



# DZIEŃ DOBRY OSTRZESZÓW

PUSTKOWIE POŁUDNIE/PÓŁNOC ROJÓW SIEDLIKÓW MYJE SZKLARKA MYŚLIEWSKA SZKLARKA PRZYGODZICKA TURZE BLEDZIANÓW  
JESIONA KOCHŁOWY KORPYSY KOTOWSKIE KOZŁY KUŹNIKI MARYDÓŁ ZAJĄCZKI NIEDŹWIEDŹ OLSZYNA ROGASZYCE

## MIEJSCE DLA **INWESTYCJI** • STR. 3

Niższa taryfa miejskiej sieci ciepłowniczej

## MIEJSCE DLA **KOBIET** • STR. 4

Podsumowanie kampanii Różowy Październik

## MIEJSCE DLA **SENIORÓW** • STR. 5

SENIORADA – święto Seniorów w Ostreszowie

## MIEJSCE DLA **SPORTU** • STR. 8

Ostreszowskie Stowarzyszenie PIAST



## WOLNE MIASTO

OSTRESZOWSKI OBWÓD ZHR ZAPRASZA  
NA OBCHODY 11 LISTOPADA

„**Gdzie jest generał?**” to nazwa tegorocznej gry miejskiej. Jej celem jest doprowadzenie Andersa do stopnia generała broni. Aby to osiągnąć, Wasz pododdział musi zdobyć jak najwyższą ilość punktów zastug. Otrzyma je można wykonując oznaczone na karcie patrolu punkty i poprzez inwestycje na rynku kolonialnym.

**Harmonogram i zapisy na Facebooku: Gra Miejska „Gdzie jest Generał?”**

„**Szlakiem Andersa**”, czyli bieg na orientację, którego celem będzie pokonanie wyznaczonej na mapie trasy. Wygrywa ten, kto najpoprawniej wykona więcej zadań punktowych w jak najkrótszym czasie.

**Harmonogram na Facebooku: Bieg na orientację „Szlakiem Andersa”**

**Morsowanie** z biało-czerwoną w rękę.

**Harmonogram na Facebooku: Morsowanie-niepodległości świętowanie**

## BUDŻET OBYWATELSKI

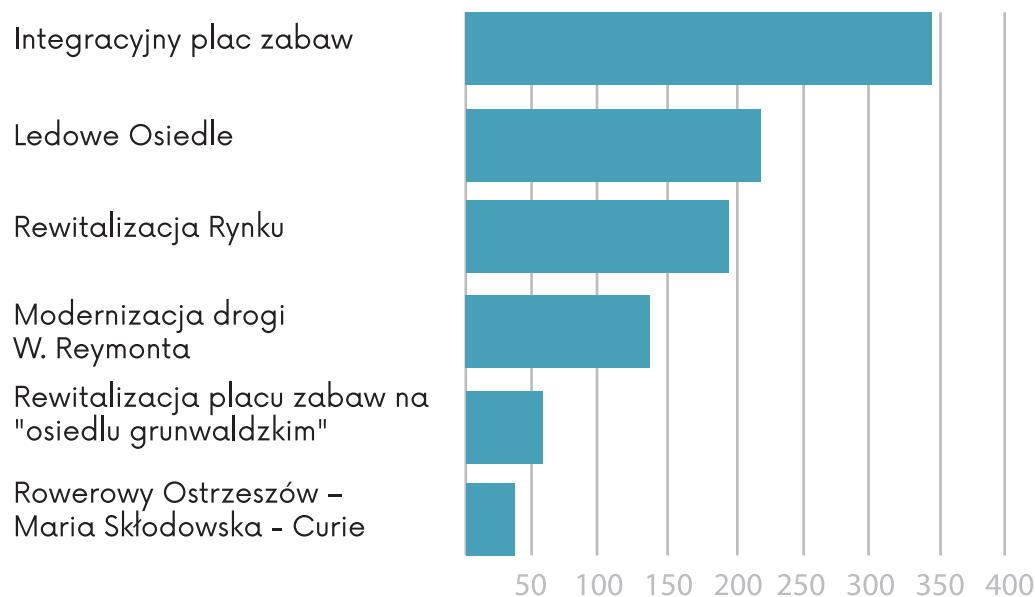
POZNAJ WYGRANE PROJEKTY  
I PODSUMOWANIE  
PIERWSZEJ EDYCJI  
OSTRESZOWSKIEGO  
BUDŻETU  
OBYWATELSKIEGO





# OSTRZESZOWSKI BUDŻET OBYWATELSKI – WYNIKI

## DUŻE INWESTYCJE (LICZBA ODDANYCH GŁOSÓW W KATEGORII)



Budżet Obywatelski to projekt, dzięki któremu mieszkańcy danego miasta mają bezpośredni wpływ na decyzję o przeznaczeniu części budżetu publicznego na przedsięwzięcia, które zostały przez nich wcześniej zgłoszone. Inicjatywa ma głównie na celu aktywizację mieszkańców. Poza tym wpływa na rozbudowę miasta oraz wzmacnia i buduje tożsamość mieszkańców.

Na początku października tego roku poznaliśmy wygranych pierwszej edycji Ostrzeszowskiego Budżetu Obywatelskiego. Podczas trwającego od września głosowania mieliśmy okazję przyjrzeć się 19 zgłoszonym przez mieszkańców i mieszkanki projektom. Lista pomysłów okazała się bardzo kreatywna i różnorodna, zahaczająca o tematykę gospodarczą, kulturalną, sportową czy społeczną. Poszczególne projekty przyporządkowane były do jednej z trzech kategorii: duże inwestycje, małe inwestycje i pozostałe zadania. O ich przydzieleniu decydował kosztorys projektu. W ten sposób, głosujący mieli prawo do wyboru nie jednego, a trzech pomysłów – po jednym w każdej z kategorii.

Łącznie głos oddało 1246 mieszkańców\_nek Ostrzeszowa.

Łącznie, na realizację Budżetu Obywatelskiego przeznaczono 500 tysięcy zł. W kategorii **duże inwestycje** kosztorys jednego projektu nie mógł przekroczyć 200 tys. zł. **Małe inwestycje** to 35 tys. zł na jeden projekt. W **pozostałych zadaniach** zaplanowano 15 tys. zł na projekt.

