

Szanowni Czytelnicy!

Oddajemy dzisiaj w Wasze ręce SETNY NUMER naszej, osiedlowej gazety.

W 1999 roku, kiedy zrodził się pomysł powołania jej do życia, nosiła tytuł: „Biuletyn Informacyjny Spółdzielni Mieszkaniowej im. Jana Zamoyskiego”. Dziesięć lat później, ówczesny zespół redakcyjny dodał do tego jeszcze dwa słowa „Głos Osiedla” i tak jest do dzisiaj.

Zespoły redakcyjne się zmieniały, ale w ciągu tych lat nie zmieniła się idea gazety, którą jest informowanie mieszkańców o tym, co dzieje się w Spółdzielni, jakie ma problemy i jakie sukcesy. Oprócz tego - „trochę zdrowia”, „trochę kultury”, jakiś wywiad, felieton i zawsze: piękny obrazek na pierwszej stronie i „sąsiad z pasją” na ostatniej.

Niektórzy czytelnicy narzekają na nadmiar reklam, ale to dzięki nim gazeta jest bezpłatna.

Dziękujemy wszystkim za tych 20 lat i 99 przeczytanych numerów z nadzieją, że ten SETNY i każdy następny, spełnią Państwa oczekiwania.

Biuletyn Informacyjny Spółdzielni Mieszkaniowej im. Jana Zamoyskiego w Zamościu

Rok 1 Nr 1/99 (dwumiesięcznik)
15 x 1999



Jan Zamojski. Drewnoryt z 1600 r.

Proponujemy Państwu „Biuletyn Informacyjny Spółdzielni Mieszkaniowej im. Jana Zamoyskiego w Zamościu”. Ukazywać się on będzie początkowo jako dwumiesięcznik.

Decyzję o nim się pytano „po co”, czy jest nam potrzebny? W naszym przekonaniu tak. Głównym zadaniem informacji o tym co dzieje się w Naszej Spółdzielni, jakie są problemy, powodzi czy awaryjności, aby Państwo byli szerzej informowani o zdarzeniach występujących na terenie naszej Spółdzielni. Są to informacje o: „Ktoś Radę”, „Z prac Rady Nadzorczej”, „Z prac Zarządu”, „Rada prawny dzień”, „Mamy nadzieję na uspokojenie się w. Planie to skutecznego zarządca” naszymi pracownikami Zarządu są również spółdzielni i mieszkańcy i lepiej porozumieć się w sprawie proble-

Zamierzamy wydawać biuletyn w formie prasowej i biuletyn w formie elektronicznej.

Gazeta nie ma jeszcze tytułu. W tym miejscu proponujemy tytuł: „Głos Osiedla”. Proponujemy również w skrócie: „Głos Osiedla” do 15-go listopada br. Zwracamy uwagę na to, że w tym czasie nie ma jeszcze tytułu.

W naszej gazecie - gazetka w ulce będzie Państwa biuletyn. Nie jest to biuletyn - w naszym rozumieniu jest to biuletyn - w naszym rozumieniu jest to biuletyn - w naszym rozumieniu jest to biuletyn.

Problemy z energią ciepłą i jej rozliczeniem były w naszej Spółdzielni można powiedzieć „od zawsze”. Trudno się dzisiaj jest to przecież znaczącą pozycją w naszych wydatkach domowych.

Trochę historii: Początkowo rozliczanie z PEC /a właściciel WPEC/ pracownik Spółdzielni i ona obciążała członków Spółdzielni. W pewnym momencie doprowadziło to do kolosalnych długów naszej Spółdzielni, których reperkusje ciągną się do dnia dzisiejszego /słynna sprawa z bankiem w Rospinie/.

„POTYCZKI“ z PEC-em

W 1995r. zostało podpisane porozumienie na mocy którego WPEC/PEC/ z Spółdzielni. W tym miejscu należy zaznaczyć, że my pożyliśmy się w tym czasie PEC na dzisiaj należności, których nie możemy spłacić. Niestety w marcu br. Według nowych przepisów PEC zawyżona, umowy z właścicielami budynków - czyli mieszkańcami. Na tej podstawie zostało wypowiedziane Spółdzielni w lipcu br. Podstawy energii ciepłej. Państwo takim wypowiedzenia umów dostaliście z końcem września. Zaszła tu pewna nieścisłość. Niekiedy umowy zawieraliśmy 30 dniowy termin.

Jednocześnie, zgodnie z nowym prawem energetycznym dystrybutor ciepła ściągając należności z tytułu dostawy energii ciepłej w Zamościu złożył oferty zarządcy takiej umowy z naszą Spółdzielnią. Obecnie trwają rozmowy nad szczegółowymi zapisami. Sprawdzają się one do ustalenia zobowiązań Spółdzielni do pomocy w ściąganiu należności.

Należy w tym miejscu przypomnieć, że opłaty za energię ciepłą traktowane są teraz tak jak opłaty czynszowe.

Druga umowa jaka obecnie jest negocjowana jest umowa na dostawę ciepła do zabobów - Spółdzielni. Tutaj rozmowy prowadzimy wspólnie z zarządcą /ze Spółdzielnią im. W. Łukaszewskiego i Zakładem Gospodarki Lokalowej/.

Główne kwestie sporne to miejsce pomiaru ciepła oraz zapisu czy cena tarfy maksymalna. Rozmowy są o tyle trudne, że Energetycy jako dostawca są monopolem i trudno się z nimi rozmawiać gdy zamyka zagłąda nam za kółkiem. Mamy nadzieję, że w przyszłości rozmowy takie będą się odbywały w chwili ustalania taryfy i nie będziemy stawiani przed faktami dokonanyymi.

O przepisie

Par Przewodzący Spółdzielni chociaż rano wstaje

Dużo obawia się, ale mało daje

Nie chce podejmować dużego ryzyka

Bo mu się w kryzysie bilans nie zamknie.

Nic nam już Pan Przewodzący nie da na zachęty

przepisy.

Kupujemy więc herbaczkę za swój własny ranty

biuletyn.

Wacław Baj



100. numer
20 lat z Głosem Osiedla



**Kolejny etap dla mieszkańców osiedla niebieskiego
(zad. II PR – 5) dużej termomodernizacji
w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego dla Województwa Lubelskiego.
Przetargi trwają.**

WALNE ZGROMADZENIE CZŁONKÓW SPÓŁDZIELNI MIESZKANIOWEJ IM. JANA ZAMOYSKIEGO W 2019 ROKU PODSUMOWANIE

W dniach od 3 do 7 czerwca 2019 roku odbyło się Walne Zgromadzenie Członków naszej Spółdzielni podzielone na 5 części. Wszystkie części Walnego Zgromadzenia przeprowadzono zgodnie z opracowanym harmonogramem. W dniu 11 czerwca 2019 roku odbyło się posiedzenie Kolegium składającego się z poszczególnych Przewodniczących i Sekretarzy wszystkich części Walnego Zgromadzenia. Celem Kolegium było ustalenie wyników głosowania poszczególnych uchwał. Zbiorcze zestawienie uchwał zostało podane do wiadomości wszystkim Członkom Spółdzielni poprzez wywieszenie informacji na tablicach ogłoszeń na klatkach schodowych. Członkowie obecni na Walnym Zgromadzeniu pozytywnie ocenili działalność Zarządu i Rady Nadzorczej za rok 2018. Sprawozdanie Zarządu i Rady Nadzorczej oraz sprawozdanie finansowe Spółdzielni zostały zatwierdzone, a poszczególni członkowie Zarządu otrzymali absolutorium. Przewodniczący Rady Nadzorczej zapoznał członków obecnych na Walnym Zgromadzeniu z wynikami lustracji pełnej przeprowadzonej w Spółdzielni za lata 2015-2017 oraz przedstawił wniosek polustracyjny, który brzmi: „Spółdzielnia powinna podjąć działania, by członkowie wnosili miesięczne opłaty na pokrycie kosztów działalności społecznej i oświatowo-kulturalnej prowadzonej przez Spółdzielnię na rzecz mieszkańców”.

Jako uzupełnienie wniosku polustracyjnego pani Dorota Nowosad – koordynator ds. działalności społecznej i oświatowo-kulturalnej przedstawiła formy działalności, jakie w tym zakresie prowadzi Spółdzielnia. Formy działalności społecznej i oświatowo-kulturalnej adresowane są do wszystkich grup wiekowych mieszkańców (dzieci, młodzież, dorośli oraz seniorzy). Informacje dotyczące prowadzonych form działalności znajdują się w każdym numerze naszego kwartalnika.

