Szczegóły dotyczące terminów i tytułów filmów znajdą Państwo na plakacie (poniżej) promującym wydarzenie.

W przypadku niepogody organizator zastrzeżenie sobie możliwość zmiany terminu lub odwołania seansu. Aktualne informacje będą publikowane na profilu na **Facebooku Kluby osiedlowe SM „Silesia”**. Serdecznie zapraszamy – zabierzcie ze sobą przyjaciół i dobry nastrój. Do zobaczenia na letnim kinie! ■

**KINO LETNIE
NA MANHATTANIE**

SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA „SILESIA”
ZAPRASZA NA SEANSE FILMOWE:

**OS. ODRODZENIA/
plac ul. Radockiego 152**

**17 lipca/pt.
Sonic**

**24 lipca/pt.
Podaj dalej**

**21 sierpnia/pt.
Notting Hill**

W razie niepogody termin może ulec zmianie

info Facebook: Kluby osiedlowe SM „Silesia”

INFORMACJA



Szanowni Państwo,

w najbliższym czasie niektórzy z Państwa otrzymają pismo z prośbą o kontakt z przedstawicielem Towarzystwa Ubezpieczeniowego UNIQA.

Ustawa z dnia 15 grudnia 2017 r. o dystrybucji ubezpieczeń nakłada na zakłady ubezpieczeń obowiązek działania w najlepiej pojętym interesie klienta.

Obowiązek ten obejmuje m.in. zapewnienie, aby oferowany klientowi produkt był adekwatny do potrzeb oraz sytuacji klienta.

W związku z zawartą umową ubezpieczenia mienia ze składką płatną miesięcznie wraz z opłatami za lokal mieszkalny „przy czynszu”, informujemy o konieczności przeprowadzenia aktualizacji danych oraz analizie potrzeb i wymagań w zakresie ochrony ubezpieczeniowej.

Posiadanie przez zakład ubezpieczeń aktualnych informacji ma zasadnicze znaczenie dla zapewnienia skutecznej ochrony ubezpieczeniowej i jest kluczowe w razie wystąpienia szkody.

UNIQA Towarzystwo Ubezpieczeń S.A.

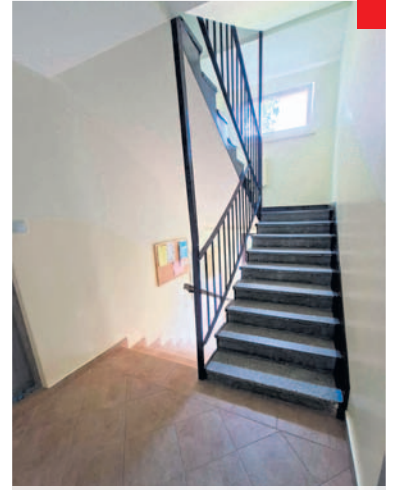
REALIZACJA PRAC REMONTOWYCH NA NASZYCH OSIEDLACH



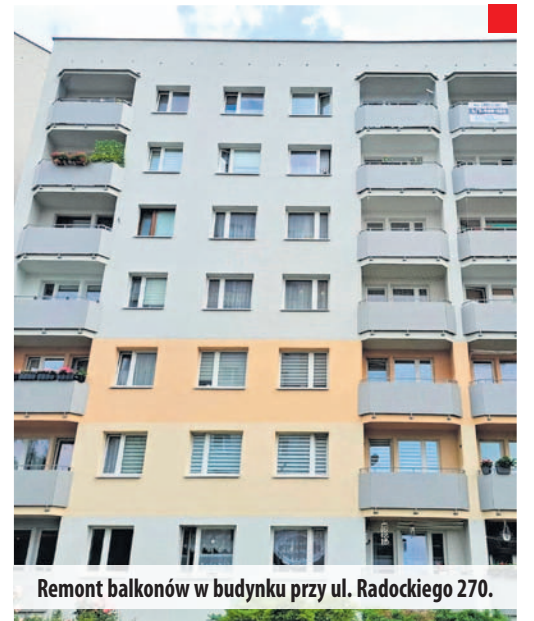
Malowanie klatki schodowej wraz z pracami towarzyszącymi w budynku przy Radockiego 132.



Malowanie klatki schodowej w budynku przy ul. Targowej 5a.



Czyszczenie i malowanie elewacji w budynkach przy ul. Radockiego 78, 80 i 82.



Remont balkonów w budynku przy ul. Radockiego 270.



Remont kominów w budynkach przy ul. Radockiego 290-296.



Wymiana wyłazów dachowych w budynkach przy ul. Radockiego 104, 226 i 258.



Wymiana windy osobowej wraz z wybudowaniem dodatkowego przystanku na poziomie ciągu pieszo-jezdnego w budynkach przy ul. Łętowskiego 12, Radockiego 86, 104 i 130.



Remont schodów wejściowych w budynku przy ul. Radockiego 70A.



Ćwierć wieku dobrego sposobu na życie

Niniejszy odcinek cyklu nosi nadtytuł „Ludzie z pasją”, a nie „Człowiek z pasją”, ponieważ tekst poświęcony jest całej rzeszy osób, które połączyła miłość do muzyki. – Okazja do napisania artykułu jest wyjątkowa, gdyż 20 czerwca w Kościele Najświętszego Ciała i Krwi Chrystusa, mieszczącym się przy ul. Radockiego 251, specjalnym koncertem uczczono 25-lecie działalności Chóru Mieszanego Towarzystwa Śpiewaczego Modus Vivendi. Mszę świętą odprawili w tym dniu ks. prof. Antoni Reginek – kapelan Śląskiego Związku Chórów i Orkiestr, a także opiekun chóru Modus Vivendi, ksiądz proboszcz Zenon Buchalik. Nabożeństwo odbyło się w intencji wszystkich członków zespołu: czynnych, honorowych, wspierających oraz zmarłych.

Podczas galowego występu zabrzmiała muzyka sakralna kompozytorów śląskich oraz „Missa brevis in Es” Tobiasa Psaiera. Chórzystom towarzyszyli instrumentalści Orkiestry Dętej TAURON Wytwarzanie S.A. Oddział Elektrownia Łaziska pod kierunkiem Bogusława Plichty. Na organach zagrał Łukasz Tomasz Kurpas, a na kłóbach Tomasz Kubista. Całością dyrygował Oskar Zgoła, piąty z rzędu dyrygent Modus Vivendi. Przed nim funkcję tę w minionym ćwierćwieczu pełnili: Violetta Skwarek-Liebich, Jolanta Błażek, Jarosław Wolanin, Anna Kołowska oraz Szymon Cichoń (jako asystent).

JAK TO SIĘ ZACZĘŁO

– Pomysł zrodził się podczas odwiedzin duszpasterskich księdza Marka Antosza w 2000 roku – wspomina obecna prezes stowarzyszenia śpiewaczego Urszula Warzecha – Na początku tego roku zamieszkaliśmy z mężem na osiedlu Odrodzenia. Mój mąż stwierdził, że dobrze byłoby zaśpiewać na poświęcenie budowanego kościoła. W tym momencie zaczęliśmy szukać sponsorów i sprzymierzeńców. Tak dotarliśmy do Spółdzielni Mieszkaniowej „Silesia” oraz proboszcza,



Występ na os. Odrodzenia z okazji 45-lecia SM „Silesia”.

który wsparł naszą ideę i udostępnił pomieszczenie do ćwiczeń. Na pierwszej próbie było ponad 50 osób.

Małżeństwo Romana i Urszuli Warzechów miało już wcześniej doświadczenie z organizacją ruchu śpiewaczego. Całe życie śpiewali, gdzie tylko się dało.

Wśród nazw dla powstającego chóru padały między innymi takie propozycje jak: jaskółeczki, skowronki, „Odrodzenie”, „Modus Vivendi”, czyli z łacińskiego „sposób na życie”, wymyślił nieżyjący już Kazimierz Rodak. Wygrał w ten sposób ogłoszony wśród członków plebiscyt.

CORAZ TRUDNIEJSZE ZADANIA

Obecnie chór liczy 34 osoby, wśród nich jest 16, które były na pierwszej próbie. Z czasem, co podkreśla pani prezes, śpiewany repertuar był coraz trudniejszy. Założyciel zespołu Roman Warzecha został w międzyczasie prezesem Śląskiego Związku Chórów i Orkiestr. Trzeba się było zatem tym bardziej starać, aby nie przynieść szefowi wstydu. Obecny dyrygent dołączył do zespołu dwanaście lat temu. O zapotrzebowaniu dowiedział się jako student Akademii Muzycznej w Katowicach. „Kiedy, jak nie teraz?” – zadał sobie wtedy pytanie.

Po pierwszej rozmowie telefonicznej z panią Urszulą przeżył szok, gdy usłyszał, że w rekordowych latach

chór dawał po sześćdziesiąt koncertów. Potem – jak przyznaje – zrozumiał, iż jest to osiągalne. Oczywiście w liczbę tę zaliczają się oprawy mszy i innych uroczystości, jednakowoż ilość materiału, który trzeba przygotować, jest ogromna. Podliczywszy minione 25-lecie Modus Vivendi zaśpiewał publicznie około 750 razy.

