43 | KWARTALNIK
grudzień 2017
Nakład 12700 egz.
ISSN 1898-0775 | Egzemplarz bezpłatny

Spółdzielnia Mieszkaniowa **NADODRZE**

MAGAZYN LOKATORA

PORADY i INFORMACJE

Nowa Rada Nadzorcza

26 października 2017r. odbyło się Walne Zgromadzenie Członków Spółdzielni Mieszkaniowej „Nadodrze" w Głogowie, na którym to zgodnie z Zasadami wyborów członków Rady Nadzorczej, dokonano wyboru 16 członków Rady Nadzorczej według zasady, że na każdy okręg wyborczy, a jest ich 8, przypadnie dwóch reprezentantów.

AUTOR
Sylwia Grodecka
Dział Organizacyjny

Wybrani członkowie Rady Nadzorczej to:

OKRĘG NR 1 / ŚRÓDMIEŚCIE
1. JAŃCZYK TADEUSZ
2. KURIATA OLGA

OKRĘG NR 2 / HUTNIK
1. GIEROŃ ALEKSANDRA
2. LECZYCKI WIESŁAW

OKRĘG NR 3 / CHROBRY
1. JAROSZ HENRYK
2. MULCZYŃSKI JAN

OKRĘG NR 4 / KOPERNIK A
1 JAKUBOWSKI ALEKSANDER
2. ROSA JERZY

OKRĘG NR 5 / KOPERNIK B
1. DOWNAR BRONISŁAW
2. SZEWC JANUSZ

OKRĘG NR 6 / KOPERNIK C
1. DZIUBA MARIA
2. MICHNIKOWSKI MARIUSZ

OKRĘG NR 7 / PIASTÓW ŚL. A
1. GÓRNICKI LUCJAN
2. KUCZKOWSKA JOLANTA

OKRĘG NR 8 / PIASTÓW ŚL. B
1. GÓRALCZYK ALEKSANDER
2. LERCH LESZEK

Pierwsze posiedzenie Rady Nadzorczej nowej kadencji zostało zwołane zgodnie z § 21 ust.10 Statutu przez Zarząd Spółdzielni w dniu 09 listopada 2017r., podczas którego wybrano w głosowaniu tajnym:

- Przewodniczącego Rady Nadzorczej w osobie **Aleksandra Góralczyka**
- Z-cę Przewodniczącego Rady Nadzorczej w osobie **Henryka Jarosza**
- Sekretarza Rady Nadzorczej w osobie **Janusza Szewca**

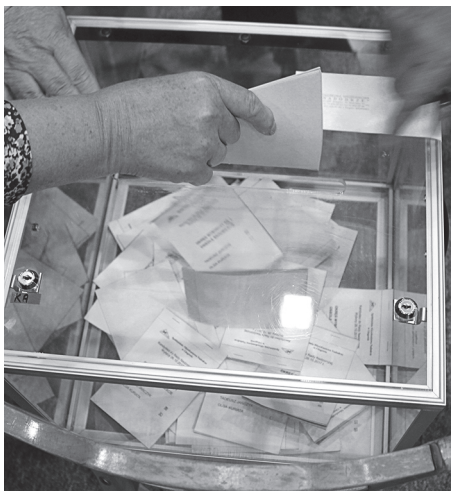
Powołano również tak jak w poprzedniej kadencji trzy komisje stałe Rady Nadzorczej:

• Rewizyjną,
• Gospodarki Zasobami Spółdzielni,
• Regulaminowo -Samorządową,

które poprzez opracowywanie i opiniowanie materiałów będą wspierały prace Rady.

Do zakresu działania Rady Nadzorczej należy w głównej mierze:

- uchwalanie planów gospodarczych oraz zasad rozliczania kosztów gospodarki zasobami mieszkaniowymi,
- nadzór i kontrola działalności Spółdzielni,
- uchwalanie opłat za eksploatację lokali,
- uchwalanie regulaminów,
- podejmowanie uchwał w sprawie nabycia i obciążenia nieruchomości,



- uczestniczenie w lustracji Spółdzielni i nadzór nad wykonywaniem zaleceń polustarcyjnych,
- wybór podmiotu do badania sprawozdania finansowego,
- przygotowanie, opiniowanie i prezentowanie materiałów na Walne Zgromadzenie Członków Spółdzielni w zakresie wynikającym z kompetencji Rady Nadzorczej oraz składanie Walnemu Zgromadzeniu sprawozdań,
- rozpatrywanie skarg i wniosków wnoszonych do Spółdzielni,
- inicjowanie działań i wspieranie Zarządu w kierowaniu Spółdzielnią.