Wniosek polustracyjny został przyjęty przez członków na wszystkich częściach Walnego Zgromadzenia, a jego realizację powierzono Zarządowi i Radzie Nadzorczej. Miejscem Walnego Zgromadzenia był Osiedlowy Dom Kultury „Okrągłak”. Czas trwania każdej części nie przekroczył 3 godzin. Wszystkie podejmowane przez mieszkańców w czasie dyskusji zagadnienia były na bieżąco wyjaśniane, a zgłaszane do realizacji prace przekazane zostały do realizacji odpowiednim służbom. Na Walnym Zgromadzeniu nie zostały złożone żadne wnioski, które należałoby rozpatrywać na kolejnym Walnym Zgromadzeniu.

Protokoły ze wszystkich części Walnego Zgromadzenia znajdują się w siedzibie Spółdzielni i są dostępne do wglądu dla wszystkich jej członków.

Zarząd Spółdzielni

PÓŁMETEK

Realizacja projektu dużej termomodernizacji w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Lubelskiego obejmująca osiedla zielone i niebieskie, jest już w połowie harmonogramu jaki został przewidziany dla zadań w branży budowlanej i instalacyjnej.

Na osiedlu zielonym, budynki mieszkalne 48, 50, 52, 56, 58 i 60 posiadają już nowe uruchomione węzły ciepłownicze wyposażone w wymienniki kompaktowe dwufunkcyjne (c.o. i c.w.u.). W kanałach instalacyjnych zbiorczych (przełazowych) wymieniono sieć rur o niskich parametrach na rury z czynnikiem grzewczym o wysokich parametrach. Tym samym stary węzeł grupowy (wymyślnikownia na zielonym) przestał funkcjonować. Oferty na zagospodarowanie budynku - mile widziane!!! Aktualnie trwa przetarg na wyłonienie wykonawców do takich samych prac na osiedlu niebieskim.

Półmetek osiągnęły również prace budowlane: dociepleniowe, remontowe balkonów, modernizacja kominów na dachu. Na ukończeniu są budynki 50, 52, 58, 60. Budynek nr 48 ukończony będzie w połowie 2020 roku. Problemem dla wykonawcy są zmagania z istniejącymi zabudowaniami balkonów, z którymi trudno jest się rozstać właścicielom mieszkań oraz zmagania z aurą. Tegoroczny sezon obfituje w skrajne warunki atmosferyczne – ulewne deszcze i wysokie temperatury, które wstrzymują wykonywanie niektórych prac, zgodnie z wymaganiami technologicznymi.

Prace termomodernizacyjne na osiedlu niebieskim rozpoczną się jeszcze w tym roku, po rozstrzygnięciu trwającego przetargu.

Edward Typiak
Inspektor Nadzoru Budowlanego



PR – 5 KONKURENCJA DLA STARÓWKI

24.07.2019 r. gościliśmy architektów, konstruktorów, projektantów zieleni, instalatorów, pracowników naukowych i studentów z różnych miast akademickich w Polsce.

Organizatorem wycieczki był Wydział Budownictwa i Architektury Politechniki Lubelskiej w ramach programu warsztatów pod nazwą: „Osiedla – powrót do przyszłości” oraz Muzeum Osiedli Mieszkaniowych w Lublinie. Przyjechali, żeby zobaczyć osiedle im. Jana Zamoyskiego, które powstało w ramach historycznego programu rządowego z ubiegłego wieku, zwanego w skrócie PR – 5. Uczestnicy zapoznali się z założeniami projektowymi tego osiedla, z praktycznym jego funkcjonowaniem, z przestrzenią kubaturową budynków wielorodzinnych, z przestrzenią ukształtowania terenu, zieleni i obiektów towarzyszących (szkoły, przedszkola, powierzchnie handlowe, garaże, place zabaw).

Z dużym zainteresowaniem obejrzeli czynne i działające „kanały zbiorcze” instalacyjne (tzw. przełazowe) przebiegające pod całym osiedlem. Ocenili je jako ciekawostkę w skali krajowej. Przebieg zwiedzania dokumentowany był przez uczestników zdjęciami fotograficznymi o wysokich walorach artystycznych i jakościowych, które można obejrzeć na stronie internetowej www.smjz.zamosc.pl. Zaskoczeniem dla zwiedzających było także rzetelne odtworzenie na osiedlu, w stosunku do projektów budowlanych, zagospodarowanie przestrzeni, rzeźby i ukształtowania terenu, utrzymania różnorodności zieleni. Takie przypadki w Polsce są rzadkością, ponieważ deweloperzy i zarządcy nieruchomości dążą do zagęszczania swoich terenów budynkami mieszkalnymi lub handlowymi kosztem zieleni, placów zabaw, korytarzy przestrzennych do przewietrzania osiedli.

Zdaniem zwiedzających, spośród wielu osiedli mieszkaniowych z elementów prefabrykowanych wielopłytkowych realizowanych w Polsce w latach 70-80 ubiegłego wieku, osiedle to charakteryzuje się wyjątkowymi walorami.

Uczestnicy wycieczki zachwyceni byli tym, co zwiedzili i zobaczyli, doceniając jednocześnie działania zarządcy osiedla, który dokłada wszelkich starań w celu modernizacji, rewitalizacji i utrzymywania standardów użytkowych budynków (termomodernizacja, kolektory słoneczne, ciągi piesze, budki lęgowe dla ptaków), w czym i ja, oprowadzający gości, miałem swój skromny udział.

Edward Typiak
Inspektor nadzoru budowlanego



ENERGIA CIEPLNA – PRODUCENT, DOSTAWCA I ODBIORCA

Nasza Spółdzielnia Mieszkaniowa im. Jana Zamoyskiego w Zamościu energię ciepłą dla potrzeb centralnego ogrzewania i centralnej ciepłej wody kupuje od producenta i dostawcy, którym jest Spółka z o.o. Veolia Wschód w Zamościu. Łączne zapotrzebowanie Spółdzielni – moc zamówiona wynosi 17,5 MW, przy czym dla potrzeb centralnego ogrzewania jest to 14,4 MW. Corocznie po każdym sezonie grzewczym informujemy w wiosennym wydaniu Głosu Osiedla o ilości i kosztach energii, którą Państwo zużyliście w swoich mieszkaniach i za którą to energię też zapłaciliście w danym sezonie grzewczym. Poniżej przedstawiamy krótką analizę zużycia i kosztów energii ciepłej w zasobach Spółdzielni w formie tabeli. Od 2009 roku ogólnie dla poszczególnych grup taryfowych cena zakupu wzrosła ok. 32 %.

SEZON GRZEW CZY	ZUŻYCIE ENERGII CIEPLNEJ GJ	KOSZT ENERGII CIEPLNEJ ZŁ	ZUŻYCIE ENERGII CIEPLNEJ GJ/m ²	KOSZT ENERGII CIEPLNEJ zł/1m ² /m-c
2009/2010	126 907,4	7 697 299,77	0,60	3,04
2010/2011	116 545,9	6 994 016,38	0,55	2,76
2011/2012	105 856,0	6 598 282,65	0,50	2,60
2012/2013	104 720,0	6 760 301,38	0,49	2,66
2013/2014	91 245,8	6 143 302,61	0,43	2,43
2014/2015	87 537,2	6 075 817,27	0,43	2,42
2015/2016	85 071,8	5 886 326,54	0,40	2,32
2016/2017	95 842,8	6 101 855,35	0,45	2,41
2017/2018	87 882,8	5 743 652,05	0,41	2,28
2018/2019	87 244,0	5 956 089,98	0,41	2,35

W celu złagodzenia kosztów, które Państwo ponosicie za ogrzewanie mieszkań i ciepłą wodę, stale wykonujemy różne prace inwestycyjne i remontowe, by nasze budynki były bardziej energooszczędne i by koszt podgrzania wody był niższy. Ktoś zada pytanie „Czy to się opłaca? – inwestycje i remonty też kosztują”. Naszym zdaniem – tak. Remonty są i tak konieczne, tak samo jak energia ciepła. Analizując zużycie i koszty energii ciepłej ostatniego sezonu grzewczego 2018/2019 w stosunku do sezonu 2009/2010, stwierdzić należy, że jako Spółdzielnia Mieszkaniowa zużyliśmy o 39.663,4 GJ (czyli o ponad 30%) mniej. Takie zmniejszenie zużycia energii ciepłej spowodowało także zmniejszenie na terenie naszego miejsca zamieszkania emisji gazów (dwutlenku siarki, tlenków azotu, tlenku węgla, chlorowodoru, benzopirenu,

furanów, dioksyn) i pyłków (PM 2,5 i 10). Zaoszczędzona ilość energii ciepłej poprzez różne działania energooszczędne w naszych budynkach i instalacji w sezonie 2018/2019 spowodowała, że nie zużyliśmy ok. 2000 ton węgla tj. o 33 wagony 60-tonowe mniej niż w sezonie 2009/2010.

Do wszelkich działań energooszczędnych pozyskaliśmy z różnych możliwych źródeł dofinansowanie zewnętrzne na poziomie ponad 10.000.000 zł.