ŚPIEWAĆ KAŻDY MOŻE

– Każdy dyrygent wnosił coś nowego – opowiada pani prezes – W końcu lepiej wyćwiczyć nowy utwór, niż poprawiać po poprzedniku. Ale Oskar to jest człowiek do wszystkiego, nie tylko do dyrygowania, chapeau bas!

Żeby wstąpić do chóru, nie trzeba od razu umieć śpiewać, ale trzeba to lubić. Tak przynajmniej zapewnia nas dyrygent, podkreślając, iż śpiewu można nauczyć się na próbach. Od nikogo nie jest wymagana umiejętność czytania nut.

– Owszem, używamy nut, ale najpierw ja muszę nauczyć zespół, żeby potem oni wiedzieli, jak je zaśpiewać. Nie trzeba być zawodowcem, aby z nami występować – mówi dyrygent.

Wszystko wydaje się zatem proste, ale jednak chętnych do śpiewania w chórze jest coraz mniej.

– Z tym jest coraz ciężiej – potwierdza pan Oskar – Być może dlatego, że jest obecnie zbyt wielka oferta realizowania się na polu kultury. Ponadto kiedyś,



Modus Vivendi w Ochrydzie – Macedonia.

na przykład, występy w chórze kojarzone z wyjazdami za granicę, dzisiaj ta pokusa już nie działa. Teraz to my się musimy starać, aby pozyskać narybek.

Atmosfera na próbach jest pozytywna. Śpiewacy sami pilnują dyscypliny. Pani prezes określa ją jako rodzinną i przyjacielską. Koleżeńskie relacje z chóru często przenoszone są na grunt prywatny.

WYZWANIA I OSIĄGNIĘCIA

Pośród najtrudniejszych wyzwań pani prezes wymienia konieczność nauczania się greckich pieśni już w szóstym roku działalności chóru w związku z wizytą pieśniarzy z tego kraju. Na pięciolecie aktywności z kolei chórzysci przygotowywali karkołomne kompozycje Vivaldiego. Sukcesem było też zaśpiewanie „Tryptyku Rzymskiego” do słów Jana Pawła II i muzyki Krzysztofa Niegowskiego. Za wyjątkowe wydarzenie uznać można wcześniej wspomnianą wyżej mszę Tobiasa Psaiera zaśpiewaną z okazji 25-lecia.

– Każdy koncert daje stres i tremę, a szczególnie utwory wykonywane po raz pierwszy – mówi pani Urszula – chociaż potem rutyna też może nas zgubić.

Wyjątkowo ważna – co zgodnie przyznają pani prezes oraz dyrygent – jest też rola osób, które biorą na siebie organizacyjny trud wyjazdów.

PODRÓŻE I ŚPIEW

– Byliśmy w Czechach, Słowacji, Austrii, Belgii, Włoszech, Grecji, Macedonii i na Węgrzech, wiele miejsc zwiedziliśmy w Ukrainie – wspomina pani Urszula.

Wyjazdy raczej wspominane są mile. Zdarzają się jednak sytuacje anegdotyczne. Tak było chociażby w Macedonii, gdzie autobus wiozący chór zepsuł się na górskich bezdrożach. Może i stres z tym związany dałoby się zapomnieć, gdyby nie fakt, że na drogę powrotną przewoźnik postawił dokładnie ten sam pojazd.

– Spaliśmy i przebywaliśmy w najróżniejszych warunkach, ale zawsze wiązało się to z mnóstwem wspaniałych wspomnień i pamiątek – mówi pani prezes.

Niezwykle ważną osobą dla chóru jest kronikarz – Paweł Wróbel. Nieustannie w życiu zespołu zaangażowany jest pierwszy prezes Roman Warzecha – dość wspomnieć, że to on kaligrafował nazwiska zasłużonych na wszystkich okolicznościowych dyplomach związanych z jubileuszem. 20 czerwca przyznano mu tytuł Prezesa Honorowego Towarzystwa Śpiewaczego Modus Vivendi. Stałym ambasadorem chóru jest Spółdzielnia Mieszkaniowa „Silesia”, a nie da się też zapomnieć o roli księdza proboszcza Zenona Buchalika, dzięki którego przychylniej postawie chór ma przestrzeń dla swoich prób. ■

WYDARZENIE

Jubileusz czyli dziękczynienie – Modus Vivendi

W sobotę, 20 czerwca br. w Kościele Najświętszego Ciała i Krwi Chrystusa na osiedlu Odrodzenia odbył koncert Chóru Towarzystwa Śpiewaczego Modus Vivendi z okazji jubileuszu 25-lecia działalności artystycznej.

Swoje świętowanie chórzysci wraz ze swoim dyrygentem, rodzinami i przyjaciółmi rozpoczęli mszą świętą, której przewodniczył ks. prof. Antoni Reginek w asyście proboszcza parafii, ks. Zenona Buchalika. Podczas homilii padły piękne słowa, iż jubileusz to dziękczynienie. I przyznać trzeba, że chór uczynił wszystko co mógł aby dziękczynienie Bogu i ludziom wyśpiewać pełnym blaskiem serc i głosów.

Śpiewacy pod dyktando pana Oskara Zgoły rozpoczęli świętowanie od utworów śląskich kompozytorów z premierowym wykonaniem utworu młodego, utalentowanego kompozytora z naszego „piotrowskiego podwórka” Pawła Płoskonia, który ofiarował chórowi nowe opracowanie kompozycji: „Chwał, Syjonie, Zbawiciela”.



Zabrzmiały również utwory Romualda Twardowskiego, Norberta Blachy i Henryka Botorę.

W drugiej części zabrzmiała Missa Brevis austriackiego twórcy Tobiasa Psaiera. Dodać należy, że było to pierwsze wykonanie w Katowicach, a więc jubileusz obchodzony był przez szanownych jubilatów bardzo ambitnie, przy współudziale muzyków Orkiestry Dętej Tauron Wytwarzanie z Łazisk Górnych, przygotowa-

nym przez pana Bogusława Plichtę i organisty pana Łukasza Kurpasa.

To ostatnie dzieło o zgrabnej konstrukcji, współczesne, choć w klasycznej formie dzieł liturgicznych, bardzo spodobało się publiczności, która nie szczędziła braw pod adresem wykonawców.

Modus Vivendi, na polski tłumacząc sposób życia, to cecha towarzystwa śpiewaczego, które istnieje od 2001 roku z inicjatywy założycieli



państwa Urszuli i Romana Warzechów, ich determinacji, konsekwentnego sposobu życia, wypracowanego na bardzo wielu próbach, przez wielu śpiewaków i dyrygentów, oraz życzliwości i hojności instytucji ze Spółdzielnią Mieszkaniową „Silesia” na czele, lokalnych firm i parafii z proboszczem, który chór bardzo wspiera i otacza gościnną opieką.

Wszystkim ofiarodawcom, sponsorom, przyjaciołom Chór Towarzy-

stwa Śpiewaczego Modus Vivendi jubileuszowo, podniosło, ale również w codziennym swym istnieniu dziękuje i dziękować będzie na kolejnych zwyczajnych i jubileuszowych koncertach, wpisując swoją działalność w bogatą tradycję śpiewaczą na Śląsku.

Na koncercie padło wiele podziękowań i życzeń. Oby się spełniły, oby prowadziły zespół do kolejnych jubileuszy – podziękowań.

BOGUSŁAW PILCH

Świadczenia Ogólnostomatologiczne – udzielane w znieczuleniu ogólnym w ramach NFZ

SKUTECZNE LECZENIE DOPASOWANE DO POTRZEB PACJENTA. BEZPIECZEŃSTWO, KOMFORT.

Znieczulenie ogólne przysługuje:

1. Dzieciom i młodzieży do 18. roku życia z alergią na środki znieczulenia miejscowego.
2. Dzieciom i młodzieży do 18. roku życia z chorobami ogólnymi, gdy stres lub infekcja mogą pogorszyć stan zdrowia.
3. Dzieciom do 3. roku życia niewspółpracującym, wymagającym rozległego leczenia stomatologicznego.
4. Dzieciom i młodzieży do 18. roku życia niewspółpracującym, gdy leczenie nie może być bezpiecznie wykonane w gabinecie.
5. Dzieciom i młodzieży do 18. roku życia wymagającym pilnego leczenia ostrego stanu zapalnego lub zabiegu chirurgicznego w jamie ustnej.

6. Osobom z niepełnosprawnością umiarkowaną lub znaczną po 18. roku życia, jeśli istnieją wskazania medyczne.

7. Dzieciom i młodzieży niepełnosprawnym do ukończenia 16. roku życia oraz dzieciom i młodzieży niepełnosprawnym w stopniu umiarkowanym i znacznym od ukończenia 16. do ukończenia 18. roku życia, jeżeli wynika to ze wskazań medycznych.

Bezpłatny przegląd stomatologiczny przy każdym badaniu bilansowym dziecka w 2, 4, 6, 10, 14 i 18 roku życia.



Artykuł przygotowany przez zespół
Poradni Stomatologicznej TOMMED

ul. Fredry 22, tel.: 32 88 00 333, 530 013 601

wejście nr 2 – POMARAŃCZOWE – 1 piętro



Szczep się świadomie. Żyj aktywnie. Chroń się skutecznie.