Wyniki prezentują się następująco:

### Kategoria DUŻE INWESTYCJE

- Integracyjny plac zabaw: Stworzenie integracyjnej przestrzeni do zabawy dla lokalnej społeczności oraz miejsca spotkań i zabawy dla wszystkich – zarówno dzieci sprawnych, jak i z niepełnosprawnościami.
- Ledowe osiedle: Projekt zakłada wymianę istniejącego oświetlenia drogowego na energooszczędne oświetlenie ledowe na obszarze Osiedla Harcerskiego i Osiedla Młodych w Ostrzeszowie.

### Kategoria MAŁE INWESTYCJE

- Remont garażu OSP: Zakup nowych szafek, poprawa instalacji elektrycznej i modernizacja posadzki, w celu poprawienia warunków BHP w przestrzeni garażowej OSP Ostrzeszów.
- Zielone płuca w parku miejskim: Projekt polega na zamontowaniu w Parku Jana Pawła II paneli zbudowanych z drewnianej pergoli wypełnionej mchem. Mech jest świetnym filtrem do zanieczyszczonego powietrza, którym wszyscy oddychamy.

### Kategoria POZOSTAŁE ZADANIA

- Zakup ubrań specjalnych dla OSP: Zakup specjalistycznych ubrań i wymiana starych, zużytych umundurowań strażaków OSP Ostrzeszów
- Koncert dla młodych (i nie tylko)!: Koncert artysty młodego pokolenia na terenie miasta Ostrzeszów, przeprowadzony w okresie wakacyjnym.

## MAŁE INWESTYCJE (LICZBA ODDANYCH GŁOSÓW W KATEGORII)



## POZOSTAŁE ZADANIA (LICZBA ODDANYCH GŁOSÓW W KATEGORII)



## NIŻSZA TARYFA MIEJSKIEJ SIECI CIEPŁOWNICZEJ

Od 1 listopada w życie weszła nowa taryfa ciepła dla odbiorców podłączonych do naszej miejskiej sieci ciepłowniczej. Jeszcze jakiś czas temu informowaliśmy o tym, iż nowa stawka będzie jedną z najniższych w Wielkopolsce. Miło nam poinformować, że ostatecznie cena ta uległa dodatkowemu zmniejszeniu! Cena ciepła 1 GJ w nowej Taryfie dla odbiorców indywidualnych wyniesie 46 zł brutto (43,81 zł netto) i jest to jedna z najniższych cen za 1 GJ jakie obowiązują w podobnych przedsiębiorstwach ciepłowniczych w Polsce. W stosunku do taryfy dla ciepła jaka obowiązywała w 2020 r. wzrost wyniesie 13%, a do aktualnie obowiązującej taryfy 29%. Żadna podwyżka nie jest powodem do optymizmu, jednak biorąc pod uwagę wzrost ceny węgla i innych kosztów, to duża ulga dla około 4,5 tys mieszkańców Ostrzeszowa, którzy korzystają z ciepła systemowego.

Należy przyznać, że obecna sytuacja na rynku energetycznym jest naprawdę trudna, a przez wzgląd na trwający kryzys nie wszystko jest zależne od decyzji i polityki gminnej. Zakład Energetyki Ciepłej sp. z o.o. przewidując już w marcu br. sytuację na rynku węgla gromadził zapasy, które aktualnie wynoszą ponad 3000 ton i zapewnią ciepło naszym odbiorcom co najmniej do marca 2023r. Dzięki uruchomieniu środków z budżetu gminy już teraz prowadzone są dalsze zakupy, aby jak najdłużej utrzymać atrakcyjną cenę dla odbiorców naszego ciepła systemowego.



## MEDAL ZA ZASŁUGI DLA MIASTA I GMINY OSTRZESZÓW

We wrześniu tego roku odznaczono Pana Janusza Paprzyckiego medalem „ZA ZASŁUGI DLA MIASTA I GMINY”. Jest to siedemnasta osoba uhonorowana tą nagrodą. Pan Paprzycki to wieloletni działacz w obszarze kultury fizycznej, sportu wiejskiego oraz sportu szkolnego. Uczył kolejne pokolenia młodzieży jak przestrzegać zasad fair play, jak zwyciężać, ale i jak przegrywać z honorem. Realizując szereg działań na rzecz krzewienia kultury fizycznej stworzył swego rodzaju wzorzec nauczyciela-pasjonata, który dbając o sprawność ruchową podopiecznych, nie zapomniał o innych niezwykle ważnych sferach rozwoju człowieka - intelektualnej, moralnej czy etycznej. Przez blisko pół wieku współorganizował „Crossy Ostrzeszowskie”, a przez 37 lat był sędzią piłkarskim i obserwatorem kaliskiego OZPN. Współpracował z Powiatowym Zrzeszeniem LZS w Ostrzeszowie. Dał się poznać też lokalnej społeczności jako arbiter i instruktor piłki ręcznej, a także sędzia lekkoatletyki. Działalność społeczna i zawodowa Pana Janusza Paprzyckiego była doceniana na różnych szczeblach o czym świadczy szereg odznaczeń, a wśród nich m.in.: Krzyż Kawalerski Orderu Odrodzenia Polski, czy Złota Odznaka PZPN.

Tym symbolicznym gestem nasz samorząd w imieniu całej społeczności wyraził swoją wdzięczność Panu Januszowi Paprzyckiemu za cały dorobek i wieloletnie zaangażowanie w pracy zawodowej i społecznej.