Obecnie od 01.09.2019 rok następuje kolejna podwyżka cen energii ciepłej, którą Państwu przedstawiamy. W stosunku do ostatnich obowiązujących cen energii ciepłej z 14.12.2018 r. jest to wzrost o 13%. Jest to bardzo duży wzrost cen. *Szczegóły, na następnej stronie, w piśmie od Veolia Wschód Sp. z o.o. dotyczącym zmiany cen energii ciepłej od 1 września 2019r.*

Z przykrością Państwa informujemy, że ta podwyżka energii ciepłej dla większości budynków będzie musiała być wprowadzona, tyle że nie w takiej wysokości, ponieważ

w okresie wiosny i lata 2019 roku zostały wykonane prace energooszczędne. Szczególnie dużo prac zostało wykonanych na osiedlu tzw. „zielonym” przy ul. Jana Zamoyskiego od numerów administracyjnych 48 do 60 tj. 7 budynków. Tak jak wcześniej Państwa informowaliśmy z Regionalnego Programu Operacyjnego dla Sektora Mieszkaniowego Działanie 5.3, na osiedla „zielone” i „niebieskie” pozyskaliśmy łącznie 5.800.000 zł. środków finansowych. Obecnie trwa procedura przetargowa na prace na osiedlu „niebieskim” dotycząca 10 budynków. Prace będą wykonywane w latach 2020 – 2021.

Na osiedlu „zielonym” poprzez działania inwestycyjne ogólne w ciągu 1 roku zmniejszy się ilość spalonego węgla o ok. 450 ton – tj. o prawie 8 wagonów.

Powyższe informacje o energii ciepłej przedstawiamy

Państwu do dyskusji i oceny tego, co robimy w ostatnich latach oraz jak postępuje producent i dostawca energii cieplnej VEOLIA Wschód Sp. z o.o.

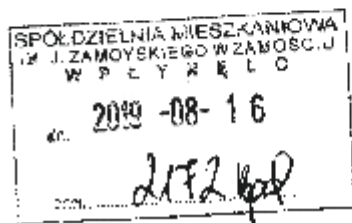
Zarząd Spółdzielni Mieszkaniowej
im. Jana Zamoyskiego w Zamościu.



GK
18.08.2019 H

Veolia Wschód Sp. z o.o.
22-400 Zamość ul. Hrubieszowska 173,
Tel.+48 84 639 64 41, KRS 000048485
NIP: 822-09-03-486, REGON: 980016528,
- 8 -

SM IM. JANA ZAMOYSKIEGO
ul. WYSZYŃSKIEGO 50 B
22-400 ZAMOŚĆ



Zamość, 2019-08-14 r.
VWSD/ZZ /1-1393/ 2019

Sprawa: Zmiany cen ciepła od dnia 1 września 2019 roku.

Niniejszym informujemy, że Decyzją Prezesa Urzędu Regulacji Energetyki Nr OLB.4210.9.2019.AWR z dnia 9 sierpnia 2019 roku wprowadza się zmiany taryfy dla ciepła Veolia WSCHÓD Spółka z o.o. z siedzibą w Zamościu. Taryfa została opublikowana w Dzienniku Urzędowym Województwa Lubelskiego z dnia 12 sierpnia 2019 roku, poz. 4715.

W związku z powyższym, Veolia Wschód Spółka z o.o. z siedzibą w Zamościu od dnia 1 września 2019 r. wprowadza do rozliczeń z Odbiorcami ciepła, ceny i stawki opłat ustalone zgodnie z ww. taryfą dla ciepła. Ustalane w taryfie ceny i stawki opłat nie zawierają podatku od towarów i usług VAT. Podatek VAT nalicza się zgodnie z obowiązującymi przepisami.

1. Wysokość cen i stawek opłat dla grup odbiorców w Zamościu

Grupa odbiorców	Cena za zamówioną moc cieplną [zł/MW]		Cena ciepła [zł/GJ]	Cena nośnika ciepła [zł/m ³]	Stawka opłaty stałej za usługi przesyłowe [zł/MW]		Stawka opłaty zmiennej za usługi przesyłowe [zł/GJ]
	roczna	rata miesięczna			roczna	rata miesięczna	
Grupa MC1	87312,39	7276,03	31,13	11,05	20456,22	1 704,69	8,96
Grupa MC2	87312,39	7276,03	31,13	11,05	30020,56	2 501,71	14,09
Grupa MC3	87312,39	7276,03	31,13	11,05	25383,58	2 115,30	9,97
Grupa MC4	87312,39	7276,03	31,13	11,05	33708,47	2 809,04	13,00

CZŁONEK ZARZĄDU
Dyrektor ds. Technicznych
Marek Schmidt

O ŚMIECIACH TYPOWYCH I NIETYPOWYCH

Piszemy o tym ciągle, a i tak jest wielu mieszkańców, którzy lekceważą obowiązki wynikające z przepisów prawa. Stale obserwujemy worki z odpadami z mieszkań pozostawione przy osiedlowych koszach na śmieci, pod drzwiami zsyków, przy /a nie w / kontenerach na śmieci. Komentarza to nie wymaga.

Każdy z nas jest zobowiązany do segregacji odpadów z naszych gospodarstw domowych. Wystarczy rozejrzeć się wokół śmietników na osiedlach, aby stwierdzić, że nie wszystko jest w porządku.

Wiele osób segreguje odpady. Ale dlaczego problemem jest zgniecenie plastikowej butelki po to, aby w koszu na plastiki zajęła mniej miejsca? Opróżnienie takiego pojemnika to są koszty – częściej musi przyjechać samochód – obsługa ludzi, paliwo, itp. Mówi się o czekających nas znacznych podwyżkach opłat za gospodarowanie odpadami; zachowania mieszkańców też mają na to wpływ.

A problem odpadów wielkogabarytowych?

Przypominamy, że zgodnie z obowiązującą ustawą o utrzymaniu czystości i porządku w gminach każdy mieszkaniec zobowiązany jest prowadzić selektywną zbiórkę odpadów komunalnych. Wyznaczono na terenie miasta dwa punkty selektywnej zbiórki odpadów wielkogabarytowych (mebli, zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego, odpadów budowlanych i rozbiórkowych, opon, itp.): przy. ul. Męczenników Rotundy 2 / tel. 84 616 92 77 do 79/ i AL. 1-go Maja 16 / tel. 693 421 289/. Tam odbierane są od mieszkańców takie odpady nieodpłatnie, ale każdy mieszkaniec ma obowiązek dostarczyć je we własnym zakresie i na własny koszt. Można tam nieodpłatnie wypożyczyć przyczepkę, aby je łatwiej przetransportować.

Poprzez system monitoringu coraz częściej udaje nam się zidentyfikować lokatorów, który postępują w tym zakresie niezgodnie z przepisami, pozostawiając wielkogabarytowe odpady pod zsykami, śmietnikami. Muszą to oczywiście uprzątnąć na własny koszt. Kamery w pobliżu śmietników montuje również Miasto. Są zamontowane także na naszych osiedlach. Zapisem z tych kamer zajmuje się Straż Miejska, „nagradzając” mandatami lekceważących obowiązki.

Pozostawianie odpadów wielkogabarytowych przy śmietnikach powoduje konieczność wywiezienia ich przez Spółdzielnię, a koszty ich usunięcia wówczas ponoszą wszyscy mieszkańcy w opłacie eksploatacyjnej.

Danuta Domańska

OPŁATY EKSPLOATACYJNE DLA LOKALI MIESZKALNYCH

Ostatnia regulacja wysokości opłat eksploatacyjnych miała miejsce w większości budynków mieszkalnych w listopadzie 2011 roku.

Bieżący i następny rok niesie podwyżki kosztów usług. Wzrost minimalnego wynagrodzenia za pracę w wysokości 76% w latach 2011-2019 spowodował wzrost cen zarówno materiałów, jak i usług. W ostatnich latach wg GUS wynagrodzenia wzrosły o 6-7 % przy coraz bardziej odczuwalnym braku osób chętnych do pracy. Presja wzrostu wynagrodzeń wpływa na wzrost kosztów usług. Wzrosły ceny energii elektrycznej, paliwa, co również wpłynęło na wzrost cen usług. Z uwagi na wzrastające koszty robocizny wzrosły także koszty konserwacji i przeglądów budynków. Pomimo corocznej minimalizacji wydatków, koszty administracji i zarządzania również wzrosły.

