egz. bezpłatny

ISSN 1426-3211

Gazeta DZIELNICOWA

Wrzesień 2011, rok XVI, nr 5
Magazyn
Rady i Zarządu
Dzielnicy XII Bieżanów-Prokocim
Miasta Krakowa

DWUNASTKA

BIEŻANÓW ■ NOWY BIEŻANÓW ■ PROKOCIM ■ NOWY PROKOCIM ■ NA KOZŁÓWCE ■ RŻĄKA ■ ZŁOCIEŃ

W numerze:

Dzieci i młodzież z Bieżanowa na kolonii w Kołobrzegu ..... str. 1

Niech żyją wakacje w Klubie Kultury „Zachęta"! ..... str. 2

W Europejskim Centrum Bajki w Pacanowie ..... str 2

Wydarzyło się w dzielnicy XII Bieżanów-Prokocim i nie tylko… str. 3

Odszedłem jako proboszcz, ale pozostaję jako ksiądz..... str. 3

Z prac Rady Dzielnicy XII ..... str. 4

Działalność Koła Emerytów, Rencistów i Inwalidów Nr 1 w Krakowie Bieżanowie Starym .. str. 4

Konkurs fotograficzny „MOJA DZIELNICA, WCZORAJ I DZIŚ" ..... str. 5

Diagnostyka: Nie lekceważyć pierwszych objawów ..... str. 6

Zdrowe śniadanie początkiem dobrego dnia ..... str. 6

100 LAT SPORTU w BIEŻANOWIE 1911 – 2011 ..... str. 7

Głosuj na plac zabaw w lokalizacji – Park Aleksandry – Kraków Bieżanów Prokocim ..... str. 8

Centrum kultury na Kozłówce ..... str. 8

XXII FAMILIADA „TOR 2011" w Nowym Bieżanowie ..... str. 9

Wystawka ..... str. 10

Koncert Janusza Radka..... str. 11

Dane teleadresowe dzielnicy .... str. 12

DZIECI I MŁODZIEŻ Z BIEŻANOWA NA KOLONII W KOŁOBRZEGU

Zaraz po zakończeniu roku szkolnego 106 osób wyruszyło na kolonię do Kołobrzegu, którą zorganizowało Stowarzyszenie Rodzin Katolickich w Krakowie-Bieżanowie pod kierunkiem pani Anny Leszczyńskiej-Lendy. Organizator zadbał o wykwalifikowaną kadrę, właściwą opiekę medyczną i ratowniczą oraz o urozmaicony program rekreacyjno-sportowy. Położenie szkoły, w której byliśmy zakwaterowani powodowało, że nie sposób było oderwać wzroku od miejscowych atrakcji: Starówki, Katedry, Muzeum Oręża Polskiego, latarni morskiej, molo. Wybraliśmy się też do Zieleniewa do wioski indiańskiej oraz do kina. Najwięcej było jednak plażowania i kąpieli w morzu, bo pogoda dopisywała. Czas spędzony nad morzem dzieci wykorzystywały nie tylko na zabawę. Podczas wypoczynku uczestnicy kolonii uczyli się samodzielności, bezpiecznego funkcjonowania w grupie rówieśniczej oraz wzajemnej pomocy, życzliwości. Na koniec rozdaliśmy ponad 50 dyplomów za udział w konkursach sportowych, plastycznym, literackim, piosenki, fryzur, tańca. Sponsorem nagród była pani Anna Wołkowicz, za co jesteśmy Jej bardzo wdzięczni.

Tekst Marta Biernat,
zdjęcia Paulina Mol-wychowawcy na kolonii

DWUNASTKA
nakład 6 tys. egz.
WYDAWCA:
Dzielnica XII Bieżanów-Prokocim
REDAGUJE ZESPÓŁ:
TOMASZ GUZIK
– Redaktor Naczelny
KONRAD SPRYŃCA
– z-ca Redaktora Naczelnego
PATRYCJA BIEŃ
GRAŻYNA FIJAŁKOWSKA
AGATA GWIAZDA
ZBIGNIEW KOŻUCH
MIECZYSŁAW LASOTA
ADRES REDAKCJI:
ul. Kurczaba 3, 30-868 Kraków
tel/fax 012 658 26 11
e-mail: redakcjadwunastki@gmail.com
SKŁAD, ŁAMANIE, DRUK:
EKODRUK, tel./fax: 12 296 19 09

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania i korekty artykułów oraz opatrzenia ich własnymi tytułami. Artykułów nie zamówionych redakcja nie zwraca. Za treść artykułów i prawa autorskie wykorzystanych zdjęć odpowiadają autorzy tekstów. Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam.

Rada Dzielnicy XII
Bieżanów-Prokocim
ul. Kurczaba 3
tel./fax: 12 658 26 11
e-mail: rada@dzielnica12.krakow.pl
www.dzielnica12.krakow.pl

Sekretariat przyjmuje:

Poniedziałek	1200–1500
Wtorek	1400–1700
Środa	1200–1500
Czwartek	1200–1500
Piątek	1200–1500

Dyżury Członków Zarządu:
Przewodniczący:
ZBIGNIEW KOŻUCH
– piątek 1000–1200
Z-ca Przewodniczącego:
RAFAŁ BUCHELT
– wtorek 1600–1800
Członkowie Zarządu:
WIESŁAW MARKOWICZ
– czwartek 1600–1800
JANUSZ ZADWÓRNY
– poniedziałek 1100–1200
AGATA GWIAZDA
– środa 1700–1800

Dyżury Radnych Miasta Krakowa:
GRAŻYNA FIJAŁKOWSKA
– piątek 1000–1100
ANNA MROCZEK
– 1 i 3 czwartek miesiąca 1800–1900

Dyżury Straży Miejskiej w Radzie Dzielnicy XII:
– każdy 1 wtorek miesiąca 1600–1700

Niech żyją wakacje w Klubie Kultury „Zachęta"!

Jak co roku, w pierwszych dniach wakacji (27.06.11), rozpoczęła się w Klubie Kultury „Zachęta" półkolonia. Została zorganizowana przy współpracy ze Szkołą Podstawową nr 117.

Do uczestnictwa zaproszono wszystkie chętne dzieci w wieku 7-12 lat, będąc e mieszkańcami osiedla i najbliższych okolic.

Dzięki Urzędowi Miasta Krakowa, Spółdzielni Mieszkaniowej „Nowy Prokocim", Szkole Podstawowej nr 117 i Stowarzyszeniu Nowy Prokocim „Przyjaciele" w ciągu 6 tygodni koloniści zwiedzili ciekawe miejsca i uczestniczyli w różnorodnych warsztatach. Dziewczynki nauczyły się haftować wykwintne wzory na tkaninie (Muzeum Historyczne – Kamienica Hipolitów), chłopcy zdobyli więcej informacji na temat obrony średniowiecznego Krakowa (Muzeum Historyczne – Barbakan). Z ziaren zboża dzieci uzyskiwały mąkę, rzeźbiły w glinie, polowały na mamuta (Muzeum Archeologiczne), a także uczyły się tworzyć gigantyczne bańki mydlane (Muzeum Inżynierii Miejskiej). Na warsztatach tańca no woczesnego Hip-Hop uczestniczy przygotowali rytmiczną choreografię.

Pod czujnym okiem wykwalifikowanej kadry pedagogicznej dzieci zwiedziły również Muzeum Pożarnictwa w Alwerni, Skansen w Wygiełzowie, Zamek w Wiśniczu, Park Dinozaurów w Inwałdzie, Izbę Leśną w Niepołomicach, Muzeum Pszczelarstwa w Stróżach, Jaskinię Wierzchowską i wiele inn ych miejsc. Nie zabrakło uciech i zabaw na basenie oraz na strzeżonym kąpielisku.

Podczas uroczystego zakończenia półkolonii (5.08.2011), oprócz tańców i zabaw dzieci mogły poskakać na dmuchanym zamku i wielkiej trampolinie. Radości nie było końca! W tegorocznym programie nie zabrakło różnorodnych form aktywności – plastycznych, muzycznych, literackich, teatralnych i ruchowych (np. interdyscyplinarna zabawa w „Królestwa", „żywe" warcaby).

Harmonogram dostosowano do potrzeb młodych kolonistów, tak by zapewnić im bezpieczne, zdrowe i niebanalne spędzenie wolnego czasu.