## ROZKŁAD JAZDY MIEJSKICH LINII AUTOBUSOWYCH

### LINIA NUMER 1 OSTRZESZÓW – OLSZYNA

|       |       |       |                                |      |       |
|-------|-------|-------|--------------------------------|------|-------|
| 09:30 | 12:30 | 15:00 | Ul. Powstańców Wlkp. – centrum | 6:46 | 11:46 |
| 09:33 | 12:33 | 15:03 | Ul. Kaliska                    | 6:43 | 11:43 |
| 09:35 | 12:35 | 15:05 | Ul. Zamkowa – Kościół          | 6:41 | 11:41 |
| 09:36 | 12:36 | 15:06 | Urząd MiG Ostrzeszów           | 6:40 | 11:40 |
| 09:37 | 12:37 | 15:07 | Ul. Zamkowa – Osiedle          | 6:39 | 11:39 |
| 09:40 | 12:40 | 15:10 | Intermarche                    | 6:36 | 11:36 |
| 09:43 | 12:43 | 15:13 | Ul. Zamkowa – Osiedle          | 6:33 | 11:33 |
| 09:44 | 12:44 | 15:14 | Urząd MiG Ostrzeszów           | 6:32 | 11:32 |
| 09:46 | 12:46 | 15:16 | Ul. Piastowska – Plac Borek    | 6:30 | 11:30 |
| 09:48 | 12:48 | 15:18 | Ul. Kościuszki                 | 6:28 | 11:28 |
| 09:50 | 12:50 | 15:20 | Ul. Sportowa                   | 6:26 | 11:26 |
| 09:51 | 12:51 | 15:21 | Ul. Łąkowa – Targowisko        | 6:25 | 11:25 |
| 09:53 | 12:53 | 15:23 | Ul. Przemysłowa                | 6:23 | 11:23 |
| 09:57 | 12:57 | 15:27 | Ul. Kąpielowa – Basen          | 6:19 | 11:19 |
| 09:59 | 12:59 | 15:29 | Ul. Kąpielowa – Działki        | 6:17 | 11:17 |
| 10:02 | 13:02 | 15:32 | Olszyna – Sklep                | 6:14 | 11:14 |
| 10:04 | 13:04 | 15:34 | Ul. Hurtowa                    | 6:12 | 11:12 |
| 10:06 | 13:06 | 15:36 | Ul. Grunwaldzka                | 6:10 | 11:10 |
| 10:07 | 13:07 | 15:37 | Ul. Grunwaldzka – Osiedle      | 6:09 | 11:09 |
| 10:09 | 13:09 | 15:39 | Ul. Piastowska                 | 6:07 | 11:07 |
| 10:10 | 13:10 | 15:40 | Ul. Piastowska – Plac Borek    | 6:06 | 11:06 |
| 10:13 | 13:13 | 15:43 | Ul. Powstańców Wlkp. – Centrum | -    | -     |
| 10:16 | 13:16 | 15:46 | Ul. Kaliska                    | 6:03 | 11:03 |
| -     | -     | -     | Ul. Powstańców Wlkp. – Centrum | 6:00 | 11:00 |
| 10:18 | 13:18 | 15:48 | Ul. Sienkiewicza               | -    | -     |

### LINIA NUMER 2 OSTRZESZÓW – MYJE

|       |                                    |      |
|-------|------------------------------------|------|
| 12:00 | Ul. Powstańców Wlkp. – Centrum (O) | 9:25 |
| 12:01 | Ul. Kaliska (O)                    | 9:24 |
| 12:03 | Ul. Powstańców Wlkp. (O)           | 9:22 |
| 12:04 | Potaśnia – Osiedle                 | 9:21 |
| 12:05 | Myje – Kolonia                     | 9:20 |
| 12:06 | Potaśnia                           | 9:18 |
| 12:08 | Myje                               | 9:17 |
| 12:10 | Myje I                             | 9:15 |
| 12:11 | Myje II                            | 9:14 |
| 12:13 | Ul. Grzybowa (O)                   | 9:12 |
| 12:15 | Ul. Leśna (O)                      | 9:10 |
| 12:17 | Intermarche (O)                    | 9:08 |
| 12:18 | Ul. Zamkowa – Osiedle (O)          | 9:07 |
| 12:19 | Urząd MiG Ostrzeszów (O)           | 9:06 |
| 12:21 | Ul. Piastowska – Plac Borek (O)    | 9:04 |
| 12:23 | Ul. Powstańców Wlkp. – Centrum (O) | -    |
| 12:24 | Ul. Kaliska (O)                    | 9:02 |
| -     | Ul. Powstańców Wlkp. – Centrum (O) | 9:00 |
| 12:25 | Ul. Sienkiewicza (O)               | -    |