Opłata na pokrycie kosztów eksploatacji jest zróżnicowana dla poszczególnych nieruchomości zgodnie z art. 4 oraz art. 6 Ustawy o spółdzielniach mieszkaniowych. Na poziom ponoszonych kosztów ma wpływ wiele czynników, w tym między innymi: charakterystyka poszczególnych nieruchomości, indywidualne potrzeby mieszkańców (np. wykonane zjazdy na wózki, balustrady oraz miejsca na stojaki na rowery, instalacje systemów kominowych), koszty wynikające bezpośrednio z obowiązujących przepisów, jak również opłaty publiczno - prawne czy rzeczywiste ceny usług na rynku, na które Spółdzielnia nie ma wpływu. Należy jednak podkreślić, że opłaty na lokale mieszkalne kalkulowane są w oparciu o realnie ponoszone koszty i nie zawierają elementu zysku Spółdzielni. Opłaty za lokale mieszkalne są zróżnicowane między poszczególnymi nieruchomościami, ponieważ istnieją różne warunki funkcjonowania tych budynków, wpływające na poszczególne elementy kalkulacji opłat.

Obowiązujące w 2019 r. stawki opłat w nieruchomościach mieszkalnych nie pokrywają w pełni kosztów ponoszonych przez Spółdzielnię na eksploatację i utrzymanie nieruchomości mieszkaniowych, gdzie zmiany opłat dokonywane były w latach 2011 i 2015, a w szczególności w roku 2011. W obecnej sytuacji przy takim wzroście kosztów Zarząd nie jest już w stanie zminimalizować kosztów w takim stopniu, żeby utrzymać stawki na obecnym poziomie, ponieważ to może odbić się negatywnie na jakości zarządzania nieruchomościami.

Opłaty wnoszone przez mieszkańców w ramach stawki opłat eksploatacyjnych przeznaczone są na pokrycie wydatków (kosztów) utrzymania i eksploatacji nieruchomości mieszkaniowych, terenów osiedlowych i obsługi administracyjnej, zarządzania, a w skład tych kosztów wchodzi;

- utrzymanie porządku i czystości nieruchomości mieszkaniowych i mienia Spółdzielni (ciągi pieszo-jezdne

i parkingi)
 - koszty odśnieżania,
 - koszty koszenia trawy i pielęgnacji zieleni,
 - koszty konserwacji budynków,
 - koszty obowiązkowych przeglądów okresowych budynków (wentylacyjne, budowlane, gazowe, elektryczne),
 - koszty ubezpieczenia budynków,
 - koszty odczytu wodomierzy,
 - koszty obsługi administracyjnej i zarządzania,
 - koszty obsługi księgowej,
 - koszty usług bankowych,
 - koszty usług telekomunikacyjnych,
 - podatek od nieruchomości części wspólnych,
 - koszty serwisu kolektorów słonecznych w budynkach, gdzie są one zainstalowane,
 - dezynsekcje i deratyzacje,
 - różne drobne naprawy i usługi, w tym; naprawa domofonów, inne drobne remonty na osiedlach itp. czynności wykonywane przez firmy zewnętrzne lub na umowę zlecenie.

Prognozowane na rok 2020 koszty utrzymania i eksploatacji nieruchomości budynkowych wykazują w niektórych pozycjach tendencję wzrostową, co przy utrzymaniu dotychczasowych stawek opłat eksploatacyjnych powodować będzie dalsze narastanie różnic pomiędzy ponoszonymi kosztami i naliczonymi opłatami na ich pokrycie.

Porównanie ponoszonych kosztów eksploatacji i utrzymania nieruchomości mieszkaniowych oraz uzyskiwanych (naliczanych) wpływów na ich pokrycie wg. aktualnych stawek opłat wskazują na konieczność urealnienia podstawowej stawki opłat dla lokali mieszkalnych w niektórych nieruchomościach, gdzie ujemne wyniki finansowe wskazują taką potrzebę.

Zarząd Spółdzielni Mieszkaniowej
 im. Jana Zamoyskiego w Zamościu.

BUDŻET OBYWATELSKI 2020 r.

Budżet Obywatelski przewiduje realizację przedsięwzięć, które podlegają konsultacji z mieszkańcami danych osiedli. To mieszkańcy decydują o wydatkowaniu określonej części budżetu Miasta Zamość.

Kwota z budżetu Miasta na 2020 r. przeznaczona na realizację projektów osiedlowych wynosi 1,6 mln zł dla każdego osiedla (a jest ich 16) została przypisana kwota 100 tys. zł.

W ramach osiedla Zamoyskiego zostały złożone 3 wnioski:

1. Budowa miejsc postojowych dla samochodów osobowych przy ul. Infułackiej i Hetmana Jana Zamoyskiego.

2. Plac parkingowy os. Zamoyskiego przy Szkole IV (Elektryk).

3. Plac zabaw dla dzieci.

Wybór danego projektu odbędzie się drogą tradycyjną tj wykorzystaniem karty do głosowania. Głosowanie w sposób tradycyjny dla os. Zamoyskiego odbędzie się w dniu 26.09.2019r. o godz. 1830 w Zespole Szkół Ponadgimnazjalnych przy ul. Zamoyskiego 62. Uprawnionemu mieszkańcowi przysługuje jeden głos, który może oddać wyłącznie na projekt osiedla, na którym zamieszkuje. To od nas zależy, który wniosek będzie realizowany. Dlatego też prosimy mieszkańców o wzięcie udziału w głosowaniu w dniu 26.09.2019 r.

Z doświadczenia ostatnich lat wynika, że udział mieszkańców naszego osiedla w głosowaniu nad wyborem projektu jest znikomy.

Bogumiła Nowosad
 Spec. ds. inwestycji i terenów

WYTNIJ I ZACHOWAJ !!!

ZARZĄD SPÓŁDZIELNI (sekretariat)	84 62 73 575
SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA (centrala)	84 62 73 606
	84 62 73 607 Fax. 222
ADMINISTRACJA OSIEDLA	84 62 73 915
ZAKŁAD REMONTOWO KONSERWACYJNY (zgłaszanie usterek 7-15)	84 638 94 90
DYŻURNY HYDRAULIK (po godz.15 oraz w soboty, niedziele i święta)	668 383 522
ZARZĄD OSIEDLA im. J. ZAMOYSKIEGO (przewodniczący)	692 636 883
POGOTOWIE ENERGETYCZNE	991
POGOTOWIE GAZOWE	992
POGOTOWIE DŹWIGOWE (całodobowa naprawa wind)	508 533 929
POLICJA	Tel. ALARMOWY 997 lub 84 62 70 947
STRAŻ POŻARNA	Tel. ALARMOWY 998 lub 84 638 60 01
STRAŻ MIEJSKA	Tel. ALARMOWY 986 lub 84 639 93 41
OSIEDLOWY DOM KULTURY „OKRAGŁAK”	84 62 73 775

O SPALARNI ODPADÓW W ZAMOŚCIU

W związku z licznymi pytaniami mieszkańców dotyczącymi planowanej budowy spalarni odpadów w Zamościu, poprosiliśmy członka zarządu Veolia Wschód Sp. z o.o. pana Romana Trzeźniowskiego o rozmowę:

1. Panie Prezesie, skąd powstał pomysł, by w Zamościu – mieście wpisanym na listę Światowego Dziedzictwa Kultury UNESCO powstała spalarnia śmieci?

Zacznijmy może od wyjaśnienia, że wpis na listę Światowego Dziedzictwa Kultury UNESCO nie wyklucza możliwości budowania tego typu instalacji. Takich przykładów mamy bardzo dużo, ale wystarczy, że podam dwa: Wiedeń i Padwa. Te miasta także są na liście UNESCO, a spalarnie działają tam od kilkudziesięciu lat. Wracając do spalarni w Zamościu, to sam pomysł jej budowy nie jest nowy i pojawił się już za kadencji Prezydenta Marcina Zamoyskiego. Został wpisany do przyjętego przez Radę Miasta Miejscowego Planu Zagospodarowania Przestrzennego w 2006 roku. Impulsem do powrotu do tego pomysłu stały się zmiany zarówno w zakresie polityki klimatycznej, jak i gospodarki odpadowej. Veolia, w ramach swojego wkładu w walkę ze zmianami klimatycznymi, podjęła zobowiązanie do zastąpienia produkcji ciepła z węgla przez ekologiczne źródła do 2035 roku. Jednym z rozwiązań jest właśnie budowa jednostek opalanych frakcją kaloryczną tzw. RDF. Z naszego punktu widzenia ważne też jest, żeby zapewnić stabilność cen ciepła, a rosnące ceny węgla i certyfikatów CO2 nam to uniemożliwiają. Na skutek zmian prawnych, których głównym celem było wyeliminowanie nielegalnych wysypisk, rosną też ceny odbioru śmieci. Prawdopodobnie w tym roku mieszkańców Zamościa czeka znacząca podwyżka opłat za odbiór odpadów. W tych warunkach powrót do pomysłu budowy spalarni był naturalnym rozwiązaniem. Spalarnia, przetwarzając lokalnie wytwarzaną frakcję termiczną odpadów, czyli RDF, będzie w stanie w sposób ekologiczny zapewnić trwałą stabilność cen odbioru śmieci i produkcji ciepła.