Już dziś organizatorzy: Spółdzielnia Mieszkaniowa „Nowy Prokocim" i Szkoła Podstawowa nr 117 zapraszają na kolejne Akcje. Najbliższa w ferie zimowe ☺

Izabella Kowalska-Piper
Klub Kultury „Zachęta" Spółdzielni Mieszkaniowej „Nowy Prokocim"

W Europejskim Centrum Bajki w Pacanowie

13 lipca dla 44 dzieci z Nowego Prokocimia w ramach akcji „Lato w Mieście" Stowarzyszenie „Przyjaciele" zorganizowało i sfinansowało z własnych środków wycieczkę do Europejskiego Centrum Bajki w Pacanowie. Centrum jest nowopowstałym, nowoczesnym parkiem rozrywki i odwiedzające go dzieci mają tam okazję przeżycia największej przygody swojego życia przenosząc się w krainę bajek i baśni. Jest również miejscem edukacji, gdzie w formie zabawy oraz przy wykorzystaniu najnowszych technik multimedialnych, świetlnych oraz dźwiękowych dzieci mogą sprawdzić własne zdolności artystyczne

WYDARZYŁO SIĘ W DZIELNICY XII BIEŻANÓW-PROKOCIM I NIE TYLKO...

5.07. Zakończono remont chodnika w ulicy Laczka
6.07 Dokonano odbioru remontu elewacji w Przedszkolu 87
16.07 Wieczór poezji Pauliny Knyziak-Niezgodzkiej. Prezentacja ostatniego tomiku pt. „Wiersze i obrazy" Dom Kultury Podgórze.
24 07 Komisja dokonała odbioru robót w zakresie remontu chodnika w ul Barbary
3.08 Dokonano odbioru remontu sanitariatów w SP 123
5.08 Odebrano remont chodnika w Przedszkolu 176
18 08 Zakończono doposażenie ogródków jordanowskich
25 08 Odebrano remont kuchni w SP 61

Zbigniew Kożuch

Odszedłem jako proboszcz, ale pozostaję jako ksiądz

21.VIII.2011 w Sanktuarium Najświętszej Rodziny w Krakowie miała miejsce uroczystość powitania nowego proboszcza połączona z liturgicznym obrzędem objęcia parafii przez księdza proboszcza kanonika Mirosława Dziedzica. W tejże uroczystości uczestniczył w imieniu Księdza Kardynała Stanisława Dziwisza ksiądz dziekan Florian Kosek. Z tej okazji z księdzem prałatem Józefem Jakubcem, pierwszym i wieloletnim proboszczem parafii Najświętszej Rodziny, rozmawiają Katarzyna i Wiesław Kiełbasowie.

Księże Prałacie, kiedy Ksiądz obejmował posługę proboszcza w parafii Najświętszej Rodziny, stanął Ksiądz przed wyzwaniem stworzenia jej od podstaw. Proszę powiedzieć, jak to się stało, że właśnie ksiądz, jako jeszcze młody kapłan otrzymał od Księdza Kardynała Wojtyły to zadanie.

Już w roku 1976 jako młody „siedmioletni ksiądz" zostałem skierowany przez Księdza Kardynała Karola Wojtyłę z Łagiewnik do Bieżanowa z konkretną misją przygotowania duszpasterstwa osiedla, które było w planach. Budowę osiedla rozpoczęto w 1977 roku. Pierwsze 4 lata nazywam czasem konspiracyjnych przygotowań, ale także i oficjalnego katechizowania. Dlaczego mnie? Wtedy do duszpasterstwa samodzielnego kierowano młodszych księży (nasze roczniki były mniej liczne), a po za tym od początku miałem dobrą szkołę duszpasterstwa, bo w Makowie Podhalańskim u bardzo dobrego proboszcza ks. prałata Franciszka Dźwigońskiego, potem w Łagiewnikach u drugiego bardzo gorliwego proboszcza kanonika Bronisława Bułki i wreszcie trafiłem do trzeciego księdza prałata Antoniego Sołtysika w Bieżanowie, który był szczerze zainteresowany przygotowaniem duszpasterstwa dla nowego osiedla. Pamiętam, że w 1979 roku w czasie I pielgrzymki Ojca Świętego Jana Pawła II, jak przyjechał z Częstochowy do Krakowa na spotkanie z księżmi w Katedrze Wawelskiej i w momencie, kiedy przechodził koło nas, On nasz biskup, który nas znał, ku mojemu niesamowitemu zaskoczeniu zapytał: Józiu, czy utworzyłeś już tę parafię? A ja uśmiechnąłem się: Ojcze Święty jeszcze nie, ale już niedługo.

Kiedy przyszedł nowy rok szkolny 1980 otworzyliśmy nowy punkt katechetyczny przy ul. Smolenia 8. Wówczas dzieci i ich rodzice z nowego osiedla ucieszyli się, że mają blisko. Był to czas powstawania Solidarności, czas strajków. Polska się burzyła.

Ojciec Święty musiał mieć do Księdza Prałata ogromne zaufanie skoro powierzył takie zadanie w tak trudnym czasie, kiedy podjęcie tworzenia nowej parafii i jednoczesna budowa kościoła wydawały się zadaniem niewykonalnym…

…Zezwolenie na budowę kościoła otrzymaliśmy bardzo szybko, już na początku 1981 roku, zaś budowę świątyni rozpoczęliśmy dokładnie 31 sierpnia 1983 roku w trzecią rocznicę powstania Solidarności. To była świadomie wybrana data rozpoczęcia prac przy wykopie fundamentów.

Oprócz idei stworzenia rodziny parafialnej stanął Ksiądz przed zadaniem budowy świątyni. Co sprawiło Księdzu największą satysfakcję, radość w tym tworzeniu?

To, że kościół budowaliśmy wspólnie z parafianami a nade w szystko, że nie dałem się „zabetonować", tzn. zawsze dla mnie priorytetem było duszpasterstwo a potem budowa materialnego kościoła i to się udało. Zawsze mówiłem, że budowa kościoła musi być połączona ze wzrastaniem w wierze i podkreślałem, że nie będziemy czekać aż wszystko będzie piękne, gotowe…myśmy swoją modlitwą, pobożnością umacniali, przenikali surowe mury i tynki świątyni.

dokończenie na str. 7

oraz twórcze. Z w ycieczki dzieci wr óciły do K rakowa z wrażeniami, które na długo pozostaną w ich pamięci i po wielu latach będą mogły w spominać z rumieńcami na twarzach jako miłe wspomnienie z wakacji w 2011 roku.

Mieczysław Lasota
Stowarzyszenie Nowy Prokocim 'Przyjaciele"

Z PRAC RADY DZIELNICY XII

Na lipcowej sesji Rady Dzielnicy XII Bieżanów-Prokocim podjęli następujące uchwały:

Negatywnie zaopiniowano
- zbycie działki nr 526/12 o pow. 0,0244 ha, 519/30 o pow. 0,0004 ha i części działki nr 519/26 o całkowitej pow. 0, 0095 ha położonych w obrębie 101 jed. ewid. Podgórze przy ul. Potrzask.

Pozytywnie Zaopiniowano
- ponowne zawarcie umowy najmu lokalu socjalnego położonego przy ul. Podłęskiej 7 /26 w Krakowie.

Członkowie rady dzielnicy wnioskowali również do ZIKiT w sprawach takich jak:
- wprowadzenie ograniczenia tonażu w ulicach: Potrzask, Pruszyńskiego, Ks. M. Łaczka, Smolenia i Popiełuszki, znak B -18, 3,5 – 5 t.

Ustalono zadania priorytetowe na rok 2012 i przeznacza na nie następujące środki:

I. Infrastruktura techniczna
- Poprawa infrastruktury w Centrum Bieżanowa wg wskazań, kwota 36 000 zł
- Osiedle Bieżanów Nowy - ul. Ćwiklińskiej, Duża Góra, zagospodarowanie terenu, 36 000 zł
- Osiedle Rżąka – remont chodników wg wskazań 36 000 zł
- Osiedle Złocień – remont infrastruktury wg wskazań kwota 36 000 zł
- Osiedle Prokocim Nowy kwota 3 6000 zł (opracowanie projektu zagospodarowania terenu pod budowę chodnika w rejonie ul. Kozietulskiego w stronę kładki TESCO, remont chodników wg wskazań.
- Osiedle Prokocim – remont chodnika w ulicy Karpackiej 36 000 zł
- Osiedle Kozłówek – budowa parkingów (miejsc parkingowych) wg wskazań 36 000 zł

II. W zakresie bezpieczeństwa publicznego zdecydowano
- Współfinansować wspólnie z Dzielnicą X i XI oraz Policją zakupu radiowozów oznakowanych wraz z niezbędnym oprzyrządowaniem, oraz materiałów biurowych dla Komisariatu Policji VI za kwotę 30 000 złotych
- Zdecydowano o zakupie druk arki laserowej ze skanerem dla Oddziału V Straży Miejskiej Wola Duchacka za kwotę 2 000 zł
- Zdecydowano o Zakupie dla 6 Jednostki Ratowniczo Gaśniczej sprzętu niezbędnego do prawidłowego funkcjonowania jednostki:

a. sprzęt łączności bezprzewodowej w wykonaniu przeciwwybuchowym EX
b. fantom do ćwiczeń z zakresu resuscytacji krążeniowo-oddechowej
c. sprzęt do zabezpieczenia i oświetlenia terenu akcji
d. sprzęt burzący typu: pilarki do drewna, piły do betonu i stali

