

Osiedlowe TO i OWO



Rok. wyd. 2018

nr 04 (226)/2018 r.

ISSN 1506-7890

Ciekawostka: W 2017r., we wszystkich zasobach naszej Spółdzielni, zużyliśmy 868 782 kWh energii.

My też dbamy o Ziemię

Światowy Dzień Ziemi to z pewnością największe ekologiczne święto na całym globie. Obchodzone w 192 krajach ma na celu uświadomienie społeczeństwu, jak wielkim darem jest nasza planeta. To nie tylko symbol, a przede wszystkim istotne przesłanie, uzmysławiające zależność człowieka od naturalnych źródeł Ziemi.

Pod nazwą „Dzień Ziemi” ukryty jest szereg akcji, które prowadzone są corocznie wiosną, a ich celem jest promowanie postaw proekologicznych w społeczeństwie. Jako pierwszy z ideą obchodzonego na całym świecie Dnia Ziemi wystąpił John McConnell w 1969 r. na konferencji UNESCO dotyczącej środowiska naturalnego. Pierwszy raz Dzień Ziemi ogłosił 21 marca 1970 r. burmistrz San Francisco Joseph Alioto. Inicjatywę poparł sekretarz generalny ONZ U Thant. 26 lutego 1971 r. podpisał proklamację, w której wyznaczył równonoc wiosenną jako moment, w którym Narody Zjednoczone obchodzą Dzień Ziemi. W momencie, kiedy Słońce przechodzi w znak zodiakalnego Barana, w siedzibie ONZ w Nowym Jorku rozbrzmiewa Dzwon Pokoju. Ma to zwykle miejsce 20 lub 21 marca.

Idea Dnia Ziemi nie mogła przedostać się do Polski przez 20 lat. Pierwsze obchody w Warszawie odbyły się w roku 1990. Dzięki przywróconej Polakom wolności organizacje pozarządowe promujące postawy ekologiczne mogły żywo włączyć się w międzynarodowe obchody Dnia Ziemi. W Polsce bardziej popularna stała się data 22 kwietnia ze względu na kapryśną aurę, która często zniechęcała do udziału w imprezach plenerowych w marcu. Na początku XXI w. Dzień Ziemi stał się okazją do organizowania akcji mających uświadomić młodzieży oraz całemu społeczeństwu, że należy dbać o nasze środowisko naturalne.

Tej szczytnej idei pokłoniła się również Spółdzielnia Mieszkaniowa „Górnik” w Jaworznie, która, wzorem innych miast i krajów, rozciągnęła Dzień Ziemi na cały tydzień i zorganizowała dla swoich mieszkańców kilka atrakcji związanych z tym świętem. Podczas Dnia Ziemi, czyli 22 kwietnia, przed Klubem To i Owo nasz instruktor warsztatu ogrodniczego sprzątał i obsadzał skarpę. Ponadto zorganizowaliśmy swap odzieżowy, czyli wymianę ubrań, akcję

TO i OWO KLUB

DZIEŃ ZIEMI w Klubie To i Owo

**22.04.2018 (niedziela)
godz. 14⁰⁰ - 18⁰⁰**

W PROGRAMIE:

- SWAP ODZIEŻOWY - wymiana ubrań
- MAPA CZYSTEGO ŚWIATA - rysowanie kredą po chodniku
- atrakcje dla dzieci - COŚ Z NICZEGO - tworzymy z materiałów recyklingowych
- sprzątanie i sadzenie rabatki w otoczeniu Klubu
- dzielimy się sadzonkami i nasionkami

Więcej szczegółów na Facebooku. Zapraszamy!

KLUB TO I OWO, UL. GRUNWALDZKA 106
KLUB@SMGORNIK-J.PL ☎ 720 858 998

rysowania kredą po chodniku „Mapa czystego świata”, warsztaty tworzenia z materiałów recyklingowych dla dzieci „Coś z niczego”, a także sprzątałismy i sadziliśmy rabatki w otoczeniu klubu. W kolejnych dniach Tygodnia Ziemi dla dzieci w Spółdzielni, czyli 24, 25 i 26 kwietnia, w poszczególnych administracjach rozdawane były sadzonki roślin i nasionka. Szczegóły tych wydarzeń można było znaleźć

na plakatach rozwieszonych w Państwa klatkach. Dziękujemy Państwu za obecność. Do zobaczenia za rok!