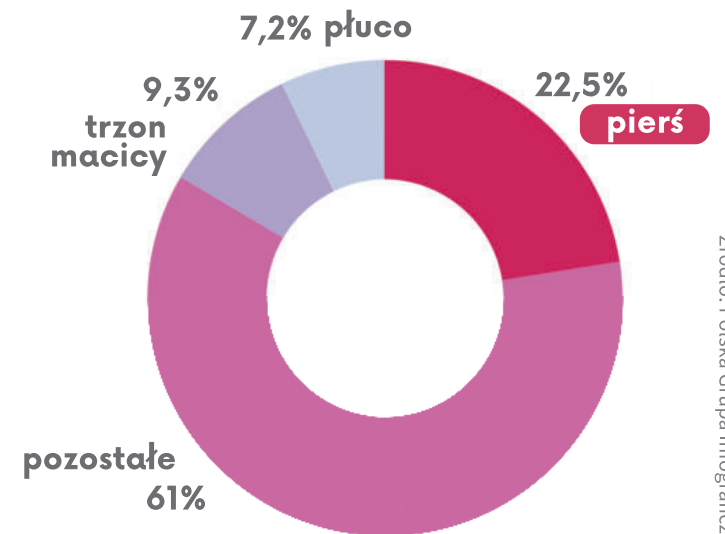


# RÓŻOWY PAŹDZIERNIK

RÓŻOWY PAŹDZIERNIK to od lat uznawany na świecie miesiąc świadomości raka piersi. Jego symbol to różowa wstążka, która nie tylko przyczynia się do zwiększania świadomości na temat choroby, ale i stanowi symbol kobiecej jedności i siły. Dlaczego tak ważnym jest, by o raku piersi mówić głośno? Na początku 2021 r. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) ogłosiła, że rak piersi jest obecnie najczęściej diagnozowanym nowotworem na świecie. Wyprzedził tym samym raka płuc. W Polsce rocznie ok. 20 tys. kobiet dowiaduje się, że choruje, a z chorobą żyje obecnie ok. 140 tys. Polek. W ciągu ostatnich 20 lat całkowita liczba nowotworów piersi na świecie zwiększyła się prawie o 100%. W naszych rękach – dosłownie i w przenośni – mamy jednak moc, która może odwrócić te nieprzychylnie statystyki. Ponieważ pierwszymi objawami raka piersi są zmiany w ich wyglądzie i wielkości, a także wycieki lub zmiany koloru brodawek, to wszelkie zmiany jesteśmy w stanie dostrzec podczas samobadania w domowym zaciszu. Regularne dotykanie i oglądanie swoich piersi, najlepiej między 7 a 10 dniem cyklu nie tylko ułatwia nam poznanie struktury naszego ciała, ale i pozwala na zauważenie lub wyczuwanie pierwszych zmian. Szybko zdiagnozowany i odpowiednio leczony nowotwór piersi może być nawet całkowicie wyleczalny!



## NARZĄDY NAJCZĘŚCIEJ ATAKOWANE



Zródło: Polska Grupa Infograficzna

W minionym miesiącu z dumą różowe wstążeczki przypięły bohaterki akcji RÓŻOWY PAŹDZIERNIK W OSTRZESZOWIE. Do kampanii społecznej, obejmującej warsztaty edukacyjne, prelekcje czy happening na Rynku zaprosiliśmy cudowne kobiety reprezentujące różne środowiska zawodowe i wiekowe. Chcieliśmy w ten sposób zwrócić uwagę na to, że tematyka nowotworów piersi dotykać może każdą z nas. Na zdjęciach oraz postach edukacyjnych na Facebooku Miasta i Gminy Ostrzeszów znalazły się:

Pani Maria Stajszyk i Pani Grażyna Goncerzewicz ze stowarzyszenia Amazonki Ostrzeszowskie.  
Pani Agnieszka Sztukowska i Pani Sylwia Koper – położne z Oddziału Ginekologiczno-Położniczego Ocz  
Pani Dorota Owczarczak – dyrektorka Biblioteki Publicznej MiG Ostrzeszów i Pani Zofia Witkowska – Wicestarostina Powiatu Ostrzeszowskiego.  
O swojej historii podczas różowej debaty opowiedziała także Aleksandra Misiewicz.

## JAK WYKONAĆ SAMOBADANIE PIERSI W KILKU KROKACH?

Na początku pamiętaj, aby wykonywać je między 7, a 10 dniem cyklu. Rób to regularnie, dzięki temu będziesz w stanie wyczuć lub zobaczyć ewentualną różnicę. Zaczynamy!



**STAŃ PRZED LUSTREM Z UNIESIONYMI DO GÓRY RĘKAMI.**  
Obejrzyj dokładnie swoje piersi. Widzisz jakieś zmiany lub wycieki?



**TERAZ POŁÓŻ RĘCE NA BIODRACH.**  
Obejrzyj dokładnie swoje piersi w tej pozycji. Czy teraz widzisz coś, co mogłoby Cię zaniepokoić?



**ZŁĄCZ TRZY ŚRODKOWE PALCE PRAWEJ DŁONI.**  
Unieś lewą rękę nad głowę, a palcami prawej dłoni sprawdź swoją lewą pierś: ruchami okrężnymi, od środka piersi na zewnątrz, z góry na dół całą pierś, od środka piersi na zewnątrz ruchami promienistymi. Zamień ręce i to samo wykonaj z prawą pierśią. Wykonaj te same kroki, ale w pozycji leżącej.



**TE ZMIANY POWINNY CIĘ ZANIEPOKOIĆ:** zmiana wielkości i kształtu piersi nieustępująca po miesięczce, guzki lub zgrubienia wyczuwalne w piersi lub pod pachą, zmiana koloru skóry, wciąganie skóry, pomarszczenie lub twardnienie się skóry





# OSTRZESZOWSKA SENIORADA

„Wrażliwość na osoby starsze jest istotną cechą cywilizacji. Cywilizacja będzie się rozwijała, jeśli potrafi szanować rozsądek, mądrość osób starszych.”

Do słów Papieża Franciszka, dodać można jeszcze, jeśli nauczy się od seniorów czerpania z życia pełnymi garściami i życzliwości, którą dzielą się oni z każdym z nas. Każdy wiek ma swoje prawa i przywileje. Ci, którym dane było dożyć swojej jesieni życia, doceniają każdą chwilę, snują kolejne plany i realizują swoje marzenia. Tegoroczny Dzień Seniora, organizowany przez Burmistrza Miasta i Gminy Ostrzeszów wraz z Przewodniczącymi Rad Dzielnic, przerodził się w kilkudniową Ostrzeszowską Senioradę. Zaczęliśmy poważnym ale bardzo potrzebnym spotkaniem z Ostrzeszowskimi Amazonkami, które opowiedziały nam nie tylko o kilkunastoletniej działalności Stowarzyszenia, ale również o tym jak profilaktycznie zapobiegać nowotworowi raka piersi, o walce z chorobą. Panie opowiadały o własnym doświadczeniu, nie tylko w kontekście badań i leczenia, ale również o tym, jak ważne jest wsparcie rodziny, przyjaciół i własne nastawienie do choroby. W rozmowie o profilaktyce padły słowa m.in. o tym, jak ważna dla naszego stanu zdrowia jest aktywność fizyczna i pogoda ducha. Dlatego w naszej Senioradzie, nie mogło zabraknąć również tej formy świętowania. Przy pięknej pogodzie, w gwarze rozmów i śmiechu odbył się spacer Nordic Walking. Uczestnicy pokonali kilka kilometrów czerpiąc radość z uroków naszego miasta, kończąc spacer w Dziennym Domu Pomocy Społecznej „Wrzos” na ciepłym posiłku. Przy okazji naszego świętowania, na ostrzeszowskim Rynku odbywało się również spotkanie z panem Piotrem Duczmalem, który opowiadał o zaćmieniu słońca i ułatwiał przyglądania się temu zjawisku. Kolejnym elementem naszej Seniorady było spotkanie przedstawicieli