III W zakresie Kultura, Oświata i Sport
- Przystąpiono do Otwartego konkurs ofert w następujących obszarach:

a. organizacja lokalnych imprez sportowo-rekreacyjnych – 20 000 zł
b. organizacja zimowych i letnich obozów sportowych – 10 000 zł

- Dofinansowanie działalności filii Domu Kultury „Podgórze" – Dwór Czechów oraz filii MDK im. K .I. Gałczyńskiego ul. Na Wrzosach po 10 000 złotych
- Zdecydowano o Organizacji Artystycznego Turnieju Przedszkoli przez filię MDK ul. Na Wrzosach – kwota 3 000 zł
- Dofinansowanie zakupu książek dla filii Podgórskiej Biblioteki Publicznej z terenu Dzielnicy kwota 10 000 zł

Po raz pierwszy Rada Dzielnicy XII wraz z Domem Kultury Podgórze zdecydowała o organizacji „Artystycznej Zima w Dzielnicy XII/ Przegląd młodych talentów" kwota 10 000 zł Zdecydowano również o dofinansowaniu Bieżące potrzeby Klubu Seniora przy ul. Facimiech kwota 3 500 zł. Zdecydowano również ze na materiały promocyjne oraz wydawanie gazetki łącznie przeznaczy środki finansowe w wysokości 24000 złotych. Zmieniono również przeznaczenie środków finansowych zabezpieczonych na remont Klubu Sportowego Bieżanowianka na zadanie pn Wykonanie dokumentacji technicznej na potrzeby KS Bieżanowianka – budowa nowego zaplecza wraz z boiskiem.

Działalność Koła Emerytów, Rencistów i Inwalidów Nr 1 w Krakowie Bieżanowie Starym

W maju i czerwcu 2011 roku Zarząd Koła mając na względzie dalszą integrację seniorów podjął bogaty i potrzebny dla osób tzw. trzeciego wieku – program działalności. Na czoło wysunął się cieszący się dużym zainteresowaniem środowiska seniorskiego program wycieczkowy, a w jego ramach 2 równolegle realizowane przedsięwzięcia: *Poznaj swoje miasto* oraz *Poznaj swój kraj*.

Wypełniając założenia pierwszego cyklu w miesiącu maju br. (16.05) Zarząd Koła/Klubu Seniora przy współpracy z kierownictwem DK w Dworze Czeczów zorganizował atrakcyjną wycieczkę po plantach krakowskich z omówieniem przez zatrudnionego przewodnika poszczególnych pomników oraz budynków i budowli, które znajdują się w obrębie plant. Odwiedziliśmy i poznaliśmy też historię kilku kościołów – barokowych pod wezwaniem św. Floriana, św. Anny oraz gotyckich oo. Franciszkanów i Dominikanów. Zachwycaliśmy się ich wystrojem i bogactwem, a największe wrażenie zrobiła na nas piuska polskiego papieża Jana Pawła II znajdująca się w kościele św. Floriana oraz bezcenna kopia całunu turyńskiego umieszczona w nawie kościoła Franciszkanów. Poznaliśmy historię pozostałości dawnych fortyfikacji obronnych Krakowa : Barbakanu i Bramy Floriańskiej. Wzdłuż plant krakowskich o długości 4 km mogliśmy poznać pomniki upamiętniające m.in. Lillę Wenedę, Mikołaja Kopernika, Grażynę i Tadeusza Boy-Żeleńskiego. Sporo czasu poświęciliśmy historii Uniwersytetu Jagiellońskiego, jego fundatorów i wykonawców, a przed budynkiem Collegium Novum zrobiliśmy sobie pamiątkowe zdjęcie. W przerwie był lunch, a po nim druga cześć wycieczki, w której poznaliśmy historię kamienicy byłego garnizonu wojskowego, a dalej kościoły ojców Dominikanów i św. Krzyża. Liczebność uczestników (33 osoby) przerosła nasze oczekiwania. Z tegoż cyklu w dniu 27 czerwca br. zwiedziliśmy muzeum w fabryce Schindlera oraz miejsca związane z Podgórzem: kopiec Kraka, stary cmentarz, pl. Bohaterów Getta, poznamy historię tutejszej apteki, a zakończenie wycieczki nastąpi w kościele św. Józefa, w Rynku Podgórskim. Podobnie jak w przypadku zwiedzania plant krakowskich udział wzięło ok. 30 osób.

Jednak największym zainteresowaniem o czym świadczy wysoka frekwencja cieszyła się piękna, atrakcyjna i udana wycieczka 2 – dniowa po Bieszczadach zorganizowana przez Zarząd Koła w dniach 6 – 7 czerwca br. Wzięło w niej udział aż 48 osób . W jej ramach mogliśmy podziwiać jeden z najpiękniejszych zakątków naszego kraju. Połączyliśmy oglądanie piękna zabytków, przyrody i miejsc sakralnych różnych wiar w jedną całość co dało uczestnikom niezapomniane wrażenia. W ten sposób zwiedziliśmy Sanok, a w nim skansen z chatami, cerkwiami, szkołą i pocztą oryginalnie zachowanymi 4 grup etnicznych Bojków, Łemków, Dolinian i Pogórzan, a także muzeum historyczne z najwspanialszą kolekcją ikon, krzyży cerkiewnych itp. nieco skromniejszą ekspozycją sztuki sakralnej kościoła katolickiego oraz bogatym malarstwem krajana Zdzisława Beksińskiego oraz prymitywnej sztuki Mariana Kruczka. W dalszej drodze odwiedziliśmy Arłamów – pięknie widokowo położona miejscowość, w której przetrzymywano na internowaniu Lecha Wałęsę, szkoda tylko, że nie zgromadzono tam żadnych pamiątek z jego pobytu. Potem była Kalwaria Pacławska, w której mogliśmy się zawierzyć Matce Boskiej słuchającej intencji i próśb, nie obyło się więc od wypisywania ich na przygotowanych kartkach. Nad całością czuwał franciszkanin, u którego zamówiliśmy mszę święto w intencji pielgrzymów i ich rodzin (odbyła się 23.07 o godz. 8.00 rano). Pierwszy dzień zakończyliśmy zwiedzaniem Przemyśla, miasta znanego w Europie od mocnych fortyfikacji, będącego na trzecim miejscu obronności po Antwerpii (Belgia) i Verdun (Francja). Po przenocowaniu u ss. Benedyktynek rano ruszyliśmy dalej zwiedzając: w Bolestraszycach – Arboretum ogród botaniczny, w Krasiczynie –

dokończenie na str. 5

KONKURS FOTOGRAFICZNY „MOJA DZIELNICA, WCZORAJ I DZIŚ"

Przewodniczący Rady Miasta Krakowa Bogusław Kośmider oraz Przewodniczący Rad i Zarządów Dzielnic Miasta Krakowa zapraszają do udziału w konkursie fotograficznym „Moja Dzielnica, wczoraj i dziś". Konkurs odbywa się w ramach obchodów 20. rocznicy powstania Dzielnic Miasta Krakowa.

KTO MOŻE WZIĄĆ UDZIAŁ W KONKURSIE

Konkurs ma charakter otwarty i skierowany jest do dzieci i młodzieży szkolnej, jak również pełnoletnich mieszkańców Krakowa.

PRZEDMIOT KONKURSU

Prace konkursowe (fotografie) muszą być związane z daną dzielnicą i powinny przedstawiać charakterystyczne miejsce na terenie dzielnicy.

ZASADY UCZESTNICTWA W KONKURSIE

Uczestnik konkursu może przekazać nie więcej niż dwa zdjęcia konkursowe w postaci plików cyfrowych wraz z opisanymi wydrukami (lub odbitkami cyfrowymi) każdego konkursowego zdjęcia w formacie A4. Plik cyfrowy powinien być w odpowiedniej rozdzielczości umożliwiającej jego późniejszy wydruk w formacie przynajmniej A4 (a najlepiej w formacie A3). Każde zdjęcie w formie pliku cyfrowego z uwagi na jego wielkość powinno być przekazane do właściwej siedziby Rady Dzielnicy na odpowiednim nośniku cyfrowym lub innym umożliwiającym jego skopiowanie na twardy dysk komputera Organizatora w siedzibie Rady Dzielnicy.
Każde zdjęcie przekazywane przez uczestnika powinno być opatrzone: imieniem i nazwiskiem, wiekiem uczestnika, opisem przedmiotu zdjęcia, numerem dzielnicy (której zdjęcie dotyczy) oraz numerem telefonu kontaktowego i adresem e-mail uczestnika. Młodzież szkolna dodatkowo w opisie do zdjęcia umieszcza nazwę szkoły i klasę, do której będzie uczęszczać w roku szkolnym 2011/2012.