A już w maju szykuje się kolejne wydarzenie organizowane przez Klub To i Owo. Na naszej stronie internetowej www.smgornik-j.pl sukcesywnie będziemy zamieszczać informacje na ten temat.

aktualności

Rusza konkurs ogrodnikowy



...a na warsztatach ogrodniczych pracą wre

s. 03

informacje

Wędrująca księżka



Przynies przeczytaną i wymień na inną

s. 03

informacje

Z życia ADS



Modernizacje, inwestycje, remonty

s. 02

informacje

Z życia Administracji Domów Spółdzielczych

Typy zleceń w ilościach zgłoszeń zrealizowanych w marcu w ADS 1, 2 i 3:

| co | cw | elektryczne | gazowe | ogólnobudowlane | stolarskoślusarskie | utrzymywanie porządku na stanowiskach kontenerowych | wod-kan |
|-----|----|-------------|--------|-----------------|---------------------|---|---------|
| 145 | 22 | 550 | 232 | 76 | 412 | 9 | 286 |



ADS 1

1. Przy ul. Cegielnianej 28 i 30 zostały wycięte drzewa.
2. Zakończył się montaż domofonu w pierwszej klatce budynku przy ul. Partyzantów 6.
3. Przy ul. Partyzantów 38 ruszyły prace związane z utwardzeniem terenu.
4. Pracownicy rozpoczęli wiosenne przeglądy stanu technicznego budynków i terenów przez nas administrowanych.
5. Przy ul. Górników z „Danuty” 23 dobiegła końca pielęgnacyjna przycinka drzew.
6. W mieszkaniach przy ul. Kalinowej 23 wykonane zostały pomiary skuteczności zerowania w gniazdkach.
7. Pracownicy Spółdzielni sprawdzili drożność kanałów wentylacyjnych oraz szczelność gazu w mieszkaniach przy ul. Kalinowej 9, 11 i 15.
8. Przy ul. Starowiejskiej 17 zamontowane zostały słupki blokujące parkowanie na terenie zielonym.

1. Trwa montaż koryt teletechnicznych prowadzony przez firmę Art-Com.
2. Drzewa między budynkami przy ul. Nosala 1 a 3 zostały przycięte.
3. Przyczyna zalania dachu w budynku przy ul. Grunwaldzkiej 104 doczekała się usunięcia.
4. Konserwatorzy dokonują corocznych przeglądów wentylacji i instalacji elektrycznej oraz prób szczelności instalacji gazowych w mieszkaniach nieudostępnionych podczas wyznaczonej kontroli.
5. Zgodnie z uchwałą Rady Miasta Jaworzna zakupione i zainstalowane zostały tablice informacyjne na stanowiskach kontenerowych.
6. Przy placu zabaw przy ul. Paderewskiego 44/Drzewianki 6 pojawił się kosz uliczny.
7. Na wniosek lokatorów bloku przy ul. Wandy 56 zamontowana została tabliczka informacyjna z zakazem parkowania tyłem do budynku.
8. Teren za budynkiem przy ul. 11 Listopada 13 został wysprzątnięty z nieczystości, a krzewy rosnące w bliskiej odległości bloku usunięte.



ADS 2

1. Rozpoczął się remont kominów na dachu budynku przy al. Piłsudskiego 23.
2. Trwa wymiana pionów instalacji wod.-kan. na bloku przy al. Piłsudskiego 36.
3. Przy al. Piłsudskiego 27 wymienione zostały drzwi wejściowe do klatki schodowej.
4. Montowane są wyłączniki główne przeciwpożarowe.
5. Rozpoczęły się prace związane z wyniesieniem przyłączy gazowych na zewnątrz budynku przy al. Piłsudskiego 22.
6. W pierwszej i drugiej klatce przy ul. Wilczej 28 są już nowe przyłącza gazu na zewnątrz budynku.
7. Chodniki pomiędzy ul. Brodzińskiego 25 a 29 oraz przy al. Piłsudskiego 12 i 22 doczekały się naprawy.
8. Trwa modernizacja pionów przeciwpożarowych.
9. Na terenach objętych termomodernizacją budynków przeprowadzoną w ubiegłym roku nasadzony został żywopłot.