Bądźmy w kontakcie dla własnego dobra

Cała rodzina wyjeżdża na wakacje, w pospiechu nie wyłączyli zaworów odcinających dostawę wody do mieszkania. W czasie ich nieobecności pęka wężyk (zimna woda) pod umywalką. Służby Spółdzielni powiadomione przez sąsiadów zamieszkałych poniżej zakręcają dopływ zimnej wody w pionie. Do czasu naprawy usterki wszystkie mieszkania w tym pionie pozbawione są wody. Jeśli w Administracji zostało złożone oświadczenie „Dane kontaktowe dla Spółdzielni", szybko i sprawnie nawiązujemy kontakt i zawiadamiamy właścicieli mieszkania, gdzie doszło do awarii. Jeśli nie ma tych danych, sąsiedzi będą pozbawieni wody do czasu powrotu rodziny.

AUTOR
Ewa Telus
kierownik Osiedla Kopernik A

Takich przykładów z życia naszych lokatorów można przytaczać wiele. Mogą dotyczyć przecieków na instalacji centralnego ogrzewania, ulatniania się gazu. Służby Spółdzielni zawsze zabezpieczają takie awarie poprzez odcięcia na zaworach głównych, ale do czasu usunięcia usterki w konkretnym lokalu, sąsiedzi narażeni są dyskomfort braku wody, ogrzewania czy gazu. Apelujemy więc do lokatorów o pozostawianie w Administracjach informacji jak i z kim kontaktować się podczas nieobecności w mieszkaniu. Najlepiej, aby zawierało numery telefonów, które w sytuacjach awaryjnych umożliwiają szybki kontakt z lokatorem.

Służby Spółdzielni zawsze zabezpieczają takie awarie poprzez odcięcia na zaworach głównych, ale do czasu usunięcia usterki w konkretnym lokalu, sąsiedzi narażeni są dyskomfort braku wody, ogrzewania czy gazu

Równie ważne jest także pozostawienie w Administracji adresu do korespondencji. Jest on niezbędny zwłaszcza, gdy wyjeżdżamy na dłuższy urlop, do pracy za granicę lub gdy wynajmujemy nasze mieszkanie. Na podany adres będzie przekierowywana korespondencja związana z lokalem – np. zawiadomienia i rozliczenia. Powinien on być podany tak, aby gwarantował odebranie przesyłki. Może więc to być adres kogoś z rodziny lub przyjaciół.

W Spółdzielni Mieszkaniowej „Nadodrze" osoba posiadająca tytuł prawny do lokalu może złożyć osobiście lub przez ustanowionego pełnomocnika dyspozycję dotyczącą wskazania adresu, na który ma być wysyłana cała korespondencja. Poprzez adres korespondencyjny rozumie się adres, na który może zostać dostarczona korespondencja drogą pocztową lub adres e-mail.

Wzory obu pism – przekierowanie korespondencji oraz podania danych kontaktowych – można znaleźć na sąsiedniej stronie. Można znaleźć na stronie internetowej: www.smnadodrze.pl w zakładce Porady i dalej Wzory Pism.

Oba dokumenty można dostarczyć osobiście w siedzibie Zarządu Spółdzielni lub Administracji Osiedla, drogą pocztową lub przez e-mail – skan własnoręcznie podpisanego pisma wskazującego adres do korespondencji. Posiadacz wielu lokali w zasobach Spółdzielni może wskazać tylko jeden adres do korespondencji.