TERMINY PRZEKAZYWANIA PRAC PRZEZ UCZESTNIKÓW

Do dnia 21 września 2011 r. uczestnik konkursu przekazuje nie więcej niż dwa zdjęcia konkursowe w ustalonym formacie do siedziby tej Rady Dzielnicy, której zdjęcie dotyczy. Wykaz siedzib Rad Dzielnic dostępny jest na stronie internetowej www.bip.krakow.pl.

TERMINY OCENY ZGŁOSZONYCH PRAC PRZEZ KOMISJE KONKURSOWE

Do dnia 28 września 2011 r. „Konkursowa komisja dzielnicowa I stopnia" spośród przekazanych do Rady Dzielnicy fotografii, dokonuje wyboru maksymalnie trzech prac konkursowych bez wskazywania miejsc.
Do dnia 30 września 2011 r. „Konkursowa komisja dzielnicowa I stopnia" przekazuje wybrane fotografie do Kancelarii Rady Miasta i Dzielnic Krakowa.
Do dnia 7 października 2011 r. „Konkursowa komisja II stopnia" wyznaczona przez Przewodniczącego Rady Miasta Krakowa, dokonuje oceny przekazanych przez „Konkursowe komisje dzielnicowe" fotografii konkursowych i wybiera spośród nich trzy prace, wskazując miejsca od pierwszego do trzeciego oraz przydzielając nagrody.

WRĘCZENIE NAGRÓD

Nagrody dla trzech laureatów konkursu zostaną wręczone w czasie uroczystej sesji Rady Miasta Krakowa w październiku 2011 roku. O terminie uroczystej sesji laureaci zostaną poinformowani przez Organizatora konkursu.

WYSTAWA POKONKURSOWA FOTOGRAFII

Zwycięskie trzy prace, jak też pozostałe prace finałowe biorące udział w II etapie konkursu będą stanowić przedmiot wystawy fotograficznej pn. „Moja Dzielnica, wczoraj i dziś" w Urzędzie Miasta Krakowa przy placu Wszystkich Świętych 3-4 w październiku 2011 roku.
Regulamin konkursu jest dostępny na stronie www.bip.krakow.pl w module 'Dzielnice'.

Działalność koła emerytów...

dokończenie ze str. 4

urokliwy zespół zamkowo-parkowy z zamkiem, który nie odstaje od krakowskiego Wawelu, w Solinie – pływając statkiem (rejs godzinowy po zalewie) i na koniec Komańcza z pamiątkami w klasztorze Nazaretanek po prymasie 1000-lecia Stefanie Wyszyńskim, zesłanym przez rząd komunistyczny na odosobnienie. Uczciliśmy w ten sposób 30 rocznicę jego śmierci przypadającą na dzień 28 maja br . Do Krakowa powróciliśmy o godz. 21'30. Nasze przeżycia były możliwe dzięki wspaniałomyślności naszych sponsorów : firmy HEBAN, Rady Dzielnicy XII Krakowa oraz pana L. Kubraka właściciela firmy INFOKUB. Za to należą im się serdeczne słowa podziękowania i zapewnienia trwałej pamięci. Obok piękne zdjęcia z naszej eskapady po Bieszczadach.

Kontynuując roczny plan wycieczek integracyjnych z cyklu *Poznaj swój kraj* w dniu 11.07 zwiedziliśmy – Muzeum w Oświęcimiu, a 25.07 Muzeum Miniatur w Inwałdzie. Wszystkie wycieczki organizujemy najtańszymi z możliwych kosztów, aby nie odstraszały od udziału najuboższą część społeczeństwa, będącego w naszym Kole. Będziemy dalej zabiegać o wspieranie naszych inicjatyw przez naszych sponsorów.

Chcemy się też pochwalić dwoma nowymi zamierzeniami wdrożonymi w maju i czerwcu br. Jedną z nich jest powołanie Kabaretu w Klubie Seniora, którego sukcesy mamy zapewnione, gdyż przygotowania do występów odbywają się pod okiem wokalistki Pani Barbary Leśniak, Pierwszy występ Kabaretu nastąpił w dniu 15 czerwca br. przy okazji obchodzonych w naszym Kole jubileuszów pożycia małżeńskiego państwa W. J. Kruszeckich (brylantowe 60-lecie) i W. L. Jakubców (złote 50-lecie). Na bogaty program jubileuszy oraz uroczystości imieninowych, obchodzonych przez 13 osób z Koła złożyły się: wspomniany występ artystyczny zespołu satyrycznego, zaślubiny starych/młodych par dokonane przez o. Piotra specjalnie zaproszonego na tą okazję, życzenia solenizantom z odśpiewaniem tradycyjnego „Sto lat", poczęstunek i tańce trwające do późnej nocy. To na pewno integruje starsze pokolenie. Są też zdjęcia z tego zamierzenia.

Drugą inicjatywą było rozpoczęcie treningów z kijkami (Nordic Walking) pod kierownictwem instruktorki pani Karoliny Bryl. Powodzenie naszej akcji stało się dzięki bezpłatnemu przekazaniu naszemu Kołu, przez firmę AUCHAN, 25 kompletów kijek treningowych. W ten sposób uruchomiliśmy ważny program integracyjny chodzenia rekreacyjnego. W zajęciach czerwcowych uczestniczyło około 20 osób i liczymy na jeszcze większą aktywność naszych seniorów. Obok znajdują się zdjęcia z pierwszego treningu.

Uzyskane efekty są rezultatem z jednej strony olbrzymiego zaangażowania się samych członków, ale również wspomnianych sponsorów, do których zaliczamy także wrażliwą na inicjatywy ludzi starszych Radę Dzielnicy XII Krakowa, pozytywnie reagująca na każde prośby i inicjatywy, oczywiście w miarę posiadanych środków.

Korzystając z okazji Zarząd Koła chce poinformować wszystkich czytelników *Dwunastki*, że o wszystkich programowych zajęciach komunikujemy na stronie internetowej Dworu Czeczów jak również relacjonujemy na bieżąco efekty naszych działań w piśmie parafialnym *Płomień*. Zachęcamy do poznawania profilu naszej działalności oraz przychodzenia na spotkania integracyjne odbywające się w siedzibie naszego Koła/Klubu Seniora w Dworze Czeczów, przy ul. Popiełuszki.

Zarząd Koła Emerytów, Rencistów i Inwalidów
w Krakowie Bieżanowie Starym
w składzie
Lucyna Wąsik, Leokadia Tam, Krystyna Tuchowska,
Władysława Kruszecka i Jolanta Paliś

Kraków, 21.06.2011 rok.

Diagnostyka: Nie lekceważyć pierwszych objawów

Regularne badania i zdrowy tryb życia to dobrze sprawdzone metody, by ustrzec się przed często śmiertelnymi przebiegającymi bezobjawowo chorobami, do których należy przewlekła choroba nerek (PChN). Jest to uszkodzenie tego narządu trwające ponad trzy miesiące. W początkowych stadiach rozwija się powoli i skrycie, nie dając objawów klinicznych. To choroba częsta i bardzo niebezpieczna. Już we wczesnych stadiach PChN zwiększa około pięciokrotnie ryzyko miażdżycy i chorób serca. W końcu prowadzi do zatrucia organizmu przez toksyny mocznicowe, które uszkadzają prawie wszystkie narządy. Zwykle występuje utrata apetytu, nadciśnienie, anemia i kruchość kości. Nieleczona PChN prowadzi do niewydolności nerek i konieczności poddawania się dializom (otrzewnowa lub tzw. sztuczna nerka). Liczba chorych leczonych dializami lub za pomocą przeszczepów rośnie w zawrotnym tempie. Koszty terapii nerkozastępczej to prawie 5 proc. wszystkich wydatków na ochronę zdrowia. Pacjent z PChN z większym prawdopodobieństwem doczeka zgonu z powodu powikłań sercowo-naczyniowych niż dializy. Wczesne wykrycie choroby pozwala na powstrzymanie lub spowolnienie jej postępu.