2. Jakie doświadczenie posiada koncern Veolia w budowie i eksploatacji takich spalarni?

Veolia jest ekspertem w kilku ważnych obszarach, takich jak zagospodarowywanie odpadów, recykling, dostawy wody i oczyszczanie ścieków oraz produkcja ciepła i energii elektrycznej. W ramach tych kompetencji Veolia jest także światowym liderem termicznego przekształcania odpadów. W 63 spalarniach przekształcamy kilkanaście milionów ton odpadów. Obecnie budujemy pierwsze spalarnie odpadów w Meksyku oraz w Australii.

3. Jakie odpady byłyby spalane?

Ten projekt musi mieć sens ekonomiczny zarówno dla nas, jak i mieszkańców. Dlatego podstawowym jego założeniem jest to, że będziemy spalać tylko pochodzącą z Dębowca tzw. frakcję kaloryczną (pre-RDF/RDF), czyli odpady resztkowe powstałe po sortowaniu odpadów komunalnych.

Odpady te nie nadają się do dalszego recyklingu z uwagi na zabrudzenia i można je jedynie spalić zgodnie z obowiązującymi przepisami. Frakcja kaloryczna pozbawiona jest części organicznych, więc nie emituje nieprzyjemnych zapachów. Wartościowe surowce, takie jak metale, papier, szkło i butelki PET zostały wcześniej wysortowane i przekazane do recyklingu. Obecnie nie można składować tej frakcji, a działające spalarnie i cementownie są w stanie przerobić jedynie 1/3 wytwarzanego RDF. Dlatego cena odbioru 1 tony pre-RDF czy RDF wynosi już nawet 700-800 złotych. Dębowiec płaci jeszcze jedyne 370 złotych, ale to się wkrótce zmieni. Pamiętajmy, że już ta kwota zmusza władze Zamościa do podwyżki cen odbioru odpadów.

4. Proszę o podanie definicji RDF i co może taki odpad zawierać (przykładowo).

RDF ma swoje tzw. kody odpadów definiujące, co może wchodzić w skład takich odpadów. W przypadku RDF są to folie, opakowania z tworzyw sztucznych, brudny papier, elementy drewniane, opakowania wielomateriałowe, kartony po napojach, pieluchy.

5. Jakie odpady zostają po spalaniu RDF-u i co mogą zawierać? Jaka jest procedura utylizacji tych odpadów?

Po spalaniu odpadów powstaje żużel w ilości około 20% ogólnej masy spalonych odpadów. Nie jest to odpad niebezpieczny i podobnie jak w przypadku odpadów po spalaniu węgla, jest zgodnie z prawem wykorzystywany do budowy dróg i autostrad. Veolia już dziś zagospodarowuje żużel ze spalarni odpadów w Poznaniu. Dodatkowo powstaje pył z oczyszczania spalin i jest to odpad niebezpieczny w ilości około 3 % ogólnej masy spalonych odpadów. Odpady niebezpieczne są gromadzone w szczelnych silosach na terenie spalarni, a następnie transportowane przez koncesjonowane firmy autocysternami do pustych kopalni soli w Niemczech, gdzie pyły są używane do zasypywania pustych kavern solnych.

6. Jakie „zapasy” paliwa (w tym przypadku śmieci) będą gromadzone przy spalarni i jak będą zabezpieczone – chodzi o szczególności o zapachy – szczególnie latem, oraz o gryzonie?

Nie przewidujemy wykorzystywać RDF z innego miejsca niż położony niedaleko Dębowiec, dlatego nie przewidujemy składowiska odpadów na naszym terenie. Spalarnia odpadów będzie jednak musiała magazynować na pewien czas zapasy. My planujemy magazynować zapasy pozwalające na nieprzerwaną pracę instalacji przez 5 dni. Jest to niezbędne ze względu na naturalne przerwy w dostawach np., podczas Świąt Bożego Narodzenia, Sylwestra czy długiego weekendu majowego. Instalacja będzie musiała mieć także zabezpieczone zapasy paliwa w przypadku dni wolnych, podczas których funkcjonuje zakaz transportu. W codziennym funkcjonowaniu odpady będą dostarczane na bieżąco, czyli transportem około 2-3 samochodów w dni robocze. Frakcja kaloryczna, która będzie spalana, jest pozbawiona części organicznej, która

została oddzielona w sortowni, a co za tym idzie nie wydziela intensywnych brzydkich zapachów. Dodatkowo, by uniemożliwić rozprzestrzenianie się potencjalnych zapachów, hala magazynowa będzie zamykana i utrzymywana w podciśnieniu przez wentylatory podające powietrze do spalania. Odpady będą spalane na bieżąco, a ich skład nie jest atrakcyjny dla gryzoni tak, jak odpady zmieszane.

7. Jakie instytucje będą nadzorowały prace spalarni?

Zgonie z obowiązującym restrykcyjnym prawem tego typu instalacje są kontrolowane przez szereg służb i instytucji. Są to:

- Wojewódzki Inspektor Ochrony Środowiska (WIOŚ)
- Państwowa Inspekcja Sanitarna
- Państwowe Gospodarstwo Wody Polskie
- Państwowa Inspekcja Pracy
- Państwowa Straż Pożarna

Warto także wiedzieć, że informacje o aktualnych emisjach są dostępne w czasie rzeczywistym, tzw. on-line także dla mieszkańców. Są publikowane w internecie oraz na specjalnych wyświetlaczach zlokalizowanych w wybranych miejscach. Tak samo będzie w Zamościu.

8. Czy były wykonywane badania mające na celu stwierdzenie, jakiego typu zanieczyszczenia dostają się do środowiska w przypadku spalania śmieci? Czy istnieje jakakolwiek kontrola tego, co tak naprawdę w tych śmieciach jest spalane i co zanieczyszcza powietrze?

Spalanie odpadów odbywa się w bardzo wysokich temperaturach rzędu 850-1100 Co. Te temperatury, w przeciwieństwie do niskich temperatur w domowych piecach, pozwalają na redukcję wielu trujących związków, np. dioksyn i furanów. Za eliminację trujących związków odpowiada jednak przede wszystkim zaawansowany i wielostopniowy system oczyszczania spalin. Redukcja zanieczyszczeń przez system oczyszczania spalin jest rzędu 98%. Finalną emisję z komina spalarni po oczyszczeniu spalin można porównać do emisji ze spalania gazu.

Fracja kaloryczna, która będzie spalana już w sortowni, jest pozbawiana PCV oraz metali ciężkich, które powodują największe emisje. Praca spalarni będzie monitorowana w trybie on-line przez WIOŚ. Zgodnie z prawem, każde przekroczenie emisji skutkuje bezwarunkowym wstrzymaniem podawania odpadów i zamknięciem spalarni do czasu wyjaśnienia powodów przekroczenia emisji.

9. Czy można porównać ilość zanieczyszczeń, jaka dostaje się do środowiska do innego rodzaju spalanego paliwa tj. śmieci lub węgla?

Zdaję sobie sprawę, że trudno w to uwierzyć, ale w przypadku spalarni śmieci przy zastosowaniu wielostopniowego systemu oczyszczania spalin, to, co się wydobywa z komina, jest niejednokrotnie czystsze od otaczającego powietrza i głównie jest to para wodna. Emisje ze spalarni po oczyszczeniu spalin można porównać do emisji ze spalania gazu ziemnego. Jeżeli chodzi

o węgiel, to ilość pyłów emitowanych przez spalarnie odpadów jest 10 krotnie niższa niż przez kocioł opalany węglem. To samo dotyczy też innych emisji.

10. Do czego byłaby wykorzystana energia cieplna pozyskana ze spalarni?

Energia cieplna ze spalarni będzie używana podczas całego roku do ogrzania ciepłej wody użytkowej, będzie to blisko 25% całej energii cieplnej zużywanej przez mieszkańców Zamościa. W liczbach oznacza to redukcję zużycia 8,5 tys. ton węgla i związanych z tym emisji. Taką ilość węgla można porównać do ilości węgla potrzebnej do ogrzania w sezonie zimowym około 1200 przeciętnie izolowanych domów, o średniej powierzchni 120 m².

11. Jakie byłoby zapotrzebowanie spalarni na surowiec (śmieci) i skąd byłby pozyskiwany tj. czy istniałaby konieczność przywożenia śmieci i w jakich ilościach?

Planowana przez nas inwestycja jest sformatowana pod możliwości pozyskania RDF z Dębowca. Dziennie spalarnia będzie spalać mniej niż 50 ton odpadów. Jest to dokładnie tyle, ile obecnie wytwarza instalacja w Dębowcu obsługująca Zamość. Pięć razy w tygodniu zaś codziennie będą przywożone odpady przez 2-3 ciężarówki. Jedna ciężarówka może przewieźć 25 ton odpadów.

12. Czy budowa spalarni wpłynie na wysokość kosztów energii cieplnej i kosztów odbioru śmieci? Pytanie dotyczy interesu mieszkańca miasta – czy będzie niższa opłata?