ADS 3

■ aktualności

Rusza kolejna edycja konkursu na najpiękniej ukwiecony balkon i ogródek

Z przyjemnością informujemy, że od początku maja do końca września ponownie mają Państwo możliwość wzięcia udziału w naszym konkursie ogródkowym. A Państwa pracę nad upiększaniem otoczenia widać już od kilku tygodni. Zapowiada się pięknie. Tym, którzy chcieliby rozpocząć działania w swoich ogródkach lub na balkonach, ale nie wiedzą, od czego zacząć, przypominamy, że w Klubie To i Owo od początku kwietnia trwają warsztaty ogrodnicze. Pod okiem wykwalifikowanego instruktora poznamy wszystkie sekrety zadbanych balkonów i ogródków.

Regulamin konkursu ogródkowego:

1. W konkursie mogą wziąć udział członkowie Spółdzielni Mieszkaniowej „Górnik” w Jaworznie.

2. Konkurs jest zorganizowany w dwóch kategoriach: I - balkony, loggie; II - ogródki przyblokowe i kompozycje przyblokowe.

3. Aby wziąć udział w konkursie, należy wysłać fotografię swojego balkonu, loggie/ogrodka przyblokowego na adres otio@smgornik-j.pl w czasie trwania konkursu. W treści maila należy wpisać dane członka Spółdzielni, numer telefonu oraz adres balkonu, loggie/ogrodka przyblokowego, który został zamieszczony na zdjęciu w celu umożliwienia weryfikacji. Zgłoszenie się do konkursu jest jednoznaczne z wyrażeniem zgody na użycie fotografii w celach związanych z działalnością Spółdzielni.

4. Konkurs trwa od 1 maja do 30 września 2018 r.

5. Zwycięzcę konkursu wyło-



ni jury wybrane przez Zarząd Spółdzielni.

6. Wyniki konkursu zostaną podane do 31 października 2018 r. na łamach spółdziel-

nych mediów.

7. Przewidziane są nagrody dla pierwszych trzech miejsc w obu kategoriach.

8. Z udziału w konkursie wy-

kluczeni są członkowie Rady Nadzorczej i Rad Osiedli oraz pracownicy Spółdzielni Mieszkaniowej „Górnik” w Jaworznie.

Uwolnij swoje książki

W Klubie To i Owo już od kilku lat funkcjonuje „Kącik wędrującej książki”. Teraz specjalne regały pojawiły się również w siedzibach wszystkich administracji naszej Spółdzielni. Każdy chętny może przynieść przeczytaną lekturę i wymienić ją na inną. W ten sposób dołączamy do światowej akcji bookcrossingu, czyli pozostawiania przeczytanych książek w miejscach publicznych po to, by znalazca mógł je przeczytać i znowu puścić w obieg. Zachęcamy do uwalniania książek i oczywiście czytania.

KĄCIK WĘDRUJĄCEJ



KSIĄŻKI

PRZYNIĘS PRZECZYTANĄ KSIĄŻKĘ
I WYMIEN NA INNĄ Z REGAŁU

TAKI KĄCIK ZNAJDZIESZ WE WSZYSTKICH ADMINISTRACJACH SM „GÓRNIK”
ORAZ KLUBIE TO I OWO, UL. GRUNWALDZKA 106

■ ważne numery

SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA

ZARZĄD

al. Tysiąclecia 2-14, 43-603 Jaworzno
Godziny pracy: poniedziałek: 7 - 17
wtorek - piątek: 7 - 15

SEKRETARIAT:

telefon: 32 615 55 41
fax: 32 615 57 55
e-mail: sekretariat@smgornik-j.pl

DZIAŁ ROZLICZEŃ CZYNSZÓW I WINDYKACJI:

telefon: 32 615 57 65
telefon: 32 615 68 88
e-mail: windykacja@smgornik-j.pl

DZIAŁ KSIĘGOWOŚCI:

telefon: 32 615 61 46
e-mail: ksiegowosc@smgornik-j.pl

DZIAŁ FINANSOWY - WKŁADY:

telefon: 32 615 61 41
e-mail: wkłady@smgornik-j.pl

DZIAŁ TECHNICZNY I ADMINISTRACJE

ul. Paderewskiego 15, 43-600 Jaworzno
Godziny pracy: poniedziałek: 7 - 17
wtorek - piątek: 7 - 15