stowarzyszeń, klubów i instytucji zajmujących się tematyką seniorów. Był to moment na podsumowania i podziękowania. Dzięki pomocy i wsparciu pani Pełnomocnik ds. Seniorów Mieczysławy Pierzchalskiej udało nam się wprowadzić w życie wszystkie pomysły ułatwiające naszym seniorom codzienne funkcjonowanie: m.in. kartę seniora. Na wniosek mieszkańców uruchomiliśmy także bezpłatną komunikację autobusową. Podczas środowego spotkania, nie zabrakło również wielu słów podziękowań dla Pań, które oddały swoje serce na rzecz innych. Od wielu lat współtworzą środowisko otwarte i przyjazne seniorom. Wspierają ich w codziennym życiu, aktywizują i pomagają rozwijać ich pasje, talenty i realizować marzenia. Spotkanie umilił występ zespołu „Dobre Serce” pod opieką pani Agnieszki Jamrozik, który zachęcił do wspólnego śpiewu.

Po chwilach poważnych, radosnych, aktywnych i przenoszących nas w czasie, przyszedł czas na magiczne chwile relaksu i dobrej zabawy przy występie Iluzjonisty Rafała Mulki. Interaktywny pokaz iluzji i magii wywołał uśmiech i niejedno zaskoczenie na twarzach widzów.

Mamy nadzieję, że Ostrzeszowska SENIORADA na stałe wpisze się w kalendarz wydarzeń, a naszym drogim Seniorom, raz jeszcze, życzymy wiele siły na spełnianie kolejnych marzeń!

Te cztery dni nie mogłyby się obyć bez współpracy przede wszystkim ze środowiskiem seniorów, ale i Ostrzeszowskiego Centrum Kultury, które przez dwa dni gościło nas w swoich progach. Równie gościnnie przyjął nas Dzienny Dom Pomocy Społecznej „Wrzos” i Restauracja Zacisze. Serdeczne podziękowania za współpracę i liczymy na realizację kolejnych wspólnych inicjatyw



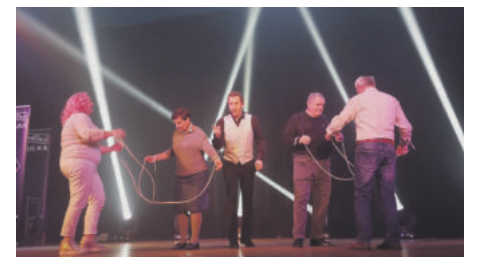
**24 PAŹDZIERNIKA**  
PRELEKCYJA OSTRZESZOWSKICH  
AMAZONEK ORAZ PROJEKCJA FILMU



**25 PAŹDZIERNIKA**  
JESIENNY MARSZ NORDIC WALKING  
I CIEPŁY POCZĘSTUNEK WE WRZOSIE



**26 PAŹDZIERNIKA**  
SPOTKANIE Z BURMISTRZEM  
I PRZEWODNICZĄCYMI DZIELNIC



**27 PAŹDZIERNIKA**  
POKAZ MAGII I ILUZJI  
RAFAŁA MULKI

## KOPERTA ŻYCIA

„Koperta życia” to najważniejsze informacje o stanie Twojego zdrowia, które mogą być przydatne dla służb medycznych, straży czy policji.

Jej głównym elementem jest karta informacyjna, którą pobrać można na stronie [www.ostrzeszow.pl](http://www.ostrzeszow.pl) w zakładce STREFA MIASTA – DLA SENIORA. Można ją także odebrać w pokoju 109 Urzędu MiG Ostrzeszów, od poniedziałku do piątku w godz. 8:00-13:00.

Kartę informacyjną wypełnia się indywidualnie, podając swoje dane, aktualnie przyjmowane leki oraz opis chorób. Znajduje się tam także miejsce na podanie osób kontaktowych, które mogą zostać powiadomione o konieczności przewiezienia pacjenta do szpitala czy zabezpieczenia mieszkania.

Kopertę życia należy położyć w widocznym miejscu w domu lub nosić przy sobie oraz na bieżąco aktualizować jej zawartość.





# PO CO NAM RECYKLING?

Okazuje się, że RECYCLING to nie tylko proces, który redukuje ilość powstałych śmieci. Co najważniejsze – w dłuższej perspektywie pomaga:

- Chronić zasoby naturalne, ponieważ wykorzystując wciąż te same surowce redukujemy tempo pozyskiwania drewna, ropy naftowej czy wody. Tym samym ograniczamy dewastację ekosystemów i zapewniamy lepszą przyszłość kolejnym pokoleniom.
- Redukować globalne ocieplenie, ponieważ przetwarzanie odpadów wykorzystuje mniejsze ilości energii niż produkcja nowych towarów, co w efekcie ogranicza emisję gazów cieplarnianych do atmosfery.
- Ograniczać powierzchnię wysypisk śmieci stwarzających realne zagrożenie dla naturalnych ekosystemów.

## JAK WYGLĄDAJĄ STATYSTYKI?

Niestety, mimo rosnącej świadomości ekologicznej aż 42% z nas nie podejmuje żadnych działań w celu zmniejszenia generowanych w domu odpadów.\* Świadomość potrzebnej zmiany to pierwszy krok w kierunku życia w zgodzie z planetą i jej naturalnym środowiskiem.



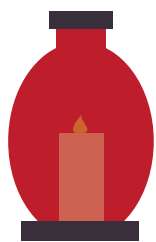
## A CZY WIESZ, JAK SEGREGOWAĆ ODPADY WYGENEROWANE PODCZAS LISTOPADOWYCH ŚWIĄT?

Przed wszystkim pamiętajmy o rozważności w zakupach. Podczas sprzątania nagrobków po Świętach warto spojrzeć, które z ozdób nadają się do ponownego użycia. Sztuczne wiązanki można zachować i wielokrotnie wykorzystywać – na przykład nadając im nowy kształt czy kompozycję. Jeśli postanowimy zrezygnować z któregoś ze zniczy możemy odłożyć go na półkę „Zniczodzielni” lub wręcz przeciwnie – skorzystać z jej zasobów przy ozdabianiu nagrobka.