Szczepienia to:

- ✓ Ochrona przed chorobami i powikłaniami
- ✓ Budowanie odporności zbiorowej (ochrona osób najbardziej narażonych)
- ✓ Zapobieganie epidemiom i rozprzestrzenianiu zakażeń
- ✓ Ochrona życia i zdrowia
- ✓ Inwestycja w zdrową przyszłość

Realizujemy szczepienia w pełnym zakresie.

Szczepienia przed wakacjami to kluczowy element bezpiecznego podróżowania, który chroni przed groźnymi chorobami zakaźnymi i pozwala uniknąć kosztownego leczenia za granicą. Odpowiednio dobrane preparaty minimalizują ryzyko infekcji wywołanych egzotyczną kuchnią, ukąszeniami owadów czy kontaktem z lokalną florą bakteryjną.

Proponujemy szczepienia przeciw wściekliźnie, gruźlicy czy japońskiemu zapaleniu mózgowemu. Warto zaszczepić się przeciwko błonicy, tężcowi czy krztuścowi i pamiętać o szczepieniach przypominających na grypę, by być gotowym na sezon infekcyjny.

PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA W GRUPIE MEDYCZNEJ TOMMED w Katowicach:

- ul. Fredry 22, tel.: 32 88 00 333 (wew. 2, następnie 2)
- ul. Żelazna 1, Profmed, tel.: 32 88 00 400 (wew.2)
- ul. Piastów 8, tel.: 32 88 00 440

VII LIPIEC

MEDYCyna PODRÓŻY –
WŚCIEKLIZNA, GRUŻLICA,
JAPŃSKIE ZAPALENIE MÓZGU
Wakacje, wyjazdy?
Zadbaj o bezpieczeństwo zdrowotne!

VIII SIERPIEŃ

BŁONICA, TĘŻEC, KRZTUŚCIEC
* Z KOŃCEM SIERPNIA – GRYPA
Szczepienia przypominające.
Przypominamy: dawka co 10 lat
– bądź gotowy na sezon infekcyjny!

IX WRZESIEŃ

GRYPA
Nie daj się grypie!
Przed sezonem – szczepionka
pojawia się już w sierpniu!



Międzygalaktyczny Dzień Dziecka

Kolorowe atrakcje, kosmiczna oprawa i mnóstwo dziecięcej radości – tak w tym roku świętowaliśmy Dzień Dziecka na osiedlu Targowisko. Wydarzenie, zorganizowane w ramach inicjatywy lokalnej 2026 i współfinansowane z budżetu Miasta Katowice, zgromadziło wielu mieszkańców, oferując najmłodszym popołudnie pełne zabawy, uśmiechu i niezapomnianych wrażeń.

Oficjalne otwarcie imprezy należało do Kadetów z Miejskiego Przedszkola nr 84 w Katowicach, których występ wprowadził wszystkich w radosny nastrój i zapoczątkował wspólną, kosmiczną zabawę. Na dzieci czekały liczne atrakcje, wśród których szczególnie zainteresowaniem cieszyły się Bubble House, mobilne planetarium, dmuchany zamek, strefa kina Helios z kołem fortuny, „walizka zagadek” przygotowana przez Laserhouse oraz symulator dachowania i zderzenia udostępniony przez WORD Katowice.

Nie zabrakło także kreatywnych i integracyjnych aktywności. Uczestnicy mogli nagrać pamiątkowy film w fotobudce 360°, a uczniowie Zespołu Szkół Technicznych i Ogólnokształcących nr 3 im. Edwarda Abramowskiego w Katowicach przygotowali specjalną strefę fotograficzną, w której powstało wiele pamiątkowych zdjęć. Dużym zainteresowaniem

cieszyła się również strefa twórcza z malowaniem twarzy, brokatowymi tatuażami, kolorowymi warkoczami i warsztatami plastycznymi, przygotowana przez wolontariuszy ze Szkoły Podstawowej nr 32 i Szkoły Podstawowej nr 56 w Katowicach.

W programie znalazły się także atrakcje edukacyjne i profilaktyczne. Dzieci mogły obejrzeć wóz strażacki OSP Kostuchna, odwiedzić stoisko Komendy Miejskiej Policji i IV Komisariatu Policji w Katowicach, spotkać policyjnego Sznupka oraz przekonać się, jak działają alkoholigle. Z kolei na stoisku Tommed Grupy Medycznej uczestnicy mogli skorzystać z badań profilaktycznych i uzyskać porady dotyczące zdrowia.

Całość wydarzenia dopełniły konkursy, animacje oraz wspólna zabawa prowadzona przez Agnieszkę Matejuk wraz z animatorkami oraz nauczycielkami z Przedszkola nr 84. Oprawę muzyczną zapewnił DJ Wesoły Diabełek, który stworzył wyjątkowy klimat i porwał uczestników do wspólnej zabawy. Dziękujemy za zaangażowanie i energię, która wypełniła to spotkanie.

Inicjatorką wydarzenia była **Dorota Ostrowicz**, a współorganizatorami: **Spółdzielnia Mieszkaniowa „Silesia”, Miejskie Przedszkole nr 84 oraz Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 21 w Katowicach.** ■

Słowa szczególnego podziękowania kierujemy do **Wiceprezydenta Miasta Katowice Macieja Stachury** za obecność oraz wspólne tworzenie tego wyjątkowego dnia dla najmłodszych mieszkańców. Dziękujemy również wszystkim partnerom, sponsorom i instytucjom, które wsparły organizację wydarzenia: **Katowickie Stowarzyszenie „Opoka”, Rem-Bud Comfort, Przedsiębiorstwo Usługowe Kryspin, Grupa AHT, Katowickie Wodociągi, UNIQA, Orange, kino Helios, Tommed Grupa Medyczna, WORD Katowice, Laserhouse**, a także wszystkim osobom, które włączyły się w przygotowanie i przebieg imprezy.

Wyrazy wdzięczności kierujemy również do **Natalii Janus, Wicedyrektor Miejskiego Przedszkola nr 84 w Katowicach**, oraz całego zespołu placówki za współpracę i współorganizację wydarzenia. Dziękujemy służbom, wolontariuszom, animatorom, nauczycielom i wszystkim zaangażowanym za poświęcony czas, otwartość i serce włożone w przygotowanie tego święta. Dzięki wspólnemu zaangażowaniu udało się stworzyć wydarzenie pełne radości, integracji i dobrej energii, które z pewnością na długo pozostanie w pamięci dzieci i ich rodzin. ■



Wiceprezydent Katowic Maciej Stachura z inicjatorką wydarzenia Dorotą Ostrowicz.



Występy artystyczne uświetniły obchody Dnia Dziecka.



Zabawa w Bubble House dostarczyła dzieciom wielu radosnych wrażeń.



„Droga Mleczna” – bezpłatna wata cukrowa dla wszystkich dzieci była słodkim akcentem tej imprezy.



Policyjny Sznupkę chętnie pozował do zdjęć z najmłodszymi.



Fotobudka 360° umożliwiała tworzenie dynamicznych, pamiątkowych ujęć.



Symulator dachowania WORD Katowice pokazywał, jak ważne jest bezpieczeństwo na drodze.



Dmukany zamek w kosmicznej odsłonie zapewniał aktywną i bezpieczną zabawę.



Mobilne planetarium przeniosło dzieci w kosmiczną podróż.

Aktywny Senior 55+ zwalnia tempo na wakacje

Od kwietnia mieszkańcy Piotrowic i Ochojca biorą udział w projekcie „Aktywny Senior 55+ i jego środowisko lokalne”, realizowanym dzięki środkom XII edycji Budżetu Obywatelskiego Miasta Katowice. To propozycja dla tych, którzy chcą aktywnie spędzać czas, dbać o zdrowie, rozwijać swoje zainteresowania i po prostu być razem. Program pokazuje, że dojrzały wiek może być czasem pełnym energii, nowych doświadczeń i inspirujących spotkań.

Oferta projektu jest różnorodna, dzięki czemu każdy może znaleźć coś dla siebie. Uczestnicy korzystają z zajęć ruchowych – od gimnastyki, jogi i pilatesu po ćwiczenia zdrowy kręgosłup, nordic walking oraz zumbę dla seniorów. To nie tylko sposób na poprawę kondycji i samopoczucia, ale także okazja do regularnych spotkań i wspólnego motywowania się do aktywności.

Nie brakuje również zajęć rozwijających nowe umiejętności. Kurs języka angielskiego pozwala oswoić się z językiem obcym, a zajęcia „Cyfrowy Senior” pomagają lepiej odnaleźć się w świecie nowych technologii.

Wśród wydarzeń towarzyszących dużym zainteresowaniem cieszyły się warsztaty kosmetyczne poświęcone pielęgnacji skóry dojrzałej, które odbyły się w klubie „Silesianka”. Spotkanie było okazją do zdobycia praktycznej wiedzy na temat codziennej pielęgnacji, zdrowych nawyków i dbania o dobre samopoczucie. Nie zabrakło również części praktycznej – z peelingami, maseczkami i pielęgnacją okolic oczu – dzięki czemu warsztaty miały relaksacyjny charakter.