DZIAŁ GOSPODARKI ZASOBAMI MIESZKANIOWYMI:

telefon: 32 615 55 43
32 616 41 32
e-mail: gzm@smgornik-j.pl

NADZÓR BUDOWLANY:

telefon: 32 616 41 32
32 752 08 12
e-mail: nadzor@smgornik-j.pl

SERWIS CIEPŁOWNICZY:

telefon: 32 616 41 32
32 752 08 12
e-mail: serwis.cieplowniczy@smgornik-j.pl

ADMINISTRACJA DOMÓW SPÓŁDZIELCZYCH NR 1

ul. Starowiejska 17, 43-603 Jaworzno
telefon: 32 615 52 58
32 615 54 02
e-mail: ads1@smgornik-j.pl

ADMINISTRACJA DOMÓW SPÓŁDZIELCZYCH NR 2

ul. Paderewskiego 15, 43-600 Jaworzno
telefon: 32 616 24 94
32 752 08 11
e-mail: ads2@smgornik-j.pl

ADMINISTRACJA DOMÓW SPÓŁDZIELCZYCH NR 3

al. Piłsudskiego 40, 43-600 Jaworzno
telefon: 32 616 50 19
32 616 55 94
e-mail: ads3@smgornik-j.pl

ZAKŁAD BUDOWLANO-REMONTOWY

ul. Paderewskiego 15, 43-600 Jaworzno
telefon: 32 616 21 78

POGOTOWIE WIND

telefon: 32 616 57 05
602 771 542

TELEFON AWARYJNY: 32 616 20 25

(po wysłuchaniu zapowiedzi Spółdzielni
proszę poczekać na zgłoszenie się pracownika)

■ aktualności

Miesiąc w Klubie



Finisz wystawy Natalii Urant



Warsztaty ogrodnicze z Robertem Działowym. Intensywny kurs przygotowujący do konkursu balkonowo-ogrodkowego



Pokaz samoobrony w wykonaniu naszych dzielnicowych

■ aktualności

Wiceprezes ds. finansowo-księgowych przeszła na emeryturę



Po 13 latach pracy w naszych szeregach na emeryturę odeszła pani Stefania Leks. Uroczyste pożegnanie miało miejsce podczas marcowego zebrania Rady Nadzorczej. Przewodniczący Rady Nadzorczej oraz Zarząd, w imieniu swoim, członków Rad i pracowników S.M. „Górnik”, podziękowali pani Stefanię za wszystkie lata zaangażowania w losy naszej Spółdzielni.

■ przepisy czytelników

Wilgotne ciasteczka kokosowe: szybkie i proste w przygotowaniu

Pani Maria z osiedla Podłęże poczęstowała nas ostatnio pysznymi, wilgotnymi ciasteczkami kokosowymi. Jeśli tak jak i my lubią Państwo kokos, te ciasteczka spełnią Wasze oczekiwania. Przepis jest niezwykle łatwy i szybki, a z własnego doświadczenia polecamy do nich kubek ciepłego mleka. Co to było za śniadanie!

Składniki:

- pół szklanki cukru,
- 200 g wiórek kokosowych,
- cztery białka jaj,
- szczypta soli.

Białka oddzielamy od żółtek i ubijamy z dodatkiem szczypty soli. Pod koniec ubijania dosypujemy cukier i delikatnie mieszamy całość z kokosem. Piekarnik nastawiamy na 175 stopni Celsjusza. Blachę wykładamy papierem do pieczenia, smarujemy masłem i posypujemy mąką. Na tak przygotowaną blaszkę wykładamy, najlepiej za pomocą łyżki, małe porcje masy białkowej. Pieczemy na złoty kolor ok. 15 minut. Smacznego!



■ ogłoszenia drobne

Krawcownia Magdy Turek
al. Piłsudskiego 58 zaprasza 9-16. Szyby
miarowe, przeróbki i naprawa odzieży.
tel. 693 770 406.