Chciałbym powiedzieć bardzo wyraźnie, że podstawą tego projektu jest zapewnienie korzyści dla wszystkich. Dla nas korzyść polega na częściowym uwolnieniu się od cen węgla i cen certyfikatów CO₂. Dla mieszkańców korzyścią będzie zatrzymanie wzrostu cen ciepła i kosztu odbioru śmieci. Obecnie Sortownia w Dębowcu obsługująca m.in. mieszkańców Zamościa płaci cementowni w Chełmie około 370 złotych netto za tonę odebranych i spalonych odpadów. Obecnie funkcjonujące stawki na rynku przetwarzania odpadów za spalanie 1 tony frakcji kalorycznej dochodzą nawet do 700-800 złotych. 2 lata temu kwota ta była na poziomie około 100 złotych. Zgodnie z prawem, frakcje kaloryczną można jedynie spalić w spalarni lub cementowni, nie można jej składować. Moce przerobowe cementowni są ograniczone – odbiorą odpady tylko od tych, co zapłacą najwięcej.

Wkrótce może się okazać, że nie będzie miał kto odebrać odpadów z sortowni w Dębowcu, a wtedy te koszty jeszcze bardziej wzrosną.

13. Jakie Pan widzi najistotniejsze zagrożenia związane z budową spalarni dla mieszkańców naszego miasta?

Ponad 1200 spalarni w Japonii, ponad 500 w Europie, czy 8 funkcjonujących w Polsce są najlepszym dowodem, że nie ma żadnych zagrożeń związanych z funkcjonowaniem spalarni. Tego typu obiekty są zlokalizowane w centrach miast. W samym Tokio jest 21 spalarni odpadów, w Wiedniu są zlokalizowane 3 spalarnie odpadów. Doświadczenie pokazuje, że są to instalacje w pełni

bezpieczne dla otoczenia.

14. Pozytywne „strony” planowanej inwestycji dla lokalnej społeczności.

Przede wszystkim zapewnienie trwałej stabilności cen odbioru odpadów i cen ciepła. To luksus, którym mogą się cieszyć mieszkańcy niewielu gmin w Polsce. Ciepłownia zyska nową niezawodną ekologiczną jednostkę produkującą ciepło. Zmniejszymy zużycie węgla o 8,5 tysiąca ton. Zmniejszymy emisję do środowiska i zatrudnimy nowych pracowników do obsługi spalarni RDF.

Dziękuję za rozmowę.

W kolejnych wydaniach Głosu Osiedla będziemy informować mieszkańców o postępach realizacji powstawania spalarni.

Katarzyna Kozłowska



W trosce o bezpieczeństwo mieszkańców naszego miasta - policjanci apelują o budowanie więzi międzysąsiedzkich.

Żyjemy w jednym miejscu, robimy zakupy w tych samych sklepach, widzimy się na klatkach schodowych

czy też na osiedlowych uliczkach. Jesteśmy sąsiadami, a gdy sąsiadowi coś złego się dzieje – należy mu pomóc.

Wielu z nas pochłaniają własne problemy dnia codziennego. Nie zauważamy, że obok nas mieszka starsza lub też schorowana osoba, która potrzebuje pomocy. Nie bądźmy obojętni na ich los. Jeśli każdego dnia sąsiad o tej samej godzinie wychodził na spacer, robił zakupy w osiedlowym sklepiku bądź też siedział na ławce pod blokiem i nagle zauważymy jego nieobecność – nie zwlekajmy, odwiedźmy go, a kiedy nikt nie otworzy drzwi, rozpytajmy sąsiadów, czy znają powód jego nieobecności. Jeśli pomimo tego nie ustalimy, co dzieje się z sąsiadem, należy powiadomić instytucje pomocowe, w tym Policję, które sprawdzą, czy nic złego się nie stało.

Brak anonimowości wśród sąsiadów to również utrudnienie dla potencjalnych złodziei. Zaufany sąsiad pod naszą nieobecność przypilnuje nam mieszkanie, pozbiera ulotki pozostawione pod drzwiami na wycieczce. Wieczorem zapali światło, zwróci też uwagę na nieznajome osoby kręcące się po klatce schodowej.

Warto również poświęcić chwilę na rozmowę ze starszymi osobami, które samotnie mieszkają na naszych osiedlach. Przypominajmy im o mogących wystąpić zagrożeniach. Apelujmy o to, aby byli ostrożni w kontaktach z osobami nieznanymi, które odwiedzają ich mieszkanie. Mówmy im, że nie zawsze zamiary tych osób są uczciwe, a prawdziwym celem ich wizyty może być kradzież pieniędzy i wartościowych przedmiotów. Apelujmy o ostrożność podczas zawierania różnego rodzaju umów.

Kiedy ktoś przychodzi, podając się za przedstawiciela danej firmy i proponuje zawarcie umowy np., na świadczenie usług – nie wolno postępować pochopnie. Najlepiej jest przed podpisaniem skonsultować treść umowy z osobą, która pomoże ocenić, czy wszystko w niej jest jasne. Zawsze należy czytać całość umowy, nawet pozornie nieważne zapisy naniesione małym druczkiem. Pośpiech i łatwowierność w tym przypadku może narazić osobę, która zdecyduje się na zawarcie takiej umowy, na straty finansowe. Przestrzegajmy także starsze osoby przed oszustami działającymi metodą na wnuczka, policjanta czy też urzędnika.

Zwróćmy uwagę na mieszkające na naszym osiedlu osoby chore, niesamodzielne. Czasami wystarczy jeden telefon do instytucji udzielającej wsparcia, aby jakość życia takich osób znacznie się poprawiła.

Pamiętajmy również o tym, że na każdym zamojskim osiedlu jest dzielnicowy, który dba o mieszkańców, współuczestniczy w ich życiu, pomagając rozwiązywać lokalne problemy związane z bezpieczeństwem. Numer telefonu do dzielnicowego jest ogólnie dostępny i łatwo można go znaleźć na stronie internetowej zamojskiej komendy lub też za pośrednictwem aplikacji „Moja Komenda”.

Przypominamy, że jeśli ktoś pilnie potrzebuje pomocy, wówczas należy niezwłocznie zadzwonić na numer alarmowy 112.

Komenda Miejska Policji w Zamościu

ZAPROSZENIE MIESZKAŃCÓW NA ZAJĘCIA DO ODK OKRĄGLAK ul. Wyszyńskiego 28 A

Dzieci - na zajęcia teatralne: poniedziałki i czwartki: w godz. 15–17.30

Panie i Panów - na zajęcia z gimnastyki poprawiającej kondycję i sylwetkę: w środy i piątki: w godz. 18.00–19.00.

Seniorów na zajęcia klubowe: wtorki w godz. 17–19 oraz zajęcia w Senioralnej Stacji Socjalnej ZCW: we wtorki, czwartki, piątki w godz. 9-12.





Lekarz rodzinny radzi... NARZEKANIE – PODSTĘPNA TRUCIZNA DLA MÓZGU .

Jesteśmy istotami społecznymi, żyjemy wśród ludzi, komunikujemy się codziennie z innymi za pomocą słów, spojrzenia, czy gestów. Miło jest spotykać się z ludźmi uśmiechniętymi, życzliwymi serwującymi nam dobre wiadomości. Ale są też inne sytuacje – spotkania ze smutnym, chorym , potrzebującym wsparcia człowiekiem. I jest też pewna grupa osób, których życie nie jest gorsze od naszego, ale oni stale narzekają, wszystko jest źle, zawsze jest nie tak, beznadzieja !

Nie chcę dziś się rozwodzić nad depresją, lękiem, chorobami psychosomatycznymi, tylko chciałabym zwrócić uwagę na to , jak takie narzekanie wpływa na otoczenie, a szczególnie na osoby , które tego słuchają. Badacze z Uniwersytetu Stanforda doszli do wniosku, że słuchanie narzekania szkodzi zdrowiu i bezpowrotnie niszczy neurony kilku obszarów mózgu słuchacza! Dlaczego tak się dzieje?

Osoba która słucha problemów innej osoby , zaczyna szukać rozwiązania, organizm odbiera taką informację, jako stres psychiczny i dochodzi do pobudzenia kory nadnerczy, wyrzutu kortyzolu.