Ważnym elementem projektu są także spotkania kulturalne. Seniorzy regularnie odwiedzają kino Helios, gdzie w ostatnich miesiącach obejrzeli

filmy „Czy mnie słyszałeś”, „Diabeł ubiera się u Prady 2” oraz „Drugie życie”. W sierpniu zapraszamy do kina na film „Takie jest życie” (szczegóły na plakacie str. 8). Wspólne wyjścia do kina stały się czymś więcej niż tylko seansem, to czas rozmów i wymiany wrażeń.

Projekt daje też możliwość spojrzenia na Katowice z nowych perspektyw. W kwietniu uczestnicy wzięli udział w wycieczce poświęconej Szopienicom – ich przemysłowej historii oraz miejscom związanym z serialem „Ołowiane dzieci”. Odwiedzili Muzeum Hutnictwa Cynku „Walcownia”, poznali historię hutnictwa w tej części miasta i wysłuchali opowieści o dawnym życiu regionu. Była to nie tylko lekcja lokalnej historii, ale także okazja do odkrycia miejsc, obok których na co dzień często przechodzi się bez świadomości ich znaczenia.

Z kolei czerwcową wycieczką „Artystyczne Katowice” pozwoliła uczestnikom zobaczyć bardziej kulturalne i mniej oczywiste oblicze miasta. W programie znalazło się zwiedzanie Filharmonii Śląskiej, spacer śladami murali, miejskich instalacji i architektonicznych detali, a także wyjątkowa wizyta w Muzeum Organów w Akademii Muzycznej.

Po wakacyjnej przerwie zajęcia wrócą we wrześniu. Warto już teraz śledzić informacje o kolejnych wydarzeniach i zapisach. Mamy też dobrą wiadomość – projekt „Aktywny Senior 55+” został ponownie zgłoszony do XIII edycji Budżetu Obywatelskiego. Wszystko po to, by dzięki głosom mieszkańców mógł być kontynuowany również w 2027 roku i nadal tworzył przestrzeń do aktywności, spotkań i wspólnego odkrywania miasta. **Dziękujemy wszystkim mieszkańcom za aktywny udział, zaangażowanie oraz otwartość na nowe doświadczenia i integrację.**



Przed zabytkową Walcownią w Szopienicach.



Przy muralu na ul. 3 Maja.



Spotkanie z prof. Julianem Gembalskim w Muzeum Organów.

GDZIE SZUKAĆ INFORMACJI?

Aktualne ogłoszenia o zajęciach i zapisach publikowane są:

- na stronie www.smsilesia.pl (zakładka: Działalność kulturalna) ■ na Facebooku: Kluby osiedlowe SM „Silesia” ■ w klubach osiedlowych SM „Silesia”
 - w gablotach SM „Silesia” umieszczonych na Targowisku (na alejkach obok placu zabaw i obok przystanku Piotrowice Osiedle), na ul. Prusa (obok poczty) oraz na os. Odrodzenia (przy kościele, na placu zabaw/ ul. Radockiego 80 oraz przy Biedronce, ul. Radockiego 150).
- Dodatkowych informacji udziela Klub Aktywnego Seniora „Anziano” od poniedziałku do piątku, w godz. 8.00-14.00, pod nr tel. 517 206 384.**

Wiosenno-letnie podróże z historią

Wiosna i początek lata upłynęły mieszkańcom naszej Spółdzielni pod znakiem ciekawych wyjazdów krajoznawczych. W sobotę 18 kwietnia uczestnicy wycieczki udali się do Paczkowa i Kamieńca Żąbkowickiego – miejsc o bogatej historii i wyjątkowych zabytkach.

Zwiedzanie Paczkowa rozpoczęliśmy od Muzeum Gazownictwa, którego bogata ekspozycja wzbudziła duże zainteresowanie uczestników. Liczba zgromadzonych eksponatów oraz ciekawie przedstawiona historia gazownictwa sprawiły, że wizyta w muzeum okazała się niezwykle interesująca. Następnie grupa udała się na spacer po mieście, podczas którego można było podziwiać średniowieczne mury obronne, baszty i bramy, a także gotycki, obronny kościół parafialny pw. św. Jana Ewangelisty. Świątynia ta kryje w swoim wnętrzu wyjątkową ciekawostkę – studnię, co czyni ją obiektem naprawdę unikatowym.

Drugą część wyjazdu stanowiło zwiedzanie Kamieńca Żąbkowickiego i imponującego pałacu Marianny Orańskiej. Spotkanie z historią królewnej niderlandzkiej, jej życia oraz dziejów zamku było dla uczestników niezwykle interesującym doświadczeniem. Sam obiekt zrobił ogromne



Podczas wizyty w Paczkowie.

wrażenie swoją monumentalnością, a opowieści przewodnika, pełne anegdot i ciekawostek z życia Marianny Orańskiej, sprawiły, że wizyta stała się jeszcze bardziej atrakcyjna.

Kolejna wycieczka odbyła się 20 czerwca i prowadziła do Oleśnicy. Tym razem uczestnicy mieli okazję zwiedzić Zamek Książęcy oraz bazylikę mniejszą wraz z biblioteką łańcuchową i kryptą Wirtembergów.

Zwiedzanie rozpoczęło się od oleśnickiego zamku, który już z daleka

robi ogromne wrażenie swoją monumentalną bryłą i pięknym wnętrzem dziedzicem. Zamek pochodzi z XIII wieku i na przestrzeni wieków był wielokrotnie przebudowywany oraz rozbudowywany. Po przeprowadzonych pracach remontowych obiekt przyciąga dziś turystów nie tylko piękną architekturą, ale również fascynującą historią. W niezwykle interesujący sposób przybliżyła ją naszej grupie przewodniczka, pani Karolina, której opowieści spotka-



Pamiątkowy kadr z wyjazdu do Kamieńca Żąbkowickiego.

ły się z dużym zainteresowaniem uczestników. Jedną z zamkowych ciekawostek okazała się autentyczna łazienka ukryta w szafie.

Następnie grupa udała się do przylegającej do zamku bazyliki mniejszej. Świątynia zachwycała pięknym barokowym wyposażeniem oraz zabytkowym instrumentem organowym datowanym na 1686 rok. W jej wnętrzu można zobaczyć liczne herby dawnych właścicieli Oleśnicy, a także kryptę grobową Wirtembergów.

Uczestnicy wycieczki zgodnie podkreślali, że odwiedzone miejsca były wyjątkowe i warte zobaczenia. Wspólne wyjazdy po raz kolejny okazały się doskonałą okazją do poznawania historii, podziwiania zabytków i spędzenia czasu w miłej atmosferze.

Serdecznie zapraszamy mieszkańców do udziału w kolejnych wycieczkach – do Krasiejowa, Głogówka i Tułowic z wizytą w Muzeum Porcelany oraz na Słowację, do Staro Smokowca.



Spółdzielnia Mieszkaniowa „SILESIA”
zaprasza członków Spółdzielni i wspólnie
zamieszkałych członków rodziny* na wycieczkę

Krasiejów - Ozimek

28 lipca (wtorek) 2026 r.

Program:

- Ozimek żelazny most – najstarszy na kontynencie europejskim,
- zwiedzanie parku rozrywki Jura Park Krasiejów wraz ze wszystkimi atrakcjami



♦ **Koszt wycieczki: 170 zł/os.** (grupa min. 45 os.)

♦ **W ramach opłaty:** transport, opłaty parkingowe, ubezpieczenie, bilety wstępu do Jura Parku, opieka pilota-przewodnika

♦ **Wyjazd:** godz. 7.30 parking przy Biedronce ul. Radockiego 150

* Wycieczki są dofinansowane z funduszu działalności społecznej i kulturalno-oświatowej, odbędą się z zgodnie z regulaminem dostępnym na stronie www.smsilesia.katowice.pl w zakładce Działalność Kulturalna/Druki do pobrania

Zapisy i informacje w klubie osiedlowym ul. Radockiego 282
od pon. do pt. w godz. 16⁰⁰ - 19⁰⁰ lub tel. 517 206 397
od 6 do 10.07.2026 lub do wyczerpania miejsc.

Wpłaty po uzgodnieniu na konto SM „Silesia”
nr 42 1020 2313 0000 3602 0019 6527

Liczba miejsc ograniczona. Jeśli nie uzbiera się wystarczająca liczba osób wycieczka zostanie odwołana.

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Silesia”
zaprasza mieszkańców

5 września 2026 (sobota)

do udziału w

42. RODZINNYM ZŁAZIE

Mieszkańców Osiedli Spółdzielczych woj. śląskiego
im. Neli i Tytusa Szłompek
z metą w Podlesicach „Osada Zborów”

Odpłatność: 85 zł/os.