HALA „TAXI”
tel. 32 793 83 83
Szybko, tanio, solidnie, 24 h.
Numer 1 w Jaworznie.
Wspieraj lokalną przedsiębiorczość.
www.hala-taxi.pl

Szafy INDECO z drzwiami przesuwymi,
zabudowa wnęk. Rabaty do 35%.
Meble kuchenne na wymiar.
www.bartez-indeco.pl
tel. 604 133 038

Naprawa telewizorów
tel. 603 898 300

Kupię mieszkanie za gotówkę, szybka
realizacja.
tel. 576 013 043

TAPICERSTWO
tel. 32 753 21 65
604 840 451

**Awaryjne otwieranie samochodów,
mieszkań i usługi ślusarskie, naprawa
i wymiana zamków.**
600 600 235,
awaryjneotwieranie24.pl.

**Pasieka „Mój Miód” na Podłężu k/parku
poleca miody i inne produkty.**
tel. 501 247 684

**GŁADZIE BEZPYŁOWE, sufity podwieszane,
tapetowanie, prace malarskie. Tanio
i solidnie. KOMI - PLAST**
tel. 507 53 53 52

Zamienię M-3, 51m², 8 piętro na podobne
do 4 piętra - może być zadłużone.
tel. 508 738 303

**Bezpieczeństwo i skuteczność sprzedaży
Twojej nieruchomości. Wybierz mądrze
Kałużny Nieruchomości, Rynek Główny.**
tel. 794 301 941

**Grupa terapeutyczna DDA/DDD, Centrum
Rozwoju Osobistego i Psychoterapii SELF,
www.self.jaworzno.pl,**
tel 502 376 336, 606 950 855.

**Montaż serwis anten 50 zł. TV-SAT.
Montaż TV na ścianie, sklep, porady**
www.at-victoria.eu.
tel. 515 207 235

**Protezy nylonowe, acronowe, szkieletowe,
akrylowe, szyny, szynoprotezy - naprawa
i usuwanie kamienia oraz osadów;
dostawianie zębów i klamer, aparaty
ortodontyczne - naprawa.**
Rejestracja i ustalanie terminów:
tel. 694 245 071

**PRACA NA MAGAZYNIE OD ZARAZ
Nie wymagamy doświadczenia!
Zadzwoń, napisz SMS oddzwonimy ☺**
Tel: 695 060 536
32 324 04 28
bierun@adecco.com

**PAKOWACZ NA 2 ZMIANY OD ZARAZ
Zadzwoń, napisz SMS oddzwonimy**
Tel: 695 060 536
32 324 04 28
bierun@adecco.com
Nie czekaj, zadzwoń już dziś ☺

Kupię mieszkanie kawalerkę lub 2, 3 po-
koje, może być zadłużone, do remontu.
Płacę gotówką.
tel. 32 307 21 69

informacje



mznk

Miejski Zarząd Nieruchomości
Komunalnych w Jaworznie

Szanowni Mieszkańcy, dlaczego segregowanie odpadów jest takie ważne?

Polskie prawo nakłada na każdego obowiązek segregowania odpadów komunalnych. Dodatkowo prawo nakłada na nas - mieszkańców obowiązek zmniejszenia ilości odpadów trafiających na wysypiska. W 2017 roku 22 procent ze wszystkich odpadów zebranych od mieszkańców został poddany recyklingowi. To oznacza, że 22 procent wszystkich zebranych śmieci, to posegregowany plastik, papier, metal i szkło.

W 2018 roku poziom, który musimy uzyskać wynosi już 30 procent. A w 2020 roku na wysypisko może trafić tylko połowa naszych odpadów. Pozostała część ma zostać poddana obróbce i ponownemu wykorzystaniu.



POJEMNIK NIEBIESKI (papier)

gazety, książki, katalogi,
zeszyty, papierowe torby
i worki, papier szkolny,
biurowy kartony
i tektura oraz zrobione
z nich opakowania



POJEMNIK ZIELONY (szkło)

butelki i słoiki szklane
po napojach i żywności,
butelki po napojach
alkoholowych,
szklane opakowania
po kosmetykach, butelki
i słoiki należy wyrzucać
bez nakrętek

JAK PRAWIDŁOWO SEGREGOWAĆ ŚMIECI

Z badań zawartości śmietników przeprowadzonych na zlecenie MZKN wynika, że zawartość pojemników na odpady zmieszane w ponad 42 procentach stanowią odpady papierowe, szkło i tworzywa sztuczne, a więc jest jeszcze sporo do poprawienia w kwestii segregacji odpadów.