Nie trzeba nikogo z nas przekonywać, że te złe informacje się nam udzielają- czy to będzie czyjeś zmartwienie, lęk dotyczący pogody, ekonomii, czy polityki. Dopadnie nas poczucie, że jest źle, że trzeba coś zrobić, że trzeba działać, aby bronić siebie czy kogoś przed złem. Nasz mózg interpretuje narzekanie jako zagrożenie, więc uruchamia szereg procesów fizjologicznych, które w sytuacji zagrożenia ratowałyby nasze życie- ucieczka lub walka. Ale tu nie ma z czym walczyć, nadal siedzimy i słuchamy, więc działa destrukcyjnie na nasz mózg. Szczególnie cierpi kora przedczołowa odpowiadająca za kontrolę emocji i hipokamp uczestniczący w zapamiętywaniu, uczeniu się i rozwoju inteligencji (obszar dotknięty szczególnie w CH Alzheimer)

Niestety, stwierdzono też, że nasze neurony pomagają nam narzekać! Wytwarzają się dodatkowe połączenia w mózgu , które powodują że impulsy szybciej przemieszczają się w pewnych obszarach i gdy narzekamy, lub słuchamy narzekania kolejny raz idzie to nam łatwiej, aż w końcu narzekanie staje się odruchem, domyślnym zachowaniem i może sobie spokojnie niszczyć nasz mózg.

Słuchanie narzekania można porównać do biernego palenia – nie musisz palić, aby odczuć jego skutki.

Jako lekarz wiem, że często będę miała do czynienia z osobami, które zgłaszają się z problemami , ale to są konkrety - szukamy rozwiązania. Czasami się to udaje , czasami nie , ale działamy , walczymy. Mamy w takiej sytuacji do czynienia z narzekaniem konstruktywnym.

Rozmowy o trudnościach, prowadzące do rozwiązania mają absolutny sens i wysłuchanie drugiej osoby czy przyjaciela w kłopotie nie pozbawi nas istotnej części mózgu.

Ale ! dla własnego bezpieczeństwa, może warto zachować ostrożność i stronić od ludzi traktujących Cię jak zbiornik na wszystkie żale swoje i świata. Zresztą chyba dość często intuicyjnie wiemy z kim chętnie spędzamy czas, a z kim lepiej krótko i na temat .

Ale czy zachowujemy czujność, gdy pozwalamy sobie wrzucać pakiety złych informacji przez środki masowego przekazu, internet czy czasopisma ? Obawiam się, że stopień uszkodzenia naszego mózgu z tego powodu też jest nie mały a wystarczy nacisnąć stosowny przycisk i jesteśmy poza zasięgiem destrukcji, czego Państwu serdecznie życzę.

* Lekarz Rodzinny - Krystyna Chudziak

Szanowni Państwo.

Chciałabym jeszcze przekazać organizacyjną informację i żeby nie była destrukcyjną- proszę o pomoc we wdrażaniu nowego zadania: „E_RECEPTA”

Wkrótce leki będą pisane tylko w formie elektronicznej . Nie będzie recept papierowych, tylko SMS, e-mail, czy wydrukowany kod na kartce .

Na razie stosujemy stopniowo tę formę i czasami mogą zdarzyć się problemy. Proszę o cierpliwość do nas - lekarzy, aptekarzy, rejestratorek i innych osób na drodze „E_RECEPTY”, bo tylko tak wypracujemy sprawnie dobrą współpracę.

Warto podać swój numer telefonu komórkowego i adres e-mail , aby w przyszłości sprawniej otrzymać kod recepty. Zamiast narzekać konstruktywnie rozwiążmy i ten problem.

KCh.





PO WAKACJACH

Stowarzyszenie „Otwarte Serca” w Zamościu w czasie wakacji letnich, od 24 czerwca do 2 sierpnia 2019 r. organizowało półkolonie w ODK "Okrągłak". Odbyły się 3 dwutygodniowe turnusy, podczas których dzieci w atrakcyjny i bezpieczny sposób spędzały czas wolny. Uczestnicy półkolonii korzystali z wyżywienia: drugiego śniadania i podwieczorku w "Okrągłaku" oraz obiadu w stołówce w Szkole Podstawowej Nr 4 w Zamościu. Z wypoczynku skorzystało 135 dzieci.

Program półkolonii obejmował m.in. zajęcia promujące zdrowy i aktywny wypoczynek, zajęcia rozwijające nawyk dbania o higienę osobistą, o zdrowie fizyczne i psychiczne, konkursy i quizy, zajęcia sportowe i rekreacyjne, zajęcia kulturalne i artystyczne, wesołe zabawy przy muzyce, gry i zabawy ogólnorozwojowe, wycieczki autokarowe i piesze na zamojską Starówkę, w czasie których dzieci poznały historię swojego miasta. Ponadto program ubogacały wyjscia do kina, na basen, do kręgielni, wycieczki do ZOO,

do muzeum „Arsenał”, wejścia na wieżę kolegiacką oraz wyjścia do Manufaktury Słodczy „Tęcza” i Krainy Zabaw „Jaś i Małgosia”.

W ramach półkolonii zorganizowano także 3 wycieczki autokarowe do Pszczelarskiej Zagrody Edukacyjnej „Ulik” w miejscowości Mokrelipie. Tam dzieci poznały świat pszczoł, dowiedziały się, jak dużą rolę odgrywają one w naszym życiu, jak są zorganizowane i pracowite oraz jak należy się zachować, gdy pszczoła nas użądli. Ponadto dzieci degustowały miody o różnych smakach, zwiedziły izbę regionalną, obejrzały jak w dawnych czasach wyglądała sala lekcyjna. Dzieci zgadywały do czego służyły, i jak mogły być wykorzystywane zgromadzone w izbie eksponaty. Program półkolonii to także spotkania z policjantem, któremu dzieci zadawały dużo ciekawych pytań.

Dzięki bezpłatnemu udostępnieniu Okrągłaka przez Spółdzielnię Mieszkaniową im. Jana Zamoyskiego w Zamościu oraz dofinansowaniu z Urzędu Miasta Zamość po raz kolejny możliwa była realizacja półkolonii letnich pod nazwą "Lato w mieście".

Grażyna Nakoneczna

ZARZĄD OSIEDLA IM. JANA ZAMOYSKIEGO

1. RUBRYKA INICJATYW

- W dniach 28-30.06.2019 Zarząd był współorganizatorem VIII Międzynarodowego Rajdu Rowerowego „PoGraniczni i Przyjaciele, Bruśnieńskie Inspiracje - Zapomniane Dziedzictwo”. W rajdzie wzięło udział ok. 200 uczestników, w tym również mieszkańcy Spółdzielni im. Jana Zamoyskiego.
- W sierpniu br. Zarząd włączył się do współorganizacji turnieju piłkarskiego w „O Puchar Osiedli Zamojskich”. Nasze osiedle było reprezentowane przez 2. drużyny.

2. ZAPROSZENIA

- Zarząd organizuje wyjazdy na strzelnicę sportową HUBALE i zaprasza chętnych i zainteresowanych tą formą sportu mieszkańców do udziału.
- Zarząd podejmuje inicjatywę porządkowania ZAPOMNIANYCH CMENTARZY POGRANICZA. Organizuje wyjazdy na Ukrainę, porządkując polskie cmentarze w Rawie Ruskiej, Uhnowie, Bełzie, Czerwonogradzie, i innych miejscowościach. Powtórzenie inicjatywy będzie w okresie październik-listopad br. Zainteresowanych wyjazdem i pomocą mieszkańców zapraszamy.
- Akcja „Zapał Znicz Na Pograniczu 2019”, to kolejna inicjatywa Zarządu. Inicjatywę poprzedzi zbiórka zniczy na polskie cmentarze w Ukrainie do której włączenia się zachęcamy mieszkańców. Szczegóły zbiórki i wyjazdu podamy w terminie późniejszym.
- Zarząd organizuje także wyjazdy mieszkańców Spółdzielni

do Opery Lwowskiej. Planowany czas realizacji wyjazdu to listopad-grudzień 2019.

Wszystkich zainteresowanych zapraszamy do kontaktu poprzez osobę Przewodniczącego Zarządu Osiedla tel. 692 636 883 . Zapraszamy także mieszkańców do podzielenia się informacjami o podejmowanych inicjatywach własnych.

Zarząd Osiedla Jana Zamoyskiego

WYBORCA KOBIECIARZ

On stale leci na panie,
więc odda głos tylko na nie.

ZADUFANY KANDYDAT

Będzie w siódmym niebie
głosując na siebie.

APEL DWUNOŻNEJ OWIECZKI

Moje drogie koleżanki
-zwracam się też do panów-
tak wybierajcie, by w Sejmie
nie było baranów.

W DNIU WYBORÓW

Żona do męża w dniu głosowania:
-mam iść do urny bez skremowania?

Marian Kaczmarczyk

Głos Osiedla

PTAKI EGZOTYCZNE

Kolejna edycja konkursu plastycznego została ogłoszona!

Zapraszamy do udziału dzieci i młodzież.

Regulamin dostępny na fb.com/okraglakzamosc

Dla najlepszych wiele nagród.



APETYT I POLITYCY

Marian Karczmarczyk

Francuski arystokrata Antheime Sawarin powiedział: „Pan Bóg każąc człowiekowi jeść, aby ten mógł żyć, dał mu na zachętę apetyt, a jako nagrodę-przyjemność dla podniebienia”.