Podkreślamy, że złożenie oświadczenie z adresem do korespondencji i numerami telefonu jest w interesie lokatorów. Podane dane są przetwarzane wyłącznie na potrzeby SM Nadodrze.

reklama
skutecznie docieramy do większości mieszkańców Głogowa
reklama w Magazynie Lokatora
tel. 695 879 033

.....
/imię i nazwisko/

.....
/ulica/

.....
/kod pocztowy/

.....
/pesel , nr tel. kontaktowego/

.....
/miejscowość, data/

Spółdzielnia Mieszkaniowa
„Nadodrze" w Głogowie

Zwracam się z prośbą o przekazywanie wszelkiej korespondencji dotyczącej lokalu mieszkalnego w Głogowie przy ul. ..... na adres ..... .

.....
/czytelny podpis/

.....
/miejscowość, data/

Spółdzielnia Mieszkaniowa
„Nadodrze" w Głogowie

Ja niżej podpisana/y .....
imię i nazwisko

posiadająca/y lokal mieszkalny w budynku przy ul. .....,

nr lokalu ..... w celu usprawnienia kontaktu między mną a Spółdzielnią dobrowolnie podaję poniższe dane.

Telefon komórkowy .....

Adres e-mail .....

Miejsce pracy .....tel. .....

Małżonek .....tel. .....

Inny kontakt .....tel. .....

Zgodnie z ustawą z dnia 29.08.1997r, o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 1997r. Nr 101 poz. 926 z poźn. zm.) wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych wyłącznie dla potrzeb SM Nadodrze.

.....
/czytelny podpis/

5

Zadbajmy o dopływ świeżego powietrza w naszych mieszkaniach

Świeże powietrze

Powietrze znajdujące się w pomieszczeniach mieszkalnych jest stale zanieczyszczane przez wilgoć (oddychanie, gotowanie, suszenie, kąpiel), dwutlenek węgla (oddychanie, spalanie gazu), szkodliwe związki pochodzące od wyposażenia mieszkania (dywany, meble). Powietrze zanieczyszczone może być szkodliwe dla zdrowia i sprzyjać rozwojowi grzybów. Zbyt duża wilgotność powietrza może skutkować wykraplaniem się wody na ścianach zewnętrznych, powodując ich degradację oraz spadek izolacyjności cieplnej.

Aby temu przeciwdziałać, należy zapewnić sprawną wentylację, czyli dopływ świeżego powietrza do pomieszczenia oraz możliwość wypływu zużytego powietrza na zewnątrz. Stały napływ świeżego powietrza powinien w nowych, szczelnych oknach odbywać się przez nawiewniki (higronawiewniki) zamontowane na stolarce okiennej i drzwiowej.

Zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Gospodarki Przestrzennej i Budownictwa z 12 kwietnia 2002 r. w sprawie warunków technicznych, jakim powinny odpowiadać budynki i ich usytuowanie, strumień powietrza zewnętrznego doprowadzonego do pomieszczeń powinien odpowiadać wymaganiom Polskiej Normy dotyczącej wentylacji, przy czym w lokalach mieszkalnych ilość powietrza powinna wynikać z wielkości strumienia powietrza wywiewanego, lecz być nie mniejsza niż 20 m3/h na osobę przewidywaną na pobyt stały w projekcie budowlanym.

Wcześniejsze rozwiązania dotyczące napływu powietrza do pomieszczeń takie jak wycięcie fragmentów przylg okiennych czy też funkcja „rozszczelnienia" skrzydeł okiennych nie są idealne. Napływ powietrza realizowany tymi metodami jest zależny od użytkowników, co może skutkować brakiem wentylacji i wzrostem zanieczyszczenia powietrza. Dodatkowym negatywnym czynnikiem jest to, że nie ma możliwości regulacji napływu powietrza do mieszkania. Ponadto przy silnych wiatrach wtłaczane powietrze przez nieszczelności w stolarce okiennej może wywoływać słyszalny świst powietrza.

Zastosowanie nawiewników okiennych np. akustycznych nawiewników higrosterowanych, umożliwia wymianę powietrza dostosowaną do potrzeb, zwiększenie komfortu akustycznego oraz użytkowanie bezobsługowe. Ponadto bardzo ważne jest zapewnienie dopływu powietrza do każdego mieszkania, ponieważ w naszych budynkach mamy zbiorcze kanały wentylacji grawitacyjnej i zakłócenie nawiewu w jednym mieszkaniu wpływa negatywnie na pracę całego układu wentylacyjnego.