W przypadku nie osiągnięcia wymaganych poziomów recyklingu w 2018 i kolejnych latach gmina będzie płaciła wysokie kary pieniężne, na które będziemy musieli złożyć się wszyscy. Jeśli chcemy temu zapobiec musimy jeszcze dokładniej niż obecnie segregować śmieci. Przypominamy, że jeśli segregujemy odpady płacimy 15 zł od osoby miesięcznie, a jeśli odpady nie są segregowane - 29 zł.

Poniżej przypominamy zasady segregacji odpadów.



POJEMNIK ŻÓŁTY (tworzywa sztuczne, plastik, metal)

butelki plastikowe, plastikowe
opakowania po żywności,
folia i torebki, plastikowe
i metalowe zakrętki, puszki po
napojach, konserwach, drobny
żłom żelazny oraz drobny żłom
metali kolorowych, kartony po
mleku i sokach



POJEMNIK CZARNY (odpady zmieszane)

To czego nie uda się wysegregować
można wrzucić w worku do pojemnika
czarnego na odpady zmieszane.
Nie należy wrzucać: gorącego popiołu,
odpadów biodegradowalnych, baterii,
chemikaliów, detergentów,
przeterminowanych leków, pustych
opakowań po wyżej wymienionych
środkach, zużytego sprzętu
elektrycznego i elektronicznego,
odpadów budowlanych, odpadów
selektywnie zbieranych takich jak
szkło, papier, itp.

informacje

Na pomoc dławiącemu się

Zadławienie należy do stanów zagrożenia życia, z którymi można spotkać się na co dzień. Dlatego warto wiedzieć, jak w takiej sytuacji pomóc poszkodowanemu.

Do niedrożności dróg oddechowych może doprowadzić szybkie, łapczywe spożywanie pokarmów, połknięcie przez dziecko małego przedmiotu i wiele innych sytuacji. Wczesna interwencja w przypadku zadławienia może zapobiec utracie przytomności.

Dorośli:

Jeśli poszkodowany dorosły z objawami częściowej niedrożności dróg oddechowych może oddychać, zachęcamy go do kaszlu i nie robimy nic więcej.

1. Jeśli jednak poszkodowany ma objawy całkowitej niedrożności, czyli przestał kaszleć, ale jest przytomny, stosujemy pięć uderzeń w okolicę międzyłopatkową:

- stajemy z boku i nieco z tyłu za poszkodowanym,
- podkładamy jedną dłoń pod jego mostek, pochylamy go do przodu,
- wykonujemy pięć energicznych uderzeń nadgarstkiem w okolicę międzyłopatkową,
- po każdym uderzeniu sprawdzamy, czy ciało obce wydostało się na zewnątrz.

2. Jeżeli ta metoda nie przyniesie skutku, zastosujemy pięć uciśnień nadbrzusza zgodnie z następującymi zasadami:

- stajemy za poszkodowanym i obejmujemy go ramionami na wysokości nadbrzusza,
- pochylamy go do przodu,
- zaciskamy pięść i umieszczamy ją pomiędzy pępkiem a dolnym końcem mostka,
- wolną ręką obejmujemy zaciśniętą pięść i silnie pociągamy do wewnątrz i ku górze,
- powtarzamy tę czynność pięć razy.

Jeżeli to działanie jest bezskuteczne, wracamy do punktu pierwszego i wykonujemy go naprzemiennie z drugim.

Kobiety w ciąży i osoby otyłe: Ponieważ uciskanie nadbrzusza nie jest możliwe, wykonujemy tyl-

ko uderzenia w okolicę międzyłopatkową.