Bardzo pięknie to brzmi, ale życie dla jednych jest sielanką pełną przyjemności, a dla drugich-drogą usianą kolcami bez róż. Oczywiście, ci pierwsi mogą łechtać swoje podniebienie wykwintnymi potrawami i obżerać się do syta. A tym drugim Stwórca też dał apetyt, ale los nie jest dla nich tak łaskawy, bo dozuje im nawet chleb powszedni.

Są jeszcze trzeci, którzy mają apetyt na władzę. Spójrzmy trzeźwym okiem, na niektórych naszych polityków, którym najbardziej leży na sercu własne dobro. Nie dość, że się „pasą” na państwowej kasie, to jeszcze czasem są „dożywiani” wysokimi premiami na koszt podatników. I rodzą nam się ci politycy, jak grzyby na deszczu. A nie jeden z nich jest „trujący”, bo zatruwa dobrą atmosferę w stosunkach międzyludzkich. Najlepszym tego przykładem jest nasz parlament - kabaret i arena politycznych rozgrywek. Szczęśliwcy, którzy wdrapali się na świecznik nie błyszczą, ale czasem świecą... złym przykładem.

A przejawia się to tym, że są uwikłani w różne afery, co do których trwa zмова milczenia. Jednak gdy to milczenie wybucha w końcu skandalem, a prawda zaczyna pukać do ich sumień - zasłaniają się słabą pamięcią... Zamiast otwarcie grać, tasują karty...

Moim zdaniem, polityka nie jest dziecinną zabawą w piaskownicy, ale poważną grą na szachownicy życia.

Zbliżają się wybory więc nic dziwnego, że tu i ówdzie słychać wołanie wyborców i zaślepionych polityków: „Racz NAS oświecić Panie!”.



FRASZKI WYBORCZE

DLATEGO

Czasem dlatego powstaje obojętność wyborców, bo wybierani nie stanowią wzorców.

DO WYBORCY

Jeśli dobrze wybierzesz-
będzie to chwila doniosła.
Podniesie się stopa życiowa
... u posła.

WYBORCZA OKAZJA

Chętnie odda swój głos
Pan Jan z Izbicy,
bo jego głos w małżeństwie
wcale się nie liczy.

KRADZIEŻOMANIA

Wielu u nas stale kradnie,
Bo nie wierzy w to, że „wpadnie”.
No bo stary ktoś czy młody,
pragnie „lewe” mieć dochody.
Przez to mili, sami wiecie,
złe się dzieje na tym świecie.
Bo to wcale nie wypada,
Jeśli brata brat okrada.
Gdy okrada mąż swą żonę,
czyż to bywa dozwolone?
A okrada żonę skrycie,
By mieć czasem na wypicie.
Inny kradnąc zwiększa dochód,
gdyż w marzeniach ma samochód.
Lecz to później w zło się zmienia,
Bo dojeżdża do... więzienia.
I tak jeszcze wiele osób
kradnie na swój własny sposób.
A okradani twierdzą zawzięcie,
żeby złodziejom obcinać ręce.
Lecz nasze prawo tym się nie splami,
bo byłby kłopot z inwalidami.
Patrząc na fakty, rzec by się chciało,
że rozkradziono w Polsce niemało.
Kradną na dole, kradną na górze,
lecz się zbierają nad nimi burze.
I mam pytanie: czy z tych powodów
strzeli w nich „piorun” z gniewu narodu?

Marian Karczmarczyk.

NOWE GRAFFITI NA OSIEDLU

W dniach 26-28 lipca 2019 roku przy ul. Zamojskiego odbyła się druga edycja Zamojskiego Festiwalu Sztuki Ulicy. Dzięki uprzejmości Spółdzielni Mieszkaniowej im. J. Zamoyskiego oraz sponsorom wydarzenia: Firmie Derkom, Urzędowi Miasta Zamość i Castoramie, szare elewacje osiedlowych garaży nabrały nowego, artystycznego wyrazu. Organizatorem wydarzenia była zamojska grupa Stforky, która po dobrze przyjętym ubiegłorocznym festiwalu (były wówczas malowane mury zamojskiego ZOO) zainicjowała cykliczną imprezę malarską w mieście.



Nasi sąsiedzi z pasją...

ZBIGNIEW KRUK, BOJOWNIK ZWZ AK, PARTYZANT, SYBIRAK, PO PROSTU – BOHATER

Życiorysem tego sąsiada można by obdzielić kilka osób i ... każdy byłby fascynujący. Zdecydowanie wygrywa walkę z czasem i mimo swoich 93 lat – wygląda świetnie. Zdrowie trochę szwankuje, ale przyjmuje ten fakt z pokorą. Zaskakuje pogodą ducha, taktem, światłym umysłem, humorem i tym, że umie i chce opowiadać: o beztróskim dzieciństwie, o wojnie, ciężkim życiu „w lesie”, tragicznym losie łagrowca i czasach, kiedy to wszystko miał za sobą.

„ - Nikt, kto tego nie przeżył nie wie, jakim szczęściem jest wolność, jak smakuje kromka polskiego, białego chleba...” Zapytany o życiowy sukces odpowiada: „To, że tę gehennę przeżyłem, że mogłem wrócić do swoich, że mam rodzinę, wspaniałą żonę, udane dzieci i sześcioro ukochanych wnucząt”.

Urodził się w rodzinie o tradycjach wojskowych, co miało ogromny wpływ na jego życie i patriotyczną postawę. Wojna sprawiła, że bardzo wcześnie wydorósł. Gdy miał 14 lat został zaprzysiężony do Związku Walki Zbrojnej AK i otrzymał pseudonim „Witek”. Brał udział w wielu akcjach partyzanckich: w likwidacji niemieckich posterunków we wsiach Mołodiatycze, Grabowiec, i Orłów Murowany, w działaniach partyzanckich w łażiskich lasach, oraz w wypadach aprowizacyjnych pod dowództwem Romana Szczura ps. „Urszula”. Brał też udział w trudnej, odwetowej akcji na ukraińską wieś Bereść. W lasach Pańskiej Doliny uczestniczył w zasadzce na majora SS Manthaja. Był na zgrupowaniu w Puszczy Solskiej... „- Miałem wtedy tylu kolegów, których już nie ma” - mówi ze smutkiem - „I jedno, co mogłem zrobić, to utrwalić pamięć o nich w mojej książce”.

Partyzancki fragment życiorysu naszego sąsiada skończył się tragicznie 3 listopada 1944 roku, kiedy został aresztowany przez NKWD, przywieziony do Zamościa i osadzony przy ul. Radzieckiej. Po przesłuchaniach i „sądowej rozprawie” został skazany na karę śmierci, którą później, we Lwowie zamieniono na 10 lat syberyjskiej katorgi. Ze Lwowa przez Charków, Gorki, wagonami towarowymi, w nieludzkich warunkach został dowieziony do Peczory. Był więziony w obozie w Koczmesie, kilku obozach na Uralu i w Incie. Pracował na platformie kolejowej, przy budowie mostu, w kopalni węgla. W 1949 roku zaproponowano mu edukację - kurs na elektroślusarza, który ukończył i zdał egzamin. I wtedy jego los się nieco odmienił.

W końcu minął okres kary i uzyskał wolność, ale do Polski,

po wielu perturbacjach, wrócił dopiero w grudniu 1955 roku... Wszystko to brzmi dramatycznie, ale i tak słowa nie są w stanie wyrazić długich lat życia w nieludzkich warunkach, strachu, bólu, głodzie, cierpieniu, tęsknocie... Nie są w stanie wyrazić tego nawet filmy, do których Pan Zbigniew ma bardzo krytyczny stosunek.

A później – życie w Polsce, też było niełatwe, ale dał radę. Podjął pracę w Przedsiębiorstwie Metalowo – Usługowym, ukończył Technikum Elektryczne i jako elektryk pracował do emerytury. Udzielał się też (i udziela) w organizacjach kombatanckich: Światowym Związku Żołnierzy AK i Związku Sybiraków. Organizacje te wspiera także jego starszy syn.

Zawsze lubił czytać – teraz trochę mniej, „bo wzrok już nie ten”. Miał też hobby – fotografowanie – stąd albumy pełne zdjęć, które nie tylko robił, ale i wywoływał. A na zdjęciach? Rodzina i Zamość, „jego miejsce na ziemi”, który kocha i cieszy się, że miasto stało się turystyczną atrakcją, że „pełno go” w telewizji. Lubi też ciche, spokojne, pełne zieleni „niebieskie osiedle”, gdzie od lat mieszka, wygodne mieszkanie, pełne pamiątek, bibelotów i starych zegarów, które dla Niego odmierzają już tylko dobry czas.

Krystyna Rybińska-Smyk

PS.

Zachęcam Państwa do przeczytania książki „naszego sąsiada”: Zbigniew Kruk „Z Armii Krajowej na Sybir”