WIĘCEJ INFORMACJI NA TEMAT MONTAŻU NAWIEWNIKÓW MOŻNA UZYSKAĆ W WYDZIALE USŁUG TECHNICZNYCH POD NUMEREM TELEFONU 76 852 06 61.

Docieplenie budynku – tak, ale... bez mojego balkonu!

Podjęcie decyzji o docieplenia domku jednorodzinnego nie budzi już zdziwienia ani żadnych wątpliwości. I to, że odpowiedzialny właściciel realizuje taką inwestycję jest dla wszystkich oczywiste, zrozumiałe i jak najbardziej zasadne. Inaczej przedstawia się ta kwestia w przypadku budynku wielorodzinnego, w którym zamieszkuje kilkudziesięciu lub nawet kilkuset współwłaścicieli, patrzących na termomodernizację swojego „domu" niejednokrotnie inaczej.

Znane są przecież przypadki, że pojedyncze osoby podejmują próby uniemożliwiające wykonanie remontu, chcąc np. zachować charakter i dotychczasowe funkcje, jak twierdzą „ich balkonu". Czy mają rację? Czy mają prawo do wstrzymywania strategicznych decyzji dotyczących wspólnego dobra, kierując się wyłącznie własnym?

Podejmując próbę wyjaśnienia tej spornej i drażliwej kwestii nie można zapomnieć, iż status balkonu w praktyce obrotu prawnego budzi wiele wątpliwości. Ani prawo budowlane ani ustawa o własności lokalu nie zawiera ustawowej definicji tej konstrukcji. To czy balkon zakwalifikować należy, jako tzw. pomieszczenie przynależne do wyodrębnionego lokalu, czy też, jako część składową lokalu zależy w głównej mierze od specyfiki architektonicznej, a także estetycznej budynku.

Pomieszczenie przynależne

Analiza aktualnego orzecznictwa sądów powszechnych prowadzi do jednoznacznych wniosków, iż balkon służący do wyłącznego użytku osób zajmujących określony lokal jest tzw. pomieszczeniem przynależnym do tego lokalu. Balkon jedynie w swej części wewnętrznej służy na wyłączny użytek mieszkańców lokalu i zaspokaja ich potrzeby mieszkaniowe. Tym samym sądy wskazują, iż konieczne jest rozróżnienie części wewnętrznej od elementów konstrukcyjnych balkonu, które są trwale połączone z bryłą budynku i usytuowane z reguły na zewnątrz w stosunku do przestrzeni wykorzystywanej do zaspokajania wyłącznie potrzeb osób zamieszkujących w lokalu i są nieruchomością wspólną. Zrozumienie tej kwestii pozwoli na określenie kompetencji właścicielskich w stosunku do podejmowanych działań czy to właściciela lokalu z przynależnym balkonem czy Spółdzielni Mieszkaniowej realizującej długoterminowe programy modernizacyjne.

Uchwała

Zebranie Przedstawicieli Członków Spółdzielni Mieszkaniowej „Nadodrze" już 12 grudnia 2003r. podjęło uchwałę nr 43/2003 w sprawie określenia definicji nieruchomości wspólnej w Spółdzielni. Obowiązująca do dziś w/w Uchwała w § 1 stanowi: Nieruchomość wspólną w Spółdzielni Mieszkaniowej Nadodrze stanowią grunty oraz części budynku i urządzenia, które nie służą wyłącznie do użytku właścicieli lub użytkowników, a ust. 3 precyzuje, iż w zakresie konstrukcji i elementów budynku nieruchomość wspólna stanowią: elewacja budynku, tynki zewnętrzne, elementy architektoniczne wraz z częścią konstrukcyjną balkonu, loggii i balustrad bez elementów wchodzących w skład ekranów balkonowych. Powyższe regulacje znajdują swoje odzwierciedlenie w uchwale Sądu Najwyższego z dnia 7 marca 2008 w sprawie CZP 10/08 oraz w licznych orzeczeniach sądów niższego szczebla.

Tym samym oczywistym jest, iż zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa oraz wewnętrznymi uregulowaniami Spółdzielni podjęcie decyzji o termomodernizacji wiązać się musi nierozerwalnie z remontem balkonu czy logii.