(dot. członków Spółdzielni i wspólnie zamieszkałych członków ich rodzin)

Świadczenia:

- transport autokarem
- ubezpieczenie NNW
- gorący posiłek na mecie zjazdu
- opieka medyczna
- przewodnik i opiekun grupy
- oprawa muzyczna
- upominek
- inne atrakcje



Zbiórka:

7:15 parking przy Biedronce ul. Radockiego 150

- ✓ Trasa (5 km): szlak żółty przez Dolinę Wiercicy, następnie zielony do Złotego Potoku - zwiedzanie Muzeum Krasickiego, Pałac Raczyńskich (Wędrówka uzależniona jest od warunków atmosferycznych i może ulec zmianie).
- ✓ Wymagany od uczestników odpowiedni strój i obuwie do wędrówki.

Zapisy i wpłaty oraz szczegółowe informacje od 6 do 17.07.2026 r.
w klubie osiedlowym „Silesianka” ul. Radockiego 282,
w godz. 16.00 do 19.00, tel. 517 206 397

Liczba miejsc ograniczona! Decyduje kolejność zgłoszeń!



ZAJĘCIA WZMACNIAJĄCE

nowe zajęcia

środa godz. 16.30

klub ul. Północna 32

STARTUJEMY
we wrześniu

Podczas treningu wykorzystujemy gumy oporowe, hantle, kettle, aby kompleksowo wzmocnić mięśnie i kości

- Nie musisz mieć doświadczenia
- Przyjdź poczuć swoją siłę i wymodeluj sylwetkę

Zapisy i dokładne informacje od 17.08.2026 r.
w klubie przy ul. Północnej 32 od pon. do pt.
od godz. 8.00 do 14.00, tel. 517 206 384

BUDŻET
OBYWATELSKI
Katowice



AKTYWNY SENIOR 55+ i jego środowisko lokalne

Zadanie publiczne jest finansowane ze środków otrzymanych z budżetu miasta Katowice w ramach XII edycji Budżetu Obywatelskiego.
Czas realizacji marzec - grudzień 2026 r.

zapraszamy seniorów na film pt.

„Takie jest życie”

20 sierpnia (czwartek)

godz. 17.00

Kino Helios, Galeria Libero



ZASADY KORZYSTANIA Z BILETÓW:

1. Bilety są bezpłatne. Liczba biletów ograniczona.
2. Pierwszeństwo mają osoby, które jeszcze nie korzystały z bezpłatnych biletów.

Dokładne informacje i zapisy od 27 do 29.07.26 lub
do wyczerpania miejsc w Klubie Aktywnego Seniora „Anziano”
Spółdzielnia Mieszkaniowa „Silesia”
od pon. do pt. od godz. 8.00 do 14.00



Katowice ul. Północna 32



517 206 384

Manhattan zdobyty! Gra terenowa pełna dobrej energii

17 czerwca skwer przy ul. Radockiego zamienił się w przestrzeń pełną ruchu, śmiechu i dobrej zabawy. Wszystko za sprawą Gry Terenowej na Manhattanie, która zgromadziła mieszkańców gotowych na sportową rywalizację, wspólne odkrywanie osiedla i aktywne spędzenie czasu na świeżym powietrzu. Frekwencja przerosła oczekiwania organizatorów, a energia uczestników od pierwszych minut pokazała, że takie inicjatywy są na naszym osiedlu naprawdę potrzebne.

Zadaniem drużyn (100 uczestników) było zmierzenie się z terenowymi wyzwaniami, odnalezienie punktów i wykonanie przygotowanych zadań. Liczyły się nie tylko szybkość i spostrzegawczość, ale także współpraca, spryt i dobra orientacja w terenie. Emocji nie brakowało, a na trasie dało się wyczuć ducha zdrowej rywalizacji. Jedni ruszyli do działania z mapą w ręku i konkretnym planem, inni stawiali na intuicję, ale wszyscy mieli jeden cel – dobrze się bawić i dotrzeć do mety z satysfakcją.

Na szczęście nikt nie wrócił z pustymi rękami. Każdy uczestnik otrzymał pamiątkowy medal, a najlepsze drużyny zostały uhonorowane statuetkami i nagrodami. Organizatorzy zadbałi również o wyjątkowy akcent i wyróżnili najmłodszego oraz najstarszego uczestnika wydarzenia, pokazując tym samym, że gra terenowa była propozycją naprawdę dla każdego – bez względu na wiek. Biuro Podróży Index ufundowało nagrodę główną – wycieczkę dla dwóch osób do jednej z europejskich stolic.

Po sportowych zmaganiach przyszedł czas na mniej formalną część

spotkania. Finałem wydarzenia było wspólne ognisko, przy którym można było odpocząć i upiec kiełbaskę. To właśnie wtedy, już bez pośpiechu i rywalizacji, był czas na rozmowy, śmiech i złapanie oddechu po intensywnym popołudniu. Na placu unosił się zapach ogniska, a dodatkową atrakcją była strefa przygotowana przez Fundację Index do Przyszłości, która zaprosiła najmłodszych do wspólnej zabawy i częstowała wszystkich świeżym popcornem.

Wydarzenie nie mogłoby się odbyć bez współpracy wielu zaangażowanych osób i instytucji. Inicjatorem wydarzenia była Dorota Ostrowicz a organizatorami gry byli MOSiR Katowice oraz Spółdzielnia Mieszkaniowa „Silesia”. A całe przedsięwzięcie zostało zrealizowane w ramach inicjatywy lokalnej 2026 i współfinansowane z budżetu Miasta Katowice. To właśnie dzięki takiemu wsparciu możliwe jest tworzenie wydarzeń, które integrują mieszkańców i ożywają osiedlową przestrzeń.

Serdeczne podziękowania należą się także partnerom, którzy dołożyli swoją cegiełkę do sukcesu tego dnia. W organizację wydarzenia włączyli się: Index Biuro Podróży, Fundacja Index do Przyszłości, Tommed, UKS 27, Taxus Arbor, Miejska Biblioteka Publiczna – Filia nr 10 w Katowicach, RCU Ubezpieczenia, Śląskie Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom Specjalnej Troski i Osobom z Upośledzeniem Umysłowym Oddział Odrodzenia Katowice, Uniqa oraz Piekarnia Król, która zadbała o pyszne chleby do ogniska. Każde z tych wsparć miało znaczenie i współtworzyło atmosferę tego popołudnia.



Pamiątkowe medale i statuetki były dla uczestników pięknym zwieńczeniem terenowych zmagani.



Razem łatwiej osiągnąć cel.



Po sportowych emocjach przyszedł czas na odpoczynek przy wspólnym ognisku.

Szczególne słowa uznania kierujemy również do harcerzy z 44 Katowickiej Drużyny Harcerskiej „Kalina” im. hm. Wandy Jordan-Łowińskiej oraz XIV Szczepu Harcerskiego „Dziki Szczep”, którzy aktywnie pomagali przy organizacji i czuwal nad sprawnym przebiegiem wydarzenia.

Gra Terenowa na Manhattanie pokazała, że osiedlowe spotkania mogą być jednocześnie aktywne, integracyjne i po prostu bardzo przyjemne. Był

ruch, rywalizacja i były nagrody, ale przede wszystkim świetna atmosfera i wspólne spędzanie czasu. Dziękujemy wszystkim mieszkańcom za obecność, energię i zaangażowanie. To dzięki Wam Manhattan znów tętnił życiem. ■



Razem w Podlesicach

13 czerwca odbył się XXI Piknik Osób z Niepełnosprawnościami zorganizowany przez Regionalny Związek Rewizyjny Spółdzielczości Mieszkaniowej w Katowicach. W wydarzeniu uczestniczyło 260 osób z siedmiu spółdzielni mieszkaniowych województwa śląskiego, w tym 40-osobowa grupa mieszkańców SM „Silesia”.

Tegoroczne spotkanie zorganizowano na terenie Osady Zborów, położonej w malowniczym otoczeniu Jury Krakowsko-Częstochowskiej. Piękna pogoda, sprzyjająca wspólnej zabawie i wypoczynkowi, od samego rana wprowadzała uczest-

ników w doskonały nastrój. Program pikniku obfitował w liczne atrakcje. Na uczestników czekały gry i zabawy integracyjne, zajęcia ruchowe, konkursy, warsztaty artystyczne, a także spotkania ze zwierzętami w ramach hipoterapii i dogoterapii. Nie zabrakło również wspólnych tańców, śpiewu i wielu okazji do rozmów oraz integracji. Organizatorzy zadbałi także o poczęstunek, dzięki czemu wszyscy mogli w pełni korzystać z bogatego programu wydarzenia.

Szczególnym momentem pikniku był występ naszego mieszkańca z osiedla Targowisko – Pawła Chmielarza, który wykonał piosenkę „Mamo”, dedykowa-



40-osobowa reprezentacja SM „Silesia”.



Paweł Chmielarz z mamą.

na wszystkim mamom. Jego występ został nagrodzony gromkimi brawami i był jednym z najbardziej wzruszających punktów spotkania.