Niemowlęta i dzieci:

Jeśli niemowlę kaszle efektywnie, dodatkowe działania są zbędne. Obserwujemy dziecko. Jeśli jest przytomne, ale nie kaszle, lub kaszel jest nieefektywny, wykonujemy pięć uderzeń w okolicę międzyłopatkową:

- układamy dziecko głową w dół na swoim przedramieniu,
- kciukiem i palcem wskazującym chwytamy za żuchwę - nie za szyję,
- wykonujemy do pięciu energicznych uderzeń nadgarstkiem drugiej ręki w okolicę międzyłopatkową,
- po każdym uderzeniu sprawdzamy, czy ciało obce zostało usunięte.

Jeśli uderzenia w okolicę międzyłopatkową nie są skuteczne, uciskamy klatkę piersiową:

- obracamy dziecko na wznak głową skierowaną w dół na wolnym przedramieniu i obejmujemy ręką jego potylicę,
- wyznaczamy miejsce jak do uciskania klatki piersiowej: dolna połowa mostka, na szerokości ok. jednego palca powyżej dolnego końca mostka,
- wykonujemy pięć uciśnień klatki piersiowej, tak jak jak w przypadku dorosłego, z tym, że wolniej, ale bardziej energicznie.

Z dziećmi postępujemy podobnie jak z dorosłymi, ale używamy mniejszej siły.

Pamiętajmy! Jeżeli poszkodowany stracił przytomność i nie oddycha prawidłowo, wzywamy pomoc i rozpoczynamy reanimację.

Materiał powstał w oparciu o podręcznik „Pierwsza pomoc przedmedyczna”, wydawany przez Związek Ochotniczych Straży Pożarnych RP Oddział Miejski w Jaworznie.

informacje

Chcesz pomóc innym w nauce?

Wartościowo spędzić czas?

Możesz być inspiracją dla kogoś!

Zostań naszym wolontariuszem!

Sprostasz wyzwaniu?



ZADZWOŃ!
(32) 618-18-34

NAPISZ!
wolontariat@mops.jaworzno.pl



Jaworzno
źródło energii



samouczek mieszkańca

Co załatwisz w danym dziale Spółdzielni?

Dział członkowsko-prawny: nabywanie członkostwa, ustanawianie lokatorskiego prawa, zamiana lokali mieszkalnych, przekształcanie lokali mieszkalnych w odrębną własność, organizowanie przetargów na ustanowienie odrębnej własności lokali mieszkalnych, udzielanie informacji nt. wstępn-

nych formalności po zbyciu i nabyciu lokali, udostępnianie rejestru członków, potwierdzanie tytułów prawnych do lokali mieszkalnych, zakładanie ksiąg wieczystych dla spółdzielczych własnościowych praw, wszczynanie postępowań administracyjnych w zakresie wymeldowania, współpraca w zakresie zasądzania wyroków eksmisyjnych, eksmisji oraz przymusowej sprzedaży lokali i prowadzenie repetytorium spraw sądowych.

dyżury

Członkowie Rady Nadzorczej pełnią dyżur w siedzibie Zarządu Spółdzielni w każdy pierwszy poniedziałek miesiąca w godz. 16-17. Stanisław Rodzik i Jan Golba czekać będą na Państwa 7 maja.

Dyżury członków Rad Osiedli:
osiedle Stałe - każdy drugi poniedziałek miesiąca w godz. 16-17, siedziba ADS 1, ul. Starowiejska 17;
osiedle Podwale - każdy pierwszy poniedziałek miesiąca w godz. 16-17, siedziba ADS 2, ul. Paderewskiego 15;
osiedle Podłęże - każdy pierwszy wtorek miesiąca w godz. 17-18, siedziba ADS 3, al. Piłsudskiego 40.