Należy podkreślić, iż roboty budowlane obejmujące termomodernizację oraz kolorystykę elewacji budynku stanowią czynności zwykłego zarządu nieruchomością wspólną. To świadectwo dbałości o utrzymanie obiektu we właściwym stanie technicznym i estetycznym, dbałości o utrzymanie wymogów ochrony środowiska, dbałości o podnoszenie komfortu codziennego użytkowania, dbałości o niższe koszty utrzymania nieruchomości. To w końcu zwiększenie trwałości budynku i podniesienie wartości rynkowej nie tylko całej nieruchomości, ale wszystkich lokali w niej się znajdujących.

Percepcja budynku

Sąd Apelacyjny w Warszawie w wyroku z dnia 16.01.2014r. I ACa 763/13 zwrócił uwagę również na kwestię estetyki budynku i podkreślił […] balkony są dominującym elementem wizualnym zewnętrznej części budynku i w decydujący sposób wpływają na kształt estetyczny elewacji. Nie budzi wątpliwości, że wygląd elewacji przesądza o percepcji budynku, wpływając również w pewnym stopniu na wartość całej nieruchomości jak i poszczególnych lokali. Sąd podkreślił, iż pozostawienie dowolności w sposobie przeprowadzania działań remontowych doprowadziłoby do estetycznego chaosu.

Ulepszenie

Udzielając, więc odpowiedzi na pytania mieszkańców, co do zasadności i uprawnienia Spółdzielni w zakresie podejmowania decyzji o termomodernizacji i docieplenia balkonu należy podkreślić, iż w takich przypadkach nie mamy do czynienia z ingerencją w prawo własności, użytkowania wieczystego, ograniczonego prawa rzeczowego albo stosunku zobowiązaniowego. Ustawa z dnia 21 listopada 2008 roku o wspieraniu termomodernizacji i remontów definiuje termomodernizację, jako przedsięwzięcie, którego przedmiotem jest ulepszenie, w wyniku, którego następuje zmniejszenie zapotrzebowania na energię dostarczaną na potrzeby ogrzewania budynków mieszkalnych i potrzeby podgrzewania wody użytkowej. Chcąc, więc by taki „projekt" jak termomodernizacja mógł zostać zrealizowany to każdy właściciel, w świetle obowiązujących przepisów, jest zobowiązany udostępnić lokal mieszkalny z przynależnym do niego balkonem, celem przeprowadzenia prac remontowych. Tylko taki sposób, bowiem umożliwia wykonanie prac zgodne z projektem technicznym i osiągnięcie zakładanych efektów, służących wszystkim właścicielom w danej nieruchomości.

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Nadodrze" w ramach „Programu Termomodernizacyjnego zasobów mieszkaniowych w Głogowie na lata 2014-2020" zrealizowała termomodernizację kilkudziesięciu budynków. Wśród dominującego i bardzo pozytywnego odbioru działań w tym zakresie, nie można jednak zapomnieć o tych mieszkańcach, którzy nie są jeszcze do końca przekonani, co do sposobu przeprowadzania tych działań. Konieczne jest, więc współdziałanie, wyjaśnianie ewentualnych niejasności i wspólne znalezienie rozwiązań, które również w finansowym aspekcie będą akceptowalne dla wszystkich.

Autor: Joanna Kudyk
Kierownik Osiedla „Piastów Śl.B"

ZAPRASZAMY, POLECAMY, PROMUJEMY!
ZACHĘCAMY DO SKORZYSTANIA Z OFERTY NAJMU LOKALI SM NADODRZE

Fizjoterapeuci

Anna Janczak i Wojciech Golański prowadzą Centrum Fizjoterapii „Manufaktura Zdrowia". Pomagają w wieu dolegliwościach, rehablitują. Czym jeszcze zajmują się w swoim gabinecie...

- Czym, w kilku zdaniach, zajmuje się fizjoterapeuta?

Fizjoterapeuci leczą dysfunkcje układu nerwowo-mięśniowego, mięśniowo-szkieletowego, sercowo naczyniowego i oddechowego. Pomagamy dojść do pełnej sprawności zarówno w czynnościach dnia codziennego jak i w profesjonalnym sporcie.