O uczestników zadbała również nasza Spółdzielnia. Każdy z mieszkańców otrzymał pamiątkowy daszek z logo SM „Silesia”, który nie tylko chronił przed słońcem, ale także pod-

kreślał naszą spółdzielczą wspólnotę. Miłym akcentem była również pamiątkowa statuetka i dyplom, z którymi wróciliśmy z Podlesic. Wyjazd był okazją nie tylko do wspólnego wypoczynku i aktywności, ale także do budowania relacji, integracji i przeżycia wielu radośnych chwil. Dziękujemy wszystkim za obecność, uśmiech i wspaniałą atmosferę. ■

Wiosna 2026 roku obfitowała w wyjątkowe wydarzenia kulturalne, w których mieli okazję uczestniczyć mieszkańcy naszej Spółdzielni. W ramach cyklu „Spotkania ze sceną” odwiedziliśmy teatr, filharmonię oraz Narodową Orkiestrę Symfoniczną Polskiego Radia, przeżywając niezapomniane chwile pełne muzycznych uniesień.

Pierwsze wyjście odbyło się 12 kwietnia do Teatru Żelaznego na spektakl „Mama się nie rusza”. Ta hiszpańska komedia, wystawiana pod hasłem „Jaka mać, taka nać!”, okazała się prawdziwym hitem. Historia dwóch braci, którzy za wszelką cenę próbują zdobyć pokaźny spadek, dostarczyła widzom mnóstwa śmiechu i dosko-

„Spotkania ze sceną”

nałej zabawy. Błyskotliwe dialogi, świetna gra aktorska oraz pełna uroku scenografia przedwojennego mieszkania sprawiły, że publiczność od pierwszych minut dała się porwać komediowej intrydze. To spektakl lekki, pełen absurdu i humoru i niespodziewanych zwrotów akcji, który na długo pozostanie w pamięci uczestników.

22 maja odwiedziliśmy Filharmonię Śląską, gdzie Śląska Orkiestra Kameralna pod batutą Norberta Twórczyńskiego zaprosiła słuchaczy w muzyczną podróż pełną klasycznej elegancji i wirtuozerii. Punktem kulminacyjnym wieczoru było słynne „Concerto de Aranjuez” Joaquína Rodriga – jedno

z najbardziej rozpoznawalnych dzieł gitarowych w historii muzyki. Program koncertu wzbogaciły również kompozycje Bernharda Henrika Crusella, Johanna Georga Albrechtsbergera oraz I Symfonia C-dur Ludwiga van Beethovena. Publiczność mogła podziwiać kunszt solistów oraz piękno klasycznych brzmień, które w sali koncertowej zabrzmiały wyjątkowo poruszająco.

Zwianiem kulturalnego sezonu było wyjście 7 czerwca do NOSPR-u na koncert „Na północ od Wiednia”. W programie znalazły się utwory Jakuba Gołębka, Wolfganga Amadeusza Mozarta, Karla Mysligowskiego oraz Johanna Christiana

Bacha. Koncert poprowadziła Magdalena Łoś-Komarnicka z Programu Drugiego Polskiego Radia, która w ciekawy i przystępny sposób przybliżyła słuchaczom wykonywane dzieła. Wspaniali soliści – Martyna Pastuszka, Vladimir Waltham oraz Javier Zafra – wraz z orkiestrą stworzyli niezwykle klimatyczny wieczór, pełen subtelnych muzycznych barw i artystycznej finezji. Była to doskonała okazja do obcowania z muzyką dawną w wykonaniu artystów najwyższej klasy.

Każde z tegorocznych wyjść miało inny charakter, ale wszystkie łączył wysoki poziom artystyczny i możliwość wspólnego przeżywania kultury. Dziękujemy wszystkim mieszkańcom za udział i już dziś zapraszamy na kolejne wydarzenia od września. ■

PORADY PRAWNE

Obowiązkowe kaski dla młodych rowerzystów – nowe przepisy już obowiązują

W dniu 3 czerwca 2026 r. weszły w życie nowe przepisy ruchu drogowego, które wprowadzają istotne zmiany dla najmłodszych uczestników ruchu. Najważniejszą z nich jest obowiązek noszenia kasku ochronnego podczas jazdy na rowerze.

Zgodnie z nowelizacją ustawy Prawo o ruchu drogowym wszystkie osoby poniżej 16. roku życia muszą korzystać z kasku podczas jazdy nie tylko rowerem, ale również hulajnogą elektryczną oraz innymi urządzeniami transportu osobistego. Nowe przepisy mają na celu przede wszystkim zwiększenie bezpieczeństwa dzieci i młodzieży oraz ograniczenie liczby poważnych urazów głowy w razie wypadków.

Regulacje obejmują także pasażerów. Dzieci do 7. roku życia, przewożone na rowerze – w fotelikach lub przyczepkach – również muszą mieć założony kask ochronny. To rozwiązanie ma dodatkowo chronić najmłodszych pasażerów, którzy są szczególnie narażeni na skutki upadków.

Nowe prawo wprowadza również odpowiedzialność po stronie dorosłych. Za brak kasku przewidziano konsekwencje finansowe, które będą

musieli ponieść rodzice i opiekunowie dzieci oraz młodzieży. Trzeba się liczyć z karą w wysokości do 100 zł.

W Kodeksie wykroczeń dodano art. 89a, który m.in. stanowi, że: „Kto, mając obowiązek opieki lub nadzoru nad osobą, która nie ukończyła 16. roku życia, dopuszcza do kierowania przez nią rowerem, hulajnogą elektryczną lub urządzeniem transportu osobistego, jeżeli osoba ta, wbrew obowiązkowi, nie używa kasku ochronnego odpowiadającego właściwym warunkom technicznym, podlega karze grzywny do 100 złotych”.

Warto podkreślić, że obowiązek nie dotyczy osób powyżej 16. roku życia. Tacy rowerzyści nadal mogą sami decydować, czy chcą korzystać z kasku. Podkreśla się jednak, że mimo braku takiego wymogu jego stosowanie znacząco zwiększa bezpieczeństwo i może zapobiec poważnym obrażeniom.

Wprowadzone przepisy wpisują się w szerszy trend poprawy bezpieczeństwa na drogach. W ostatnich latach rośnie liczba użytkowników rowerów i hulajnóg elektrycznych, co wymusza dostosowanie prawa do nowych realiów. ■

BEZPIECZNE WAKACJE 2026

Komisariat Policji IV w Katowicach przypomina, że okres wakacyjny wiąże się ze wzmożonym ruchem turystycznym, częstszymi wyjazdami oraz zwiększoną aktywnością dzieci i młodzieży w miejscach zamieszkania i wypoczynku. W tym czasie szczególnego znaczenia nabiera przestrzeganie podstawowych zasad bezpieczeństwa zarówno w ruchu drogowym, jak i w miejscu zamieszkania oraz podczas wypoczynku w terenie.

ZABEZPIECZENIE MIEJSCA ZAMIESZKANIA PRZED WYJAZDEM

Przed wyjazdem na urlop funkcjonariusze policji zalecają właściwe zabezpieczenie mieszkań i domów jednorodzinnych. Należy upewnić się, że wszystkie drzwi i okna zostały prawidłowo zamknięte, w tym również okna piwniczne oraz pomieszczenia gospodarcze.

Zaleca się także ograniczenie udostępniania informacji o planowanej nieobecności w mediach społecznościowych. Publiczne informowanie o wyjeździe może stanowić ułatwienie dla osób dopuszczających się przestępstw przeciwko mieniu.



Warto powierzyć nadzór nad mieszkaniem osobie zaufanej, która będzie regularnie opróżniać skrynkę pocztową, zapalać światło w mieszkaniu oraz zwracać uwagę na wszelkie nietypowe sytuacje w rejonie posesji.

BEZPIECZEŃSTWO W RUCHU DROGOWYM

W okresie wakacyjnym obserwuje się znaczący wzrost natężenia ruchu drogowego. W związku z tym Policja apeluje o zachowanie szczególnej ostrożności, przestrzeganie obowiązujących ograniczeń prędkości oraz bezwzględne stosowanie się do przepisów ruchu drogowego.

Kierujący pojazdami powinni przed każdą dłuższą podróżą skontrolować stan techniczny pojazdu, w szczególności układ hamulcowy, ogumienie oraz oświetlenie. Zaleca się również planowanie podróży z uwzględnieniem przerw na odpoczynek w celu ograniczenia ryzyka związanego z przemęczeniem kierowcy.

Policja przypomina o obowiązku korzystania z pasów bezpieczeństwa przez wszystkich pasażerów oraz o prawidłowym przewożeniu dzieci w fotelikach ochronnych, dostosowanych do ich wieku i wzrostu.

BEZPIECZEŃSTWO DZIECI I MŁODZIEŻY W CZASIE WAKACJI

W okresie letnim dzieci i młodzież częściej przebywają poza domem, co wiąże się z koniecznością wzmożonej opieki ze strony opiekunów prawnych. Policja apeluje o regularne przypomnianie najmłodszym zasad bezpiecznego zachowania, w szczególności w zakresie poruszania się po drogach, kontaktów z osobami obcymi oraz przebywania w miejscach publicznych.

Szczególną uwagę należy zwrócić na bezpieczeństwo nad wodą. Kąpiel powinna odbywać się wyłącznie w miejscach strzeżonych i wyznaczonych, pod nadzorem ratownika wodnego.

Komisariat Policji IV w Katowicach apeluje o zachowanie ostrożności i rozwagi w okresie wakacyjnym. Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa, właściwe zabezpieczenie mienia oraz troska o bezpieczeństwo dzieci mają kluczowe znaczenie dla ograniczenia zagrożeń i zapewnienia spokojnego wypoczynku.