krzyżówka

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|---|-----------------|---|-----------|---|-----------------------|---|----------------------------------|----------------------------|---|--|---|-----------------|------------------------------------|-------------------------------|----|-------------------------------------|--|
| ZNAWCA MUZYKI | ▼ | MIASTO W GRECJI | ▼ | NIKNIECIE | ▼ | WYRAZ TWARZY | ▼ | 13 | PRACUJE NA DACHU | ▼ | MUZYKA NA JAM SESSION | ▼ | ZŁY DUCH, CZART | ▼ | DOM MAGNATA ZBIORNIK PALIWOWY | ▼ | 7 | |
| ▲ | | ▲ | | ▲ | | ▲ | | | 5 | ▲ | SZWEDZKI ZESPÓŁ MUZYCZNY ... CHMUR-WIEZOWIEC | ▲ | ▲ | | ▲ | | | |
| CZŁONEK LUDU AFRYKAŃSKIEGO | ▲ | | | | | | | | CZEŚĆ INSTYTUCJI | ▲ | | | | | | 10 | | |
| ATROFIA | ▲ | | | | | | | | PROSNA OPISAŁ MUSZKIETERÓW | ▲ | | | | | | | 12 | |
| NP. LILIA | ▲ | | | | | | | | | ▲ | PIEŚŃ OPEROWA | ▲ | 4 | ALBIN, DAWNY PIĘKARZ RUCHU CHORZÓW | ▲ | | | |
| NA GŁOWIE DZIEWCZYŃKI | ▲ | 8 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ▲ | | | | | | PIERWSZE DANIE OBIADU | ▲ | | | | | | 17 | CHODZI WŁASNYMI DROGAMI | ▲ | 1 | POETA, PRZYJACIEL ADAMA MICKIEWICZA | |
| "MAŻ I..." FREDRY | ▲ | | | | | | | FRANCUSKI LUB WŁOSKI ARYSTOKRATA | ▲ | | | | | | | | | |
| GRUBY SZNUR | ▲ | | | | | | | | | | | | 9 | | | | | |
| ▲ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 14 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ZALOTY CIETRZEWI | ▲ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| DUŻA MUCHÓWKA | ▲ | | | | | | | DIABEŁ | ▲ | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 17 dadzą rozwiązanie krzyżówki, które należy przesłać pocztą elektroniczną na adres otio@smgornik-j.pl do 20 maja. W temacie prosimy wpisać „Krzyżówka nr 4/2018”. Wśród uczestników, którzy nadesłali prawidłowe rozwiązanie, rozlosujemy talon o wartości 50 zł na artykuły spożywcze (bez alkoholu) ufundowany przez Macieja Bochenka, przewodniczącego Rady Nadzorczej.

Uwaga! Wysłanie rozwiązania jest jednoznaczne z wyrażeniem zgody na przetwarzanie danych osobowych dla celów redakcyjnych. Z udziału w losowaniu wyłączeni są dłużnicy oraz pracownicy S.M. „Górnik” w Jaworznie.

Nagrodę za rozwiązanie krzyżówki nr 3/2018 otrzymuje pani Paula Kuźma. Gratulujemy!



uśmiechnij się

W przedszkolu Jasio siedzi na nocniku i płacze.
- Dlaczego płaczesz? - pyta pani wychowawczyni.
- Bo pani Zosia powiedziała, że jak ktoś nie zrobi kupki, to nie pójdzie na spacer.
- I co? Nie możesz zrobić?
- Ja zrobiłem, ale Wojtuś mi ukradł.

Podchodzi informatyk do fortepianu, ogląda go i mówi:
- Hmm... Tylko 84 klawisze, z czego 1/3 funkcyjnych, wszystkie nieopisane, chociaż... Shift naciskany nogą. Oryginalne.

Mąż do żony:
- Co sobie pomyślałaś, jak wczoraj przyszedłem do domu pijany z tym sińcem?
- Jak przyszedłeś, to go jeszcze nie miałeś.

Pani pyta dzieci na lekcji:
- Jak myślicie, wróbel na gałęzi siedzi czy kuca?
- Kuca - odpowiada Jasio.
- A dlaczego tak uważasz?
- Bo gdyby siedział, to zwisałyby mu nóżki.

nasi najemcy

Apteka Panaceum



Apteka przy al. M. J. Piłsudskiego 27 na osiedlu Podłęże mieści się w naszych zasobach od kilkadziesiąt lat. A od kilku tygodni

zachęca do skorzystania ze swojej oferty m.in. za pomocą nowej, wyremontowanej witryny. Zapraszamy!

reklama

Skrzydła drzwiowe oraz nakładki na stare futryny !!!

(Ok. 40 wzorów)

* skrzydła drzwiowe z montażem już od 490 zł

* pomiar i wycena bezpłatna!!!

"DOMATOR", Katowice, ul. Wincentego Pola 22

tel. 32-254-49-98, kom. 605-416-116, www.domator.katowice.pl