- Jaka jest Wasza oferta dla mieszkańców Głogowa?

W Centrum Fizjoterapii Manufaktura Zdrowia prowadzimy indywidualną, aktywną rehabilitację. Po przeprowadzonym wywiadzie i badaniu fizykalnym staramy się znaleźć przyczynę bólu u pacjenta i tak dobrać terapię aby jak najszybciej pozbyć się problemu.

OFERUJEMY:

- **TERAPIĘ MANUALNĄ,**
- **TERAPIĘ POWIĘZIOWĄ,**
- **KINESIOTAPING,**
- **TERAPIĘ PRZECIWOBRZĘKOWĄ,**
- **MEDYCZNY TRENING FUNKCJONALNY,**
- **REHABILITACJĘ POOPERACYJNĄ,**
- **MASAŻ (SPORTOWY, KLASYCZNY, LECZNICZY).**

- Kiedy zgłosić się do fizjoterapeuty?

Najważniejsze żeby nie zwlekać. Nie czekajmy do momentu kiedy nasz ból zaczyna przeszkadzać w czynnościach dnia codziennego. To wyraźny sygnał, że najwyższy czas się tym zająć. W imię zasady, że lepiej zapobiegać niż leczyć warto co jakiś czas skorzystać z zabiegów fizjoterapii. Warto wspomnieć, że fizjoterapia ma swoje zastosowanie również w takich problemach jak bóle głowy, zawroty głowy, dysfunkcje stawów skroniowo-żuchwowych.

- Z jakimi problemami zgłaszają się do Pana pacjenci?

Najczęściej pacjenci zgłaszają się z problemami bólowymi kręgosłupa oraz stawów obwodowych np. rwa kulszowa, łokieć tenisisty, kolano biegacza. Dominują również pacjenci z obrzękami limfatycznymi oraz z dysfunkcjami neurologicznymi np. udar mózgu.

- Niektórym dolegliwościom możemy zapobiegać. Jak dbać o siebie i swoje zdrowie?

Nasze ciało jest stworzone do obciążeń. Systematyczna aktywność fizyczna pozytywnie stymuluje nasz układ mięśniowo- szkieletowy. Większość problemów bólowych naszych czasów związanych jest z siedzącym trybem życia. To pozycja siedząca powoduje wiele dysfunkcji kręgosłupa oraz miednicy. Regularnie uprawiając jakąś aktywność np. bieganie, nordic walking chronimy nasze ciało przed przewlekłymi bólami kręgosłupa i stawów.

- Polecilibyście ćwiczenia, które możemy wykonać sami, które będą bezpieczne?

Dla każdego człowieka ćwiczenia powinny być dobrane indywidualnie pod względem jego stanu zdrowia, możliwości fizycznych oraz budowy anatomicznej. Istnieją pewne schematy ćwiczeń które może wykonywać każdy ale pod względem prawidłowej techniki napinania mięśni warto skorzystać z porady fizjoterapeutycznej.

- Jak się prowadzi własny biznes w Głogowie?

W Głogowie specjalność naszej pracy ciągle rozwija się, przez coraz większą świadomość o profilaktyce zdrowotnej. Pacjenci szukają alternatyw dla tradycyjnych metod leczenia farmakologicznego i to pozwala na utrzymanie się na głogowskim rynku.

SMN
Spółdzielnia Mieszkaniowa NADODRZE
Zespół d/s lokali użytkowych i dzierżaw
tel. 76 852 07 96; 501 503 133
lokaleuzytkowe@smnadodrze.pl
Głogów, Al. Wolności 19