Dane: Raport „Gospodarka odpadami” przeprowadzonego w 2019 r. na zlecenie Ministerstwa Środowiska

## szklane znicze odpady zmieszane



Znicz wykonany jest z innego tworzywa, niż butelka czy słoik. Najczęściej to szkło z domieszkami.

## ceramiczne znicze odpady zmieszane

Plusem jest, że ceramiczne znicze nie posiadają plastikowego wkładu. Ich utylizacja jest jednak równie szkodliwa dla środowiska.

## sztuczne kwiaty odpady zmieszane/sztuczne

Należy sprawdzić i rozdzielić elementy wyrzucane ze sztucznych stroików. Często znajdują się tam elementy plastikowe, jak i tekstylne.

## kwiaty naturalne odpady bio

Uwaga – do pojemnika bio nie powinny trafić kamienie, które często znajdują się w ziemi donic kwiatów naturalnych.



## wypalone wkłady odpady zmieszane

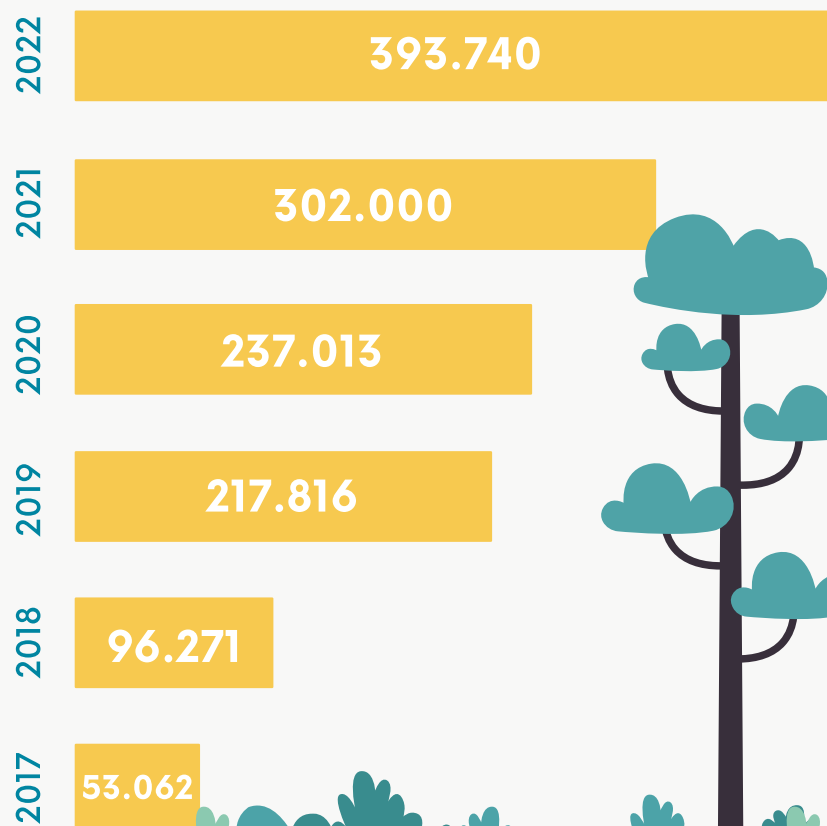
Wkłady zazwyczaj zanieczyszczone są parafiną, i wykonane z materiału, którego nie odzyskuje się w naszym kraju.



## wkłady na baterie PSZOK

Znicze na baterie to rodzaj sprzętu elektrycznego, dlatego nie można wyrzucić ich do zwykłych pojemników na odpady.

## Środki z budżetu Miasta i Gminy przeznaczone na wymianę kotłów (zł/rok)





# MIASTECZKO TALENTÓW – WYWIAD Z SZYMONEM JEZIORNYM

**R**adosny gwar, znajome twarze i półmrok podziemi ceglanej baszty. W tle ktoś gra swoje pierwsze solo do Chameleona Herbiego Hancocka, a inni szukają tekstów do kolejno wykonywanych utworów... Od organizacji pierwszego Jam Session w Ostrzeszowie mija już 10 lat! To jedyne w swoim rodzaju przedsięwzięcie, którego inicjator – Szymon Jeziorny, nie tylko zajmuje się organizacją, ale i (wykorzystując swój talent i miłość do muzyki) urozmaica wieczór grą i śpiewem. Który instrument jest jego ulubionym? Jak zaczęła się jego przygoda z muzyką? W końcu – jak dołączyć do muzycznej ekipy jam session? Te i inne pytania zadaliśmy Szymonowi w krótkim wywiadzie. Zapraszamy do lektury!

## ZACNIJMY OD POCZĄTKU – JAKIE JEST TWOJE PIERWSZE WSPOMNIENIE ZWIĄZANE Z MUZYKĄ? KIEDY ZAINTERESOWAŁEŚ SIĘ GRANIEM?

**SzJ** Pierwsze wspomnienie związane z muzyką ma miejsce w czasach mojej wczesnej młodości, kiedy to mój brat zakochany w filmie Top Gun oglądał go bardzo często na VHS. To właśnie soundtrack "Danger Zone" pozytywnie zapadł mi w pamięć lecz wtedy jeszcze nawet nie miałem pojęcia, że muzyka będzie odgrywać dla mnie tak ważną rolę. Moje zainteresowanie grą na instrumentach pojawiło się dopiero wiele lat później, gdy zacząłem chodzić do technikum. Tam poznałem Adama Fularę, który był moim nauczycielem informatyki, a później właśnie muzyki. Pewnego razu ogłosił, że startuje z prywatną szkołą muzyczną. Byłem wtedy zafascynowany jego grą na dwugryfowej gitarze więc stwierdziłem, że może warto spróbować. Rodzice kupili mi pierwszą gitarę elektryczną i to właśnie z tym instrumentem rozpoczęła się moja przygoda z muzyką. Po pół roku grania na gitarze stwierdziłem, że spróbuję swoich sił również na perkusji która stała się dla mnie drugim instrumentem. Nauka przychodziła mi łatwo, była jak samonapędzająca się maszyna. Im więcej ćwiczyłem tym więcej chciałem grać więc szybko przerodziło się to w moją pasję. Kupiłem więc swoją pierwszą perkusję i od tego czasu byłem rozdarty między tymi dwoma instrumentami. Z czasem doszły też inne, jednak to właśnie gitara i perkusja były tymi najważniejszymi. Jeśli jednak miałbym wskazać swój ulubiony to szczerze mówiąc nie potrafiłbym tego zrobić.