Działanie nerek

- Usuwają produkty przemiany materii i toksyny oraz nadmiar wody z organizmu
- Zabezpieczają odpowiedni skład elektrolitów (stałość środowiska wewnętrznego)
- Produkują hormony, które regulują ciśnienie tętnicze, wytwarzanie krwinek czerwonych i oporności kości na złamania

Przewlekła choroba nerek (PChN) podstępny zabójca

- Około 4 milionów ludzi w Polsce choruje na PChN, a kolejne 4 miliony jest zagrożone jej wystąpieniem
- Co dziesiąty dorosły ma PChN. Choroba dotyczy jednej trzeciej osób po 65 roku życia
- Wczesne wykrycie PChN pozwala na spowolnienie lub powstrzymanie rozwoju choroby
- Choroby serca są główną przyczyną zgonu ludzi nawet we wczesnych stadiach PChN
- Nadciśnienie prowadzi do PChN, która sama jest przyczyną nadciśnienia
- Występujący stale białkomocz wskazuje na PChN

Osoby szczególnie zagrożone PChN to: chorzy na u cukrzycę, nadciśnienie oraz członkowie rodziny pacjenta z chorobą nerek. Trzy proste badania pozwalają na wykrycie PChN: pomiar ciśnienia, badanie moczu (wystarcza metoda paskowa) i oznaczenie stężenia kreatyniny we krwi. Niestety, stężenia kreatyniny podwyższa się dopiero gdy, połowa miąższu nerek jest zniszczona, dlatego należy zawsze wyliczyć orientacyjną wartość tzw. filtracji kłębuszkowej (angielski skrót eGFR). Potrzebne dane to: stężenia kreatyniny we krwi, wiek i płeć pacjenta

Najczęstsze przyczyny PChN

- Cukrzyca wysokie stężenie cukru we krwi
- Wysokie ciśnienie tętnicze (nadciśnienie)
- Kłębuszkowe zapalenie nerek

Objawy PChN

PChN najczęściej rozwija się skrycie, co oznacza, że większość ludzi nie odczuwa żadnych objawów aż do chwili, gdy ich nerki są bardzo zniszczone. Wtedy mogą się pojawić:

- uczucie stałego zmęczenia
- trudności z koncentracją
- osłabiony apetyt
- bezsenność
- kurcze mięśni występujące w nocy
- obrzęki nóg, twarzy
- suchość i swędzenie skóry
- częste oddawanie moczu, szczególnie w nocy
- nadciśnienie tętnicze

Najbardziej narażeni na PChN są ludzie z:

- cukrzycą
- nadciśnieniem
- chorobami nerek w rodzinie
- osoby w wieku podeszłym

Jak zbadać nerki?

Należy zgłosić się do lekarza rodzinnego, który zleci proste badania pozwalające na ocenę funkcji nerek takie jak:

- Pomiar ciśnienia krwi
- Stężenie kreatyniny we krwi (na jej podstawie wylicza się eGFR)
- Badanie moczu metoda paskową na obecność albuminy.

opr. Prof. Michał Myśliwiec

Zdrowe śniadanie początkiem dobrego dnia

Śniadanie jest najważniejszym posiłkiem w ciągu dnia. Specjaliści zajmujący się badaniami dotyczącymi żywienia dzieci wykazali, że jest ono konieczne, aby dostarczyć energię, niezbędne składniki pożywienia oraz przygotować organizm do ciężkiej pracy.

Dzieci, podobnie jak dorośli, często zapominają o zjedzeniu porządnego śniadania, nie mają czasu, apetytu, spieszą się do pracy i szkoły. Według badań australijskiej organizacji MBF Healthwatch 22% rodziców stwierdziło, że ich dzieci nie jedzą śniadania, aż 3 razy w tygodniu. Niewiele ponad połowa rodziców pilnuje, aby ich pociechy nie wychodziły z domu głodne. Pomijanie tego posiłku powoduje, że dzieci mają mniej energii, problemy z nauką, gorszą koncentrację, są bardziej drażliwe, mają mniejszą odporność, większą tendencje do nadwagi, są ospałe i apatyczne. Pierwsze śniadanie to początek dobrego dnia, dlatego dzieci nie powinny wychodzić do szkoły bez tego posiłku. Zdrowe śniadanie daje energię i siłę na cały dzień, pozwala ustrzec się przed otyłością, poprawia koncentrację, kojarzenie i zapamiętywanie, korzystnie wpływa na samopoczucie. Smaczne i zdrowe śniadanie dla dziecka powinno być bogate w białko, witaminy i składniki mineralne, składać się z:

- produktu zbożowego (płatki zbożowe, pieczywo razowe lub graham),
- owoców i warzyw,
- nabiału.

Nie należy zapominać, że ważnym składnikiem kanapek jest prawdziwe masło. Do picia najlepsza jest woda, herbata owocowa lub kawa zbożowa. Podobne zasady stosujemy podczas przygotowywania pełnowartościowego drugiego śniadania.

Mając na uwadze powyższe założenia, nauczyciele pracujący w Szkole Podstawowej Integracyjnej Nr 148, w szkole, która posiada Ogólnopolski Certyfikat Szkoły Promującej Zdrowie, mieszczącej się przy ul. Żabiej 20, od wielu lat podejmują szereg działań, mających na celu propagowanie zdrowego stylu życia. W klasach młodszych już w pierwszych dniach września wspólnie z dziećmi wybieramy przerwę, podczas której uczniowie zjadają drugie śniadanie, przygotowane przez rodziców w domu. Szkoła uczestniczy w cieszących się dużą popularnością wśród dzieci programach: „Szklanka mleka", „Owoce w szkole". Porcja owoców i warzyw dostarcza niezbędną dla prawidłowego rozwoju dawkę witamin i mikroelementów.

Cyklicznie odbywają się warsztaty „O zdrowiu słów kilka" o różnorodnej tematyce z zakresu zdrowia. Niezapomniane pod względem wrażeń, nabytych wiadomości, przekazanych ciekawostek przygotowanych samodzielnie przez uczniów, były warsztaty pod hasłem: „Owoce i warzywa – codzienna dawka witamin" oraz „Smaczne, zdrowe i kolorowe drugie śniadanie". Głównym celem warsztatów jest propagowanie zdrowego stylu życia, a także wyzwalanie twórczej inwencji dzieci.

Uczniowie na zajęciach w szkole zapoznali się z pożądanym modelem zdrowego odżywiania jakim jest Piramida Zdrowia i produktami ważnymi dla rozwoju dziecka. Uprawiali zioła w klasowym ogródku ziołowym, tworzyli przepisy na zdrową przekąskę, promowali wśród swoich starszych kolegów oraz nauczycieli plakaty z hasłami zachęcającymi do zrezygnowania z słodkich napojów na rzecz wody i słodyczy na rzecz owoców, warzyw, pestek czy orzechów.

dokończenie na str. 8

100 LAT SPORTU w BIEŻANOWIE 1911 – 2011

NARODZINY PIŁKI NOŻNEJ W BIEŻANOWIE

W latach 1910-1911 grupa uczniów i studentów z Bieżanowa, wzorując się na kolegach szkolnych trenujących w Cracovii i Wiśle zorganizowała Klub Sportowy RUSTICANA, później BIEŻANOVIA. Tymi pionierami bieżanowskiej piłki byli Tomasz Aschenbrenner, Stanisław Michałek, Franciszek Grzywna, Władysław Linca, Kasper Wcisło, Władysław i Tadeusz Stefańscy. Zakupili w Firmie Rippera profesjonalny sprzęt piłkarski (buty, sztuce, koszulki, spodenki), boisko urządzili na pastwiskach na Łazach, na którym trenowali i rozgrywali mecze z podobnymi drużynami z Czarnochowic, Wieliczki, Bogucic, Prokocimia i Piasków Wielkich.

Tę działalność pionierską przerwała w 1914 roku I Wojna Światowa, która powołała na front bieżanowską młodzież.

REJESTRACJA KS BIEŻANOWIANKA W 1925 R

Po zakończeniu I Wojny Światowej, młodzież Bieżanowa przy pełnym zaangażowaniu władz Gminy i Parafii przystąpiła do organizowania od nowa życia sportowego w Bieżanowie, rejestrując w 1925 roku Klub Sportowy Bieżanowianka, który w okresie międzywojennym uczestniczył w rozgrywkach Krakowskiego Okręgowego Związku Piłki Nożnej w klasach C i B, w latach 50-tych w III-ej lidze, a ostatnio w klasie A. To jest poniżej aspiracji sportowych Bieżanowa! Co dalej? Dobra praca szkoleniowa z młodzieżą jest szansą na przyszłość i życzliwe wsparcie Środowiska!!

W 1950 roku po pokazach dożynkowych powstała w Klubie sekcja zapasów ciesząca się dużym zainteresowaniem młodzieży Bieżanowa. Dynamiczny rozwój sekcji przyniósł szybko sportowe sukcesy w postaci wielu mistrzów okręgu, dwóch tytułów Mistrza Polski Michalika i Ściebury oraz udział w Mistrzostwach Europy w Turcji Kazimierza Michalika. Przez wiele lat sekcja zapasów wiodła prym w Małopolsce i drużynowo występowała w II-ej Lidze.