Komendant Komendy IV Policji w Katowicach
podinsp. Aneta Orman-Korczyńska



Podczas jazdy, m.in. na rowerze i hulajnodze, osoby poniżej 16. roku życia mają obowiązek korzystania z kasku.

Life coaching
Renata Kuraś-Peterko

Zadbaj o siebie i swoją relację już dziś!

Czy macie wrażenie, że Wasza **relacja małżeńska** nie jest już tak żywa jak dawniej?

A może **przechodzicie przez trudny** czas albo kryzys w związku i myślicie: „Nie damy już rady...”

Nie jesteście sami.

Live to Grow - rozwój dla par, które chcą żyć pełnią życia, kochać dojrzałe i budować głębokie relacje. Zapraszam na indywidualne sesje lub warsztaty dla par.

Sprawdźcie ofertę:
www.livetogrow-coaching.pl
Katowice, Żurawia 80

INFORMATOR

SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA „SILESIA” W KATOWICACH

40-668 Katowice, ul. Głuszców 9
centrala 32 202 80 34,
sekretariat 32 202 93 24
email: silesia@smsilesia.pl
www.smsilesia.pl

OSIEDLE ODRODZENIA
ul. Radockiego 152
32 206 11 26

OSIEDLA:
TARGOWISKO
ŻURAWIA
B. PRUSA
ul. Fredry 5
32 202 90 02

DYŻUR AWARYJNY

(poza godzinami pracy spółdzielni)

607 692 272

KLUBY OSIEDLOWE

„Silesianka”,
ul. Radockiego 282
517 206 397
ul. Północna 32
ul. Żurawia 80
517 206 384

Facebook:

Kluby osiedlowe SM „Silesia”

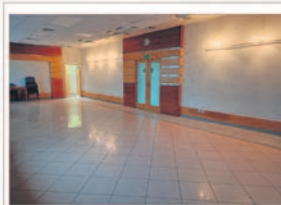
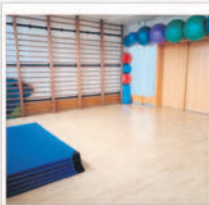
WAŻNE TELEFONY

numer alarmowy **112**
pogotowie ratunkowe **999**
straż pożarna **998**
policja **997**
straż miejska **986**
pogotowie ciepłownicze
32 258 47 73
pogotowie energetyczne
32 258 46 53
pogotowie gazowe
32 251 54 11
pogotowie wodno-kanalizacyjne
32 256 48 09

IV Komisariat Policji
Katowice – Piotrowice,
ul. Policyjna 7
47 851 37 50

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Silesia” oferuje wynajem sal na:

- przyjęcia okolicznościowe (urodziny, komunie, chrzciny itp.)
- warsztaty, szkolenia, konferencje, zebrania, prelekcje
- zajęcia ruchowe, językowe
- próby zespołów tanecznych, wokalnych
- gabinet, np. masażu, kosmetyczny, terapii manualnej



Do dyspozycji sale o powierzchni od 24m² do 88m² zlokalizowane w Katowicach Piotrowicach w trzech klubach osiedlowych:
ul. Północna 32, ul. Żurawia 80, ul. Radockiego 282.

Do dyspozycji zaplecze kuchenne, węzeł sanitarny, klimatyzowane pomieszczenia. Dostęp do Wi-Fi (klub ul. Północna) i projektora multimedialnego.

Wynajem na godziny lub cały dzień,
wynajem krótkoterminowy lub długoterminowy.

Szczegółowe informacje tel. 517 206 384, e-mail: silesia@smsilesia.pl

NIERUCHOMOŚCI
sprzedaż - wynajem - zarządzanie

ul. Bażantów 24
tel. 32 431 02 10
www.wizzdom.pl

PRACOWNIA PROTETYCZNA

rok założenia 2000

Naprawa protez zębowych oraz wszelkie prace protetyczne

TEL. 504 552 252

ul. Radockiego 90, VII p.

TRZECIE ZĘBY USŁUGI PROTETYCZNE

Ewa Francik

30 LAT DOŚWIADCZENIA
Darmowe porady

ZAPRASZAM – RADOCKIEGO 60

poniedziałek, środa, czwartek 16:00-19:00
sobota 9:00-12:00

tel. 503 051 882

ADWOKAT i Radca Prawny

tel. 503 016 291

ul. Zbożowa 38 lok. 111
(budynek TOMBOR)

POMOC PRAWNA M.I.N. Z ZAKRESU:

- prawa rodzinnego (alimenty, rozwody)
- prawa spadkowego • upadłości konsumenckiej
- spraw administracyjnych
- spraw dot. nieruchomości
- reprezentacji przed sądami i organami
- sporządzania pism, opinii prawnych, weryfikacji umów

UWAGA LOKATORZY!

NAPRAWA I KONSERWACJA OKIEN

WYMIANA OKUĆ I USZCZELEK

508 769 362

OGŁOSZENIA

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Silesia” w Katowicach oferuje do wynajęcia:

POWIERZCHNIE NA DZIAŁALNOŚĆ GOSPODARCZĄ:

- **ul. Radockiego 250 (~ 11,00 m²)** – w skład powierzchni wchodzi 1 pomieszczenie oraz wc, lokal wyposażony jest w instalację wodno-kanalizacyjną, centralnego ogrzewania i elektryczną (indywidualna umowa), usytuowany jest na VIII piętrze budynku mieszkalnego.
- **ul. Radockiego 64 (~ 11,50 m²)** – w skład powierzchni wchodzi 1 pomieszczenie i wc, wyposażony jest w instalację elektryczną (indywidualna umowa), wodno-kanalizacyjną i centralnego ogrzewania, usytuowany jest na V piętrze budynku mieszkalnego.
- **ul. Radockiego 180 (~ 13,00 m²)** – w skład powierzchni wchodzi 1 pomieszczenie oraz wc, lokal wyposażony jest w instalację wodno-kanalizacyjną, centralnego ogrzewania i elektryczną (indywidualna umowa), usytuowany jest na V piętrze budynku mieszkalnego.
- **ul. Radockiego 224 (~ 20,00 m²)** – w skład powierzchni wchodzi 2 pomieszczenia oraz wc, lokal wyposażony jest w instalację wodno-kanalizacyjną, centralnego ogrzewania i elektryczną (indywidualna umowa), usytuowany jest na VI piętrze budynku mieszkalnego.
- **ul. Żurawia 80 (~ 25,00 m²)** – lokal mieszczący się na 1 piętrze pawilonu handlowo-usługowego, wyposażony jest w instalację elektryczną, centralnego ogrzewania. Możliwość korzystania z wc.

Działalność prowadzona w lokalach nie może zakłócać spokoju mieszkańcom.

POWIERZCHNIE BUDYNKÓW NA CELE REKLAMOWE

- ul. Żurawia 44 ■ ul. Gen. Z. Waltera-Jankego 119, 121, 123
- ul. Radockiego 70a

MIEJSCA PARKINGOWE I POSTOJOWE

- ul. Szewska 4 – miejsca na przechowywanie motocykli w zadaszonej i zamkniętej części wiaty gospodarczej
- ul. Głuszców 9 – miejsca postojowe pod zadaszoną wiatą
- ul. Gen. Z. Waltera-Jankego 123 – miejsca postojowe – ogrodzone z bramą wjazdową
- ul. Jaworowa – miejsca postojowe – blokada

Informacji udziela Dział Eksploatacji
(pokój nr 28 w siedzibie Spółdzielni przy ul. Głuszców 9 w Katowicach), pod nr telefonu 32/202 80 34 wew. 336, 346.

KOMPLEKSOWE WYKOŃCZENIA MIESZKAŃ



- Malowanie ■ Tapetowanie
- Gładzie ■ Ścianki G-K
- Montaż paneli podł.
- Instalacje wod-kan
- Instalacje elektryczne
- Montaż sufitów podwieszanych

NAPRAWA TELEWIZORÓW U KLIENTA
– FESTERKIEWICZ. TEL. 603 585 329.

CHEMIA – MATEMATYKA.
TEL. 609 313 634.

REMONCIK

Gładzie gipsowe,
szpachlowanie,
malowanie, poprawki

KRZYSZTOF
tel. 500 368 543

Bezpłatne pismo mieszkańców
Spółdzielni Mieszkaniowej „SILESIA”
w Katowicach

Adres redakcji: ul. Głuszców 9, 40-668 Katowice,
tel. 32 202 80 34, silesia@smsilesia.pl

Redaguje zespół. Materiały kierowane do redakcji
prosimy wysłać na adres spółdzielni z dopiskiem „Gazeta”
lub składać w siedzibie spółdzielni.
Redakcja materiałów niezamówionych nie zwraca i zastrzega sobie prawo
dokonywania skrótów; za treść ogłoszeń i reklam nie odpowiada.
Nakład 5.500 egz.