## JESTEŚ TYPEM CZŁOWIEKA, KTÓREMU UDAŁO SIĘ POŁĄCZYĆ PASJĘ Z PRACĄ. CZY Z BIEGIEM LAT ODCZUWASZ WIĘKSZĄ EKSCYTACJĘ, CZY PRZECIWNIE – ZMĘCZENIE GRANIEM?

**SzJ** Praktycznie od razu po rozpoczęciu nauki w Szkole Zespołów Adama Fulary, poczułem, że

muzyka będzie mi towarzyszyć do końca, to właśnie ona daje mi w życiu konkretny cel. Podjąłem ważną decyzję by poświęcić swoje życie właśnie tej pasji.

Gdy tylko zostałem absolwentem, Adam Fulara zaproponował mi stanowisko w swojej szkole. Przyznam, że edukacja z początku nie była tym celem, który sobie założyłem, lecz będąc nauczycielem przez te wszystkie lata, nie czuję się wypalony. Praca daje mi ogromną satysfakcję. Ciągłe czuję, że muzyka odgrywa dla mnie ważną rolę i staram się rozwijać w tej dziedzinie w miarę moich możliwości. Jednym z najważniejszych kroków milowych w moim dążeniu do celu było rozpoczęcie pracy nad projektem o nazwie "Independent". Jest to projekt w którym samodzielnie tworzę utwory w stylu zbliżonym do muzyki filmowej z elementami improwizacji.

W przyszłości planuję zebrać materiał i zespół by móc grać wyjątkowe w swojej istocie koncerty.



## A CO Z POZOSTAŁYMI PASJAMI? ZNAJDUJESZ NA NIE CZAS?

**SzJ** Jeśli chodzi o pozostałe pasje to mam ich sporo. Co prawda większość mojego dnia poświęcam muzyce, ale od czasu do czasu znajduję chwilę, aby pojeździć na deskorolce, czy poświęcić się grafice komputerowej. Zwykle wracam z pracy dość późno lecz nie przeszkadza mi to, abym wieczorem wyciągnął teleskop i spojrział w gwiazdy.

## JAKIE CECHY POWINIEN POSIADAĆ POCZĄTKUJĄCY MUZYK? JESTEŚ W STANIE NA POCZĄTKU NAUKI STWIERDZIĆ, CZY DANY UCZEŃ BĘDZIE DOBRYM MUZYKIEM?

**SzJ** Wśród początkujących muzyków często pojawia się stwierdzenie, że mają słabe poczucie rytmu, że nie słyszą, czyli potocznie mówiąc, "stoń na ucho nadepnął". Jest to jednak rzecz często mylna, gdyż nie zdają sobie wtedy jeszcze sprawy, jak wiele rzeczy człowiek jest w stanie się nauczyć przy odpowiednim warsztacie. Jeśli więc miałbym wskazać najważniejsze cechy dobrego ucznia, powiedziałbym, że jest to cierpliwość, wytrwałość w dążeniu do celu i dyscyplina. Ciężko jednak ocenić już na początku, czy dany uczeń będzie tym uzdolnionym, czy też nie. To wszystko wychodzi dopiero z czasem i jest zależne tylko i wyłącznie od niego.

## SKĄD POMYSŁ NA ORGANIZOWANIE JAM SESSION POD BASZTĄ? MÓGŁBYŚ POWIEDZIEĆ JAK MUZYCY I MUZYCZKI MOGĄ DOSTAĆ SIĘ NA WASZĄ SCENĘ?

**MK** W pewnym momencie swojego rozwoju dość intensywnie zacząłem myśleć o tworzeniu różnych projektów. Chciałem komponować, nagrywać, grać koncerty z zespołami. Pewnego dnia rozmawiałem z Irkiem Wołochem - ówczesnym właścicielem Kawiarni Baszta i zaproponowałem, aby spróbować zrobić tam imprezę w stylu jam session, by muzycy, których w okolicy ciągle przybywało (głównie za sprawą szkoły Adama Fulary), mogli na luzie spotkać się i pograć razem w przyjemnej atmosferze. Z definicji jam session to luźne ogrywanie improwizowanych utworów przez muzyków, którzy niekoniecznie grali już wcześniej razem. Już niewiele później doszło do pierwszego wydarzenia w naszej Baszcie. Impreza ta została tak ciepło przyjęta, że zacząłem organizować ją cyklicznie, co miesiąc. I tak trwa do dziś ciesząc się dość sporym zainteresowaniem nie tylko wśród muzyków. Improwizacja to trudne rzemiosło, którego uczymy w naszej szkole. Jednak, by każdy muzyk który czuje się na siłach mógł wejść i pograć z innymi, zdecydowałem się na małą modyfikację struktury tej imprezy. Wydarzenie podzielone jest na dwie części, część improwizowaną, czyli klasyczne jam session oraz część, w której ogrywane są wcześniej zgłoszone utwory. Zapraszam na grupę na Facebooku „Jam Session w ostrzeszowskiej kawiarni Alchemik”, która poświęcona jest organizacji jam session. To właśnie tam wszyscy mogą zgłaszać swoje propozycje utworów i dołączyć do nas!

**DZIĘKUJEMY ZA ROZMOWĘ I TRZYMAMY KCIUKI ZA SPEŁNIENIE WSZYSTKICH MUZYCZNYCH PLANÓW. A WAS DRODZY MIESZKAŃCY\_NKI SERDECZNIE ZAPRASZAMY NA JAM SESSION, ZARÓWNO W ROLI MUZYKÓW, JAK I SŁUCHACZY.**



# OSTRZESZOWSKIE STOWARZYSZENIE PIAST

**O**strzeszowskie Stowarzyszenie Sportowe PIAST powstało w 2005 roku i skupia wokół siebie osoby uprawiające amatorsko tenis ziemny oraz badminton. Poza umiejętnościami sportowymi, zawodników i zawodniczki OSS Piast poznamy także po wartym podziwie zaangażowaniu, charyzmie i pasji. We wrześniu 2022 roku w Zespole Szkolno-Przedszkolnym w Ostrzeszowie odbyła się kolejna już edycja Amatorskiego Turnieju Badmintona, która zgromadziła na hali sportowej drużyny pasjonatów tego sportu z całej Polski.