Na początku lat 50- ch powstała również sekcja piłk i siatkowej dziewcząt, która odegrała pionierską rolę włączania do czynnego uprawiania sportu dziewcząt z Bieżanowa. Drużyna siatkówki przez wiele lat brała udział w rozgrywkach Ligi Okręgowej ze znaczącymi sukcesami

JAK POMÓC KLUBOWI W ROZWOJU SPORTU DZISIAJ

Klub Sportowy Bieżanowianka przeżywa obecnie trudny okres polegający na deficycie środków finansowych przeznaczanych na działalność statutową, a szczególnie na szkolenie sportowe dzieci i młodzieży, co ogranicza rozszerzanie ilości uczestniczącej sportowo młodzieży.

Zasadnym byłaby organizacja grupy członków wspierających Klub spośród osób fizycznych i organizacji gospodarczych, deklarujących stałe opłacanie składek członkowskich oraz pomocy finansowej ze strony podmiotów gospodarczych Bieżanowa. Grupa ta winna utworzyć radę patronacką wspomagającą Klub.

Klub ze swej strony zaoferować może umieszczanie reklam na swoim obiekcie i inne formy promocji sponsorów, udostępnić obiekty sportowe na zajęcia i imprezy.

Klub Sportowy Bieżanowianka winien stać się Klubem bardziej otwartym na środowisko Bieżanowa poprzez organizowanie imprez sportowych dla dzieci, młodzieży oraz całych rodzin.

Były zawodnik i trener
Dzisiaj – senior

Ogłoszenie
Dyżur Miejskiego Rzecznika Praw Konsumentów 13 października 2011 r. w godz. od 14:00- 15:00 w siedzibie Rady Dzielnicy XII przy ul. Kurczaba 3 odbędzie się dyżur Miejskiego Rzecznika Praw Konsumentów.

Odszedłem jako proboszcz...

dokończenie ze str. 3

Doskonale pamiętamy te czasy, kiedy nabożeństwa odbywały się przy ołtarzu polowym, pod wiatą czy wśród rusztowań w surowych murach…

… Największą satysfakcję przyniosło mi wnętrze kościoła z pięknym monumentalnym ołtarzem Najświętszej Rodziny wyrzeźbionym przez prof. Wincentego Kućmę. Ludzie, którzy przychodzą do naszej świątyni, podkreślają, że wnętrze pomaga im się skupić, jest ciepłe. Natomiast największą moją radością jest fakt, że ten kościół został uznany przez Księdza Kardynała Franciszka Macharskiego jako sanktuarium Najświętszej Rodziny już w 1994 roku, chociaż jeszcze nie mieliśmy ani własnego obrazu Najświętszej Rodziny ani nie wiedzieliśmy, jak będzie wyglądać jej przedstawienie w naszym kościele. Ale dla Księdza Kardynała było wystarczającym powodem, żeby ten kościół poświęcony Najświętszej Rodzinie uznać za sanktuarium ze względu na kult do Najświętszej Rodziny, który rozwijaliśmy od 1980 roku oraz dzięki dziełom i wspólnotom, powstającym przy tym kościele z zadaniem służenia rodzinie. Motywem zasadniczym było, że ten kościół został zbudowany i poświęcony Bogu jako wotum dziękczynne za troskę Kościoła, zwłaszcza niestrudzoną walkę Ojca Świętego Jana Pawła II o życie i prawa człowieka, małżeństwa i rodziny. Pomysł poświęcenia kościoła Najświętszej Rodzinie zrodził się w chwili, kiedy okazało się, że w Krakowie – mieście Ojca Świętego kościołów tego imienia brak. A w Archidiecezji był tylko w Zakopanem oraz w Kalwarii i Olszówce, gdzie Najświętsza Rodzina jest patronem drugorzędnym.

Rezygnacja z funkcji proboszcza przez Księdza Prałata była dla wielu zaskoczeniem. Proszę powiedzieć, czym się Ksiądz kierował, podejmując taką decyzję.

Boże natchnienie, które zrodziło się we mnie w maju , konkretnie w Strachocinie, miejscu urodzin Św. Andrzeja Boboli, gdzie miałem kazania odpustowe w niedzielę Trójcy Przenajświętszej, tam, kiedy się zastanawiałem, co dalej, jak będzie, kiedy wrócę do parafii, przyszła mi myśl, żeby zrezygnować z urzędu proboszcza i poprosić Księdza Kardynała, bym mógł być dalej przy Sanktuarium Najświętszej Rodziny, jako jeszcze w pełni sprawny emeryt, ponieważ ta parafia jest dla mnie od samego początku jak rodzina, w niej wzrastałem, przeżywałem swoją młodość kapłańską, lata dorosłego, dojrzałego życia i teraz po 35 latach duszpasterstwa w Bieżanowie i Nowym Bieżanowie doszedłem do wniosku, że mogę poprosić o status emeryta. Dziękuję Panu Bogu, że tak się stało, cieszę się, że moim następcą został ksiądz Mirosław Dziedzic, mój podwójny następca, bo kiedyś już w Akcji Katolickiej.

Wiemy, że Ksiądz nas nie opuszcza ,cieszymy się, że pozostaje w parafii w nowej roli. Jakie Ksiądz widzi dla siebie zadania?

W tej chwili zaangażowanie duszpasterskie, nie będą mnie już absorbować sprawy materialne, finansowe, budowlane, to zadanie dla nowego Księdza Proboszcza. Będę go wspierał w sprawach duszpasterskich zarówno w parafii jak i w Akcji Katolickiej, o co mnie prosił Ksiądz Kardynał. Od dzisiaj czuję się parafianinem, który ma nowego przełożonego i będę go szanował.

Gdyby jednak nowy proboszcz zapytał o radę doświadczonego kolegę?

Będę się dzielił swoimi myślami, doświadczeniami, nie będę przeszkadzał, będę pomagał, na ile będę potrafił.

Jaką refleksją chciałby się Ksiądz podzielić z nami na koniec rozmowy?

…Odszedłem jako proboszcz, ale pozostaję jako ksiądz w parafii, którą traktuję jak swoją rodzinę. Czułem i czuję się tu jak u siebie i myślę, że tak pozostanie.

Życzymy tego gorąco, a także, by Najświętsza Rodzina, której jesteś oddany całym życiem, wspierała Cię i umacniała w dalszym duszpasterzowaniu w Jej Sanktuarium. Szczęść Boże.

Głosuj na plac zabaw w lokalizacji – Park Aleksandry – Kraków Bieżanów Prokocim

Warto poczuć się odpowiedzialnym za to co nas otacza. Zachęcam państwa do oddawania codziennie swojego głosu. Głosowanie trwa od ponad dwóch miesięcy i niestety jeszcze wiele innych lokalizacji znajduje się przed nami więc myślę, że powinniśmy walczyć o nasze wspólne dobro jakim może być ten plac zabaw. Jeśli ktoś z państwa nie ma Internetu, nie wie jak zagłosować poproście swoich znajomych, rodzinę niech wam pomogą.

Firma NIVEA Polska postanowiła spełnić marzenia wielu polskich rodzin, a w szczególności ich najmłodszych członków. W odpowiedzi na potrzeby lokalnych społeczności, powstał projekt ufundowania i budowy 100 placów zabaw na terenie całej Polski. NIVEA Polska zobowiązuje się do sfinansowania zakupu i montażu urządzeń na terenach przygotowanych i przekazanych przez samorządy lokalne pod budowę placów zabaw. Gotowe obiekty staną się własnością lokalnych społeczności.

Lokalizacja zgłoszona do konkursu przez Naszą Dzielnicę:

PARK ALEKSANDRY *Głosuj !*

W głosowaniu może brać udział każdy, kto zarejestruje się na stronie **www.NIVEA.pl**. Po zalogowaniu użytkownicy uzyskają możliwość codziennego oddania głosu na jedną, wybraną przez siebie lokalizację w specjalnie do tego utworzonym serwisie. Głosowanie odbędzie się w 4 etapach w terminie od 6 czerwca do 31 października na **www.100latNIVEA.pl/glosowanie**

Pamiętaj !!! Głosując codziennie zwiększasz szansę na zwycięstwo

PARKU ALEKSANDRY

Elementy wchodzące w skład placu zabaw:

- 2 wieloelementowe zestawy zabawowe
- 1 element sprawnościowy
- 2 huśtawki
- 2 bujaki sprężynowe
- 1 karuzela
- 1 piaskownica
- 1 kosz na śmieci
- 1 ławka
- 1 regulamin placu zabaw

Wszystkie urządzenia są certyfikowane zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa

CENTRUM KULTURY

SM „NA KOZŁÓWCE”

ZAPRASZA

DZIECI, MŁODZIEŻ, DOROSŁYCH na:

- plastykę
- taniec nowoczesny
- rytmikę dla najmłodszych
- naukę gry na instrumentach klawiszowych
- koło astronomiczne
- informatykę
- aerobic
- język angielski

KLUB SENIORA

- brydż, plastyka
- informatyka, czytelnia
- j. angielski, robótki ręczne

zapisy i informacje:
Centrum Kultury, ul. Spółdzielców 3, I p.
tel. 12-655-38-61, lub: 603-820-139

Zdrowe śniadanie...

dokończenie ze str. 6

Być zdrowym, to nie tylko prawidłowe odżywianie, to również aktywność ruchowa, przede wszystkim na świeżym powietrzu. Nasza szkoła również w tym zakresie oferuje ciekawe zajęcia: „Bieg po zdrowie”, „Spartakiada Dzieci i młodzieży Dzielnicy XII”, gimnastyka korekcyjna, zajęcia sportowe, zajęcia na basenie, wycieczki czy zielone szkoły. Odpowiednia dawka ruchu wzmacnia odporność organizmu, podnosi sprawność fizyczną, sprzyja utrzymaniu prawidłowej wagi, poprawia samopoczucie.