Realizacja: Agencja Reklamowa KARAT
Druk: Polska Press Sp. z o.o. Oddział Poligrafia,
Drukarnia Sosnowiec, ul. Baczyńskiego 25A

KRZYŻÓWKA WAKACYJNA

Trudniejsze wyrazy: BIDEN - DUKT - MAIK - MENORA - PYZDRA - RICKY - SRILANKA - WAYNE - ZAMBIA

Górski strumyk W nim kolo zapasowe	Znak na legalnej płytki	Miejsce tenisisty w rankingu Zastój w jakiejś branży	Egzami- nu - przed komisją	Człowiek otrząskany Ozdobna skrzyneczka	Tom, aktor amerykański Nie podgrzewana - czyli ... woda	List wysłany z komputera Sygnał na trwogę	Latał Air Force One	Interesuje ornitologa	Romb na karcie	Dawne wojsko tatarskie
Lichy obraz, kicz		13 Zajął miejsce na pudle	Towarzystwo Janosika		Podatko- wa zniżka	Ludowy obchód witania wiosny		4 Ze sceną i kurtyną	Początek tunelu	Stożkowaty, ostry ząb
... Pucka Usuwam zarost	3		Graniczy z Angolą, Malawi			Market pełen mebli			8 Kura pilnująca kurcząt	Chce nam „urwać” punkty
5 Stan w USA lub plemię Indian		Gospodarz pod reglami	Laura, aktorka amer.	Polska wokali- stka jazzowa	Gretzky lub Rooney	Kraj na wyspie Cejlon			Brand- staetter lub Paszke	Truskaw- kowy sezon
Wśród oper Verdiego		Wenecki naczelnik	Siedmio- ramienny kande- labr	Karciane 21			„Miara” czasu w hotelu	Prosta leśna droga	Była stolicą RFN-u	Damka lub górski
			... Martin, latynoski muzyk Głupstwo, błahostka	6			Waluta Belgii, Niemiec		Pan z nadwagą	Komoda, której nie wolno dotykać
Strój plew- narka, narciar- za, budowa- lańca	2	Obmyśla plan bitwy	Zamie- szanie, hałas	Stawiana zawsze na końcu zdania	Meldu- nek do złożenia	Środko- wy obronca	Mechani- ka ruchu ciał		Graniczy z Indiami	Sposób łądowa- nia żyły
			Wyścig w trudnym terenach		Drugi pokos traw; potraw	Funda- ment, podwa- lina	Obiema nogami Bon na towar			7 Grecki bożek miłości
Dzienny przychód kupca		Ognisko koło koliby		Gęsty smar do maszyn		Szczeli- wo z konopi	Mięsień ramienia			1 Droga dobra dla kuligu
10 Ośmiu muzyków		Narzuci- je lider biegu	16 Agrest lub aronia	11 Dawniej: słowo honoru		Kolonijny samosąd				
Drewnia- ny stół szewca		Spotka- nie na Łysej Górze		Tumult, wiele hałasu			Głanc, była dys- koidalna			12 Była solistką grupy Maanam

Dla Czytelników, którzy do 31 LIPCA 2026 ROKU nadeślą do naszej Spółdzielni (pocztą tradycyjną na adres SM „SILESIA”, ul. Głuszców 9, 40-668 Katowice lub mailową silesia@smsilesia.pl z podaniem danych teleadresowych) poprawne rozwiązanie (z zaznaczeniem: KRZYŻÓWKA WAKACYJNA) przewidziano 3 upominki.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----

Za poprawne rozwiązanie KRZYŻÓWKI ŚWIĄTECZNEJ z poprzedniego wydania upominki otrzymują: Mirosława Kołodziej-Wilk, Stefan Niemiec, Alicja Starowicz. Sponsorem upominków jest firma budowlana Rem-Bud Comfort z Katowic.

Dieta DASH, czyli jak zadbać o zdrowie układu krążenia

Choroby układu krążenia są jedną z najczęstszych przyczyn zgonów w Polsce. Do najczęściej występujących należą nadciśnienie tętnicze, choroba wieńcowa, zawał serca oraz udar mózgu. Główne czynniki ryzyka ich rozwoju to nieprawidłowa dieta, nadmierna masa ciała, brak regularnej aktywności fizycznej, palenie tytoniu, przewlekły stres, nadużywanie alkoholu oraz czynniki genetyczne. Warto podkreślić, że zmiana stylu życia może znacząco zmniejszyć ryzyko ich wystąpienia.

Jednym z najlepiej przebadanych modeli żywieniowych wspierających zdrowie układu krążenia jest dieta DASH (ang. Dietary Approaches to Stop Hypertension). Została opracowana jako sposób żywienia pomagający obniżyć ciśnienie tętnicze, jednak jej działanie jest znacznie szersze i obejmuje wiele aspektów zdrowia. Dieta ta wpływa również korzystnie na poziom cholesterolu, pomaga w utrzymaniu prawidłowej masy ciała oraz poprawia ogólną kondycję układu sercowo-naczyniowego.

Dieta DASH powstała w oparciu o badania nad wpływem sposobu odżywiania na zdrowie układu krążenia i nawiązuje do modelu żywienia stosowanego w krajach śródziemno-



Rozpocznij swoją metamorfozę jeszcze dzisiaj!

Skuteczna, prosta i smaczna dieta online
www.dietchanger.pl



morskich, który od wielu lat związany jest z niższym ryzykiem chorób serca. Opiera się na prostych zasadach, które można wprowadzać stopniowo.

Kluczowe znaczenie ma ograniczenie spożycia soli oraz produktów i przypraw z jej dodatkiem, wybiera-

nie produktów zbożowych pełnoziarnistych zamiast oczyszczonych oraz wprowadzenie warzyw i owoców jako stałego elementu codziennego jadłospisu. Istotne jest również regularne spożywanie nabiału o obniżonej zawartości tłuszczu oraz włączanie do

diety roślin strączkowych. Kolejnym elementem modelu DASH jest ograniczenie tłuszczów zwierzęcych na rzecz tłuszczów roślinnych, takich jak oliwa oraz inne oleje roślinne. W codziennym jadłospisie warto częściej sięgać po ryby oraz drób, a ograniczać mięso

czerwone, jednocześnie wybierając zdrowsze metody obróbki termicznej, takie jak gotowanie czy pieczenie zamiast smażenia. Dieta DASH zakłada również ograniczenie słodczy oraz produktów wysokoprzetworzonych. Słodkie przekąski powinny pojawiać się w menu jedynie okazjonalnie, a ich miejsce mogą zajmować naturalne słodkości, takie jak owoce, niewielkie ilości miodu czy gorzkiej czekolady.

Ważnym elementem jest także odpowiednie nawodnienie organizmu. Warto sięgać po wodę zamiast słodzonych napojów i pić niewielkie porcje przez cały dzień.

Nieodłącznym elementem profilaktyki chorób układu krążenia jest również regularna aktywność fizyczna. Nawet umiarkowany ruch, taki jak spacer czy jazda na rowerze, wspiera pracę układu krążenia i pomaga utrzymać prawidłową masę ciała.

Dieta DASH nie jest restrykcyjnym planem żywieniowym, lecz zbiorem codziennych nawyków wspierających zdrowie układu krążenia. Jej największą zaletą jest prostota i możliwość stopniowego wprowadzania zmian, co ułatwia dopasowanie do własnego stylu życia oraz utrzymanie w dłuższej perspektywie.

*dietetyk kliniczny
z zespołu Diet Changer
www.dietchanger.pl*



Światłowód
Pro

Super Światłowód Tak O!

Super cena

39,99 zł/mies.
z rabatami

**Dokup 230 kanałów TV,
Amazon Prime w prezencie na 24 mies.**

Zapraszamy do salonów Orange w Katowicach

- ul. 3-go Maja 30, Galeria Katowicka
- ul. Chorzowska 107, Silesia City Center
- ul. Kościuszki 229, CH Libero
- ul. Pułaskiego 60, CH Trzy Stawy

lub kontaktu z Doradcą: 512 635 937

Oferta ograniczona terytorialnie. Od 1.mies. 9,98 zł/mies. za wypożyczenie modemu i dekodera.

Światłowód do 300 Mb/s za 39,99 zł/mies. przez 24 mies., z rabatami: za e-fakturę, odbieraniem co miesiąc w Mój Orange, za zgody marketingowe (oba po 4,99 zł/mies.) i z dodatkowym rabatem 30,01 zł/mies. na 24 mies. Od 25.mies. opłata wzrośnie o 40,01 zł/mies. Aktywacja 60 zł. Z 230 kanałów TV: 47 kanałów dostępnych ze światłowodem a 183 kanały na odrębnej umowie Extra TV (45 zł/mies. przez 24 mies., potem wzrasta o 5 zł/mies. co rok). Umowy na 24 mies. zawarte jednocześnie. Amazon Prime w prezencie na 24 mies. do Extra TV. Amazon.com, Inc. i podmioty towarzyszące nie są sponsorami tej promocji. Amazon, Amazon Prime i wszystkie powiązane logo są znakami towarowymi firmy Amazon.com, Inc. lub jej podmiotów towarzyszących. Oferta dla konsumentów z budynków wielorodzinnych w sieci Orange – gdy 25.05.2026 r. w danym lokalu nie było umowy na światłowód od Orange. Szczegóły na orange.pl



tu jest