Z okazji kolejnego sukcesu ostrzeszowskiego PIASTA zaprosiliśmy do wywiadu Mariusza Kałużnego - Dyrektora ds. Sportowych OSS, który opowiedział nam o planach Stowarzyszenia i podał złotą receptę na wykonanie pierwszego, sportowego kroku.

## BADMINTON TO NIE JEDYNA PANA PASJA SPORTOWA, PROSZĘ POWIEDZIEĆ JAK SIĘ ZACZĘŁA PANA PRZYGODA ZE SPORTEM?

**MK** To temat rzeka, na pewno zanudzi każdego, kto nie jest pasjonatem sportu. Może powiem, że interesuje mnie każdy sport gdzie uzyskany wynik jest zależny tylko i wyłącznie od człowieka.

„Bo sport dla mnie to głównie walka z samym sobą i pokonywanie własnych słabości. A że każdy z nas ma jakąś granicę, to uważam, że sport jest idealny dla każdego.

## STOWARZYSZENIE ROZWIJA SIĘ Z ROKU NA ROK CORAZ PRĘŻNIEJ, DZIECI PRZYBYWA, SKĄD POMYSŁ NA TAKĄ INICJATYWĘ?



**MK** Stowarzyszenie rozwija się dzięki ludziom. Każde wydarzenie, które organizujemy możliwe jest dzięki zaangażowaniu wielu osób pomagających w pracy lub wspomagających finansowo. Jeśli chodzi o dzieci to oczywiście jest ich bardzo dużo, to nasza przyszłość. Staramy się je wprowadzać powoli w sport ale... Piast to nie tylko dzieci. Osoby 30, 40, 50 czy nawet 60+ również mają swoje marzenia sportowe i plany. Dla wszystkich znajdzie się u nas miejsce. A pomysł na takie działanie? Myślę że powstał wtedy, kiedy Pan Antoni Wodniakowski przekazał teren, na którym dziś mieści się Piast Ostrzeszów, na rzecz Towarzystwa Gminastycznego Sokół. 100 lat temu Pan Wodniakowski zrobił coś fajnego dla Ostrzeszowa, a my staramy się tego nie zepsuć, chciał żeby tereny służyły rozwojowi kultury fizycznej i tak jest do dziś.

## BADMINTON TO NIE JEDYNA DYSCYPLINA, KTÓRĄ MOŻNA TRENOWAĆ Z WAMI, ALE WYDAJE SIĘ NAJPROSTSZĄ, BO KAŻDY Z NAS KOJARZY GRĘ Z PODWÓRKA. CZY TO ŻŁUDNE PRZEKONANIE?

**MK** Stowarzyszenie Piast Ostrzeszów zajmuje się popularyzowaniem na każdym poziomie umiejętności tenisa ziemnego i badmintona. Faktycznie badminton na podstawowym poziomie jest łatwiejszy do gry. I to, że każdy pamięta go jako formę zabawy w niczym nie przeszkadza. Wręcz jest idealnym startem do nowej sportowej przygody w życiu.

## O TYM, ŻE SPORT I W OGÓLE AKTYWNOŚĆ JEST WAŻNA W NASZYM ŻYCIU, NIE TRZEBA NIKOGO PRZEKONYWAĆ, PROSZĘ POWIEDZIEĆ - PODAĆ ZŁOTĄ RECEPTĘ NA START. JAK ZACZĄĆ ŻEBY SIĘ NIE ZNIECHĘCIĆ?

**MK** Start jest banalnie prosty... wystarczy znaleźć 1 osobę zakreconą na punkcie sportu podobnie do nas i najlepiej na podobnym poziomie sportowym. To zupełnie wystarczy na początek. Po jakimś czasie okaże się że takich osób jest mnóstwo, na różnych poziomach i zawsze znajdzie się ktoś chętny do gry.



## ZA WAMI ŚWIETNIE ZORGANIZOWANY III OGÓLNOPOLSKI TURNIEJ BADMINTONA. GRATULUJEMY I PROSIMY O WIĘCEJ. PODZIELI SIĘ PAN Z NAMI TYM, JAKIE WYZWANIA STOJĄ PRZED CAŁYM STOWARZYSZENIEM W NAJBLIŻSZYCH MIESIĄCACH?

**MK** Dziękujemy za miłe słowa. Jeśli chodzi o plany... Liga Badmintona dzieci i dorosłych, Liga Singlowa Tenisa Ziemnego, Liga Deblowa Tenisa Ziemnego, turnieje deblowe z 20 letnią tradycją czyli Mikrob CUP i GFM CUP. Nowość z tego roku czyli turnieje dla profesjonalnych tenisistów z całej Polski Trasko Pro oraz Plettac Pro. Turnieje o Puchar Burmistrza MiG Ostrzeszów i o Puchar Starosty Ostrzeszowskiego. Oczywiście 4 Turniej Ogólnopolski Amatorski Badmintona. Na bieżąco o naszych działaniach można poczytać na stronie: [www.piastrzeszow.pl](http://www.piastrzeszow.pl).

**DZIĘKUJEMY ZA ROZMOWĘ. TO BARDZO WAŻNE CO PAŃSTWO ROBICIE DLA NASZEGO MIASTA, DLA NASZYCH MIESZKAŃCÓW MŁODSZYCH I STARSZYCH W STREFIE AKTYWNOŚCI SPORTOWEJ. TO FAKT, ŻE OSTRZESZÓW MA SILNE KORZENIE SPORTOWE I CIESZY NAS, ŻE TE TRADYCJE SĄ KONTYNUOWANE I TAK WIELU MIESZKAŃCÓW CZERPIE Z NICH INSPIRACJĘ I RADOŚĆ.**