Zaprezentowane przeze mnie działania to tylko fragment wspólnej pracy podejmowanej przez uczniów i nauczycieli w naszej szkole. Nauczając i wychowując dzieci, mamy nadzieję, że pozytywne wzorce i wartości, które nabywają uczestnicząc w licznych akcjach, imprezach, czy warsztatach przeniosą w swoje dorosłe życie.

Może warto też zastanowić się, nad własnymi przyzwyczajeniami i zmienić te szkodliwe dla zdrowia. Powinniśmy pamiętać, że to my dorośli, rodzice, opiekunowie, nauczyciele stanowimy wzór dla dzieci.

Nie dawajmy dzieciom powodów do kupowania niezdrowych produktów takich jak: słodycze, chipsy, fast-foody, kolorowe napoje gazowane. Dbajmy o kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych naszych dzieci, od nas zależy jak będą się odżywiały i jaki tryb życia będą prowadziły.

Więcej na www.aktywniepozdrowie.pl

M. Kąkol

XXII FAMILIADA „TOR 2011" w Nowym Bieżanowie
23, 24, 25 września 2011
„MUSICIE WYGRAĆ WALKĘ O RODZINĘ!" (Jan Paweł II)
WDZIĘCZNOŚĆ I PAMIĘĆ

FAMILIADA „TOR 2011" Jest to rodzinne święto wszystkich mieszkańców osiedla Nowy Bieżanów w Krakowie i parafii z sanktuarium Najświętszej Rodziny. Familiada to święto solidarnej i wspólnej dla wszystkich pokoleń TROSKI O RODZINĘ.

Patronat Świętych
Święty Michał Archanioł i błogosławiony Jan Paweł II.

Patronat Honorowy
Kardynał Stanisław Dziwisz, Metropolita Krakowski.

Patronat Medialny
Radio Kraków, TV Kraków, Dziennik Polski, Nasz Dziennik, Dwunastka, Informator Dekanalny, Nasza Familia.

Organizatorzy XXI FAMILIADY „TOR 2010":
Szkoły: ZSO nr 12: Gimnazjum nr 30 i Liceum Ogólnokształcące nr XXV im. Stefana Żeromskiego, Gimnazjum nr 29 im. Jana Pawła II, Szkoła Podstawowa nr 24 im. Krakowskiej Straży Pożarnej i Szkoła Podstawowa nr 111 im. Wojska Polskiego

Przedszkola Samorządowe: nr 176, 180 i 28, Rada Dzielnicy XII M. Krakowa, Spółdzielnia Mieszkaniowa „Nowy Bieżanów", Dom Kultury, Fundacja Remedium, Klub Sportowy „Baszta", Uczniowski Klub Sportowy „G.29", K.S. „Salwator" i Parafia Najświętszej Rodziny.

Szanowni Państwo, Sponsorzy i Przyjaciele Familiady
prosimy bardzo o życzliwą i wielkoduszną pomoc, sponsoring i zrozumienie dla naszych familiadowych inicjatyw.

Familiada w Nowym Bieżanowie od 22 lat cieszy się dobrą tradycją. Wyzwala pomysły i działania służące rodzinom, zwłaszcza dzieciom i młodzieży. Familiada jest świadectwem tworzenia prawdziwej SOLIDARNOŚCI mieszkańców osiedla. W tym roku chcemy podkreślić, że priorytetem dla rodziny jest MIŁOŚĆ, która umie dziękować i szanować dorobek starszych.

Familiadowe święto to wiele atrakcji. Wśród nich jest loteria fantowa.

Dary rzeczowe na loterię fantową i nagrody dla uczestników można przekazać osobie upoważnionej przez Proboszcza Parafii albo Dyrektora Szkoły lub Przedszkola.

Dar pieniężny – w gotówce lub przelewem: Parafia Najświętszej Rodziny, 30-837 Kraków ul. Aleksandry 1, Nr 78 1240 1431 1111 0010 0160 8297, tytuł: „Familiada".

Na liście Sponsorów znajdą się Ofiarodawcy darów powyżej 300 zł., a pozostali Darczyńcy będą mile widziani w gronie familiadowych Przyjaciół.

DOCHÓD Z FAMILIADY „TOR 2011" PRZEZNACZYMY NA STYPENDIA DLA DZIESIĘCIU NAJBARDZIEJ PRACOWITYCH I WYRÓŻNIAJĄCYCH SIĘ UCZNIÓW NASZYCH SZKÓŁ OSIEDLOWYCH i NA POMOC DLA DZIECI I MŁODZIEŻY.

Informacja:
Ks. Mirosław Dziedzic, proboszcz parafii, tel. 12/658 03 50, fax 12/658 6266 www.najswietszarodzina.pl, e-mail: xmiroslaw@poczta.onet.pl

Albo: Zbigniew Kożuch, tel. 507 289 704, email: zk@interia.pl

Z wyrazami szacunku i w dziękczności za życzliwą i ofiarną pomoc w przygotowaniach familiadowego święta Nowego Bieżanowa w imieniu Organizatorów

Zbigniew Rozkrut
Kierownik Domu Kultury
SM Nowy Bieżanów

Ks. Mirosław Dziedzic
Proboszcz Parafii
Najświętszej Rodziny

Kraków – Nowy Bieżanów, 24.08.2011 r.

PROGRAM XXII FAMILIADY „TOR 2011"

PIĄTEK, 23 WRZEŚNIA
VII PIELGRZYMKA z ŁAGIEWNIK do NOWEGO BIEŻANOWA

15.00 stacja I	SANKTUARIUM MIŁOSIERDZIA BOŻEGO W ŁAGIEWNIKACH Godzina Miłosierdzia. * Zapalenie „ognia miłosierdzia" (młodzież gimnazjalna klas III i dzieci klas III szkół podstawowych z Rodzicami).
16.00 stacja II	Centrum bł. Jana Pawła II „Nie lękajcie się": MSZA ŚWIĘTA W INTENCJACH RODZIN i uczczenie relikwii bł. Ojca Świętego
17.30	VII PIESZA PIELGRZYMKA z „ogniem Miłosierdzia JPII" z Łagiewnik do SANKTUARIUM NAJŚWIĘTSZEJ RODZINY w Nowym Bieżanowie:
Stacja III	Kurdwanów – kościół Podwyższenia Krzyża Świętego
Stacja IV	Piaski Nowe – kościół NMP Różańcowej
Stacja V	Prokocim – kościół MB Dobrej Rady
20.30 stacja VI	Sanktuarium Najświętszej Rodziny: Powitanie Pielgrzymów i modlitwa rozpoczęcia FAMILIADY TOR 2011.

SOBOTA, 24 WRZEŚNIA
TARG ZDROWEJ ŻYWNOŚCI. SPORT. KONCERT

9.00 – 13.00	IMPREZY SPORTOWE *Boiska szkolne i KS „Baszta" i plac zabaw przy Przedszkolu nr 176 (ul.Aleksandry).* TARG ZDROWEJ ŻYWNOŚCI MAŁOPOLSKIEGO STOWARZYSZENIA ROLNIKÓW EKOLOGICZNYCH „NATURA" na deptaku i przed sanktuarium Najświętszej Rodziny.
19.30	KONCERT XXII FAMILIADY „TOR 2011" w Sanktuarium Najświętszej Rodziny: Janusz RADEK.

NIEDZIELA, 25 WRZEŚNIA
RODZINNE ŚWIĘTO PARAFII i OSIEDLA
ODPUST PARAFIALNY ŚW. MICHAŁA ARCHANIOŁA

MSZE ŚW.	6.30, 8.00, 9.30, 11.00 suma odpustowa, 12.30, 17.00, 19.00. Mszę św. dziękczynną za 35 lat duszpasterzowania w Bieżanowie i Nowym Bieżanowie o godz. 11.00 koncelebruje ks. prałat Józef Jakubiec z byłymi księżmi wikariuszami. Kazanie odpustowe wygłosi ks. prałat Stanisław Mika.
15.00	Rycerski Korowód Aniołów od Domu Kultury do estrady przy ZSO nr 12 ul. Telimeny 9 z Orkiestrą Dętą z Podstolic – APEL MŁODYCH PRZY DĘBIE JANA PAWŁA II przed Sanktuarium Najświętszej Rodziny.
16.00	IMPREZY KULTURALNE na estradzie Familiady. Występy dzieci przedszkolnych i uczniów szkół podstawowych „Klasyka polskiej piosenki"
18.00	Koncert muzyczny i wokalny zespołów młodzieżowych. Występy Młodych Talentów.
20.00	Ogłoszenie Dziesięciu Stypendystów TOR 2011. * Nagrody dla Uczestników imprez Familiady TOR 2010. * Losowanie nagród głównych. Zakończenie FAMILIADY.

WYSTAWKA

Zarząd Infrastruktury Komunalnej i Transportu w Krakowie ul Centralna 53 uprzejmie informuje, że w dniach od 12 września do 22 października br. Wznawia „Akcję Wystawka 2011 – wywóz odpadów wielkoformatowych" wg załączonego harmonogramu.

Ustawianie kontenerów odbywać się będzie:
- w wyznaczonym dniu do godz 9.00, nat omiast zabrane zostaną dnia następnego o godz 17.00
- w sobotę kontenery zabierane są o godzinie 12.00

W czasie wystawiania kontenera teren będzie monitorowany przez firmę MPO Sp. Z.o.o. wykonawcę zadania.

Do kontenerów można wrzucać stare meble, sprzęt AGD, RTV itp. , natomiast nie wolno wrzucać odpadów komunalnych, resztek budowlanych i opon samochodowych

Lokalizacje:

ul. Kolejowa (Stary Prokocim)
ul. Solarz (Stary Prokocim)
ul. Bardowskiego (Stary Prokocim)
ul. Smolna (Stary Prokocim) od ul. Młodzierzy
ul. Mała Góra (Nowy Bieżanów) przy cmentarzu
ul. Popiełuszki/ Braci Jamków (Stary Bieżanów) niedaleko pomnika
ul. Czarnachowicka (Stary Bieżanów)
ul. Telimeny (Nowy Bieżanów) koło garaży
ul. Spółdzielców (Kozłówek) na parkingu
ul. Bieżanowska/Mała Góra (Bieżanów Nowy)
ul. Rydygiera (Rżąka) na parkingu
ul Kurczaba (Prokocim Nowy) koło pawilonu handlowego)
ul. Stacyjna/Bieżanowska 9 na wprost parkingu

TERMIN 22 – 23 września

URZĄD MIASTA KRAKOWA

KRAKÓW krakow.pl

ZAPRASZA

OSOBY, KTÓRE UTRACIŁY
DO DNIA 30 WRZEŚNIA 2011 ROKU
TYTUŁ PRAWNY DO LOKALU
WSKUTEK UPŁYWU TRZYLETNIEGO WYPOWIEDZENIA
UMOWY NAJMU

DO ZŁOŻENIA

OFERTY W RAMACH PROGRAMU POMOCY LOKATOROM

Termin składania ofert: od 8 sierpnia 2011 r. do 10 października 2011 r.

Szczegółowe informacje można uzyskać na stronie www.bip.krakow.pl
a także pod numerem telefonu: 12 616-82-24, 616-82-25, 616-82-44, 616-82-49 (w godzinach pracy Urzędu)
oraz w siedzibie Wydziału Mieszkalnictwa Urzędu Miasta Krakowa, ul. Wielopole 17a.
Wykazy lokali do remontu dostępne są w Punkcie Obsługi Mieszkańców - Parter lub pokój 111, 113 I Piętro
oraz w Kancelarii Magistratu - Punkt Informacji, Plac Wszystkich Świętych 3-4.

JANUSZ RADEK

KONCERT

24 września 2011
godz.19 30

Sanktuarium Najświętszej Rodziny
ul.Aleksandry 1

Sponsorzy:

Sponsor główny:

LC Corp

HEBAN HOFF GRUPA HEBAN

TUROWKA HOTEL & SPA

WAS BUD

SEEYOUIN zdecydowanie polecam www.remonty.nieruchomosci.pl

Organizatorzy:

DOM KULTURY PODGÓRZE

CRACOVIA

Rada Dzielnicy XII

Zaproszenia do odbioru u organizatorów

Żłobek nr 20	ul. Okólna 6	tel. 012 658 41 09
Żłobek nr 28	ul. Kurczaba 21	tel. 012 658 44 10
Przedszkole Samorządowe 28	ul. Duża Góra 30	tel. 012 658 54 67
Przedszkole Samorządowe 35	ul. Lilii Wenedy 7	tel. 012 658 52 60
Przedszkole Samorządowe 36	ul. Okólna 18	tel. 012 658 43 20
Przedszkole Samorządowe 49	ul. Bieżanowska 40	tel. 012 658 20 83
Przedszkole Samorządowe 87	ul. Spółdzielców 7	tel. 012 655 51 97
Przedszkole Samorządowe 135	ul. J.Stępnia 1	tel. 012 658 11 24
Przedszkole Samorządowe 150	ul. Teligi 28	tel. 012 658 20 05
Przedszkole Samorządowe 154	ul. Kurczaba 19	tel. 012 658 26 38
Przedszkole Samorządowe 176	ul. Aleksandry 15	tel. 012 658 56 95
Przedszkole Samorządowe 180	ul. Telimeny 7	tel. 012 658 49 07
Szkoła Podstawowa 24	ul. Aleksandry 17	tel. 012 658 15 44
Szkoła Podstawowa 41	ul. Jerzmanowskiego 6	tel. 012 658 43 28
Szkoła Podstawowa 61	ul. Popławskiego 17	tel. 012 658 09 21
Szkoła Podstawowa 111	ul. Bieżanowska 204	tel. 012 658 13 27
Szkoła Podstawowa 117	ul. Kurczaba 15	tel. 012 658 20 03
Szkoła Podstawowa 123	ul. Okólna 16	tel. 012 658 06 08
Szkoła Podstawowa 124	ul. Weigla 2	tel. 012 658 34 19
Szkoła Podstawowa 148	ul. Żabia 20	tel. 012 658 84 22
Szkoła Podstawowa 157	ul. Rydygiera 20	tel. 012 657 05 88
Gimnazjum 29	ul. Aleksandry 17	tel. 012 658 43 28
Gimnazjum 30	ul. Telimeny 9	tel. 012 658 50 70

Gimnazjum 31	ul. Spółdzielców 5	tel. 012 655 09 24
Gimnazjum 32	ul. Żabia 20	tel. 012 658 84 22
Gimnazjum 33	ul. Rydygiera 20	tel. 012 657 05 88
LO XV	al. Dygasińskiego 15	tel. 012 657 64 53
LO XXV	ul. Telimeny 9	tel. 012 658 50 70
I Prywatne LO	al. Dygasińskiego 5	tel. 012 657 66 19
Parafia pw. Miłosierdza Bożego Nowy Prokocim	ul. Jana Kurczaba 5	12 658 21 21
Parafia pw. Matki Bożej Dobrej Rady Prokocim	Al. Dygasińskiego 44A	12 650 27 01
Parafia pw. Najświętszej Rodziny Nowy Bieżanów	ul. Aleksandry 1	12 658-03-50
Parafia pw. Narodzenia NMP	ul. ks. J. Popiełuszki 35	12 658 11 37
Parafia pw. Nawiedzenia NMP	ul. Ks. Prymasa Stefana Wyszyńskiego 6	12 657 93 30
Kościół Rektoralny p.w. św. Mikołaja z Tolentino	ul. Górników 27	12 658 05 79
Przychodnie zdrowia		
Nowy Bieżanów 2.	ul. Heleny	tel. 12 657 34 16
Stary Bieżanów	ul. Popiełuszki 7	tel. 12 658 53 00
Nowy Prokocim	ul. Teligi 8	tel. 12 658 35 40
Na Kozłówce	ul. Na Kozłówce 29	tel. 12 658 16 11, tel. 12 658 05 69
Straż Pożarna		
Jednostka Ratownicza Gaśnicza Nr 6	ul Aleksandr 2	tel 12 657 99 95
Policja		
VI Komisariat Policji	ul Cwiklinskiej 4	tel 12 61-52-917
Straż Miejska	ul Cechowa 19	tel 12 650 42 80