Kanalizacja to nie śmietnik

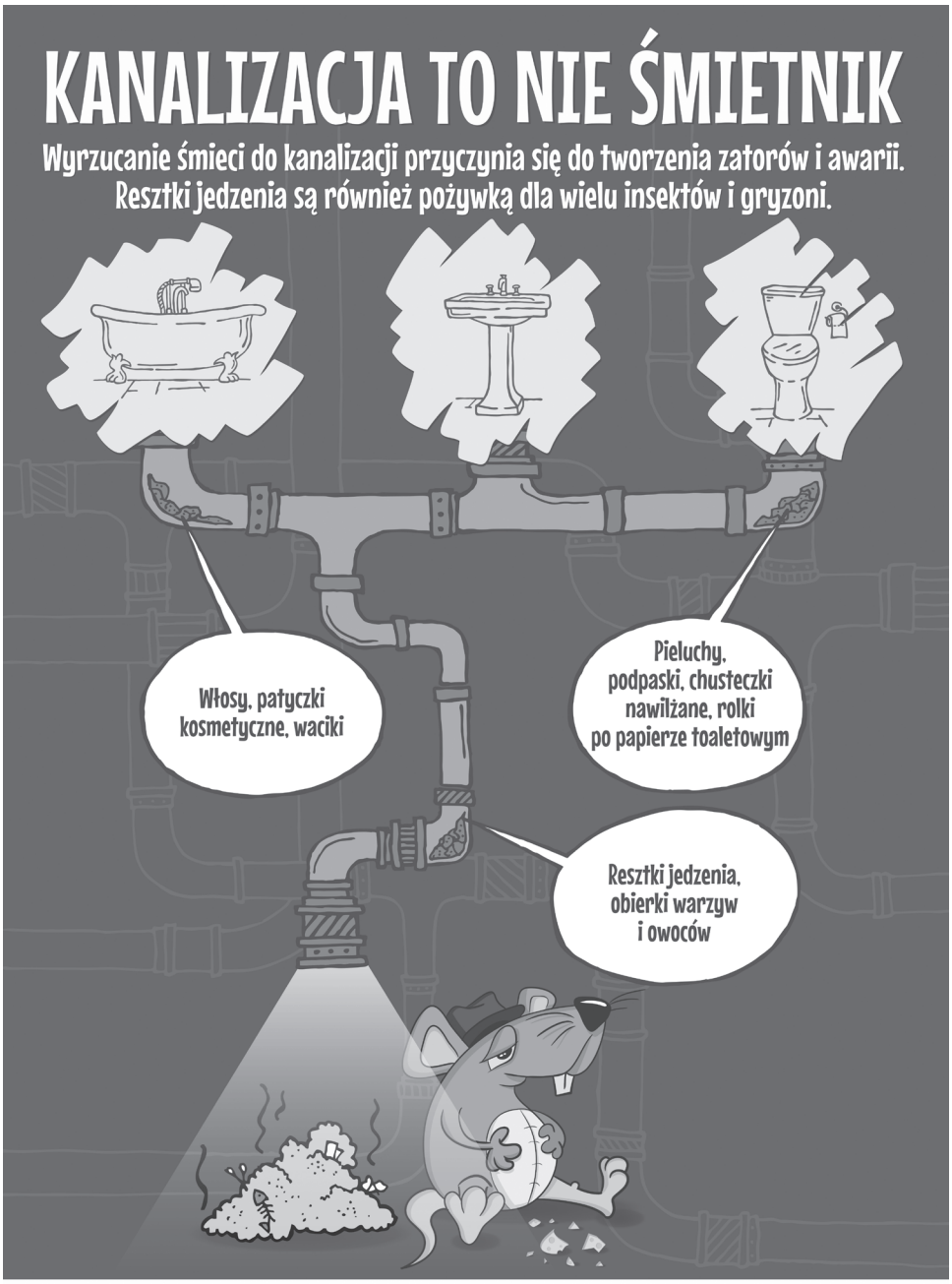
Kanalizacja to nie śmietnik – plakaty z takim hasłem pojawiły się między innymi w windach budynków zarządzanych przez Spółdzielnię Mieszkaniową „Nadodrze" w Głogowie. Mają trafić do świadomości lokatorów i pokazać, jak ważne jest właściwe dbanie o instalację kanalizacyjną w mieszkaniu.

Z roku na rok koszty utrzymania instalacji kanalizacyjnej wzrastają. Wynika to m.in. z wprowadzania do rur różnego rodzaju przedmiotów. Znajdujemy tam artykuły sanitarne czy zabawki. Najgorsze są jednak materiały budowlane – kleje, zaprawy, fragmenty płytek. To powoduje zatykanie i niedrożność instalacji. - Apelujemy, aby lokatorzy tego nie robili. Wpływa to na koszty eksploatacyjne, jak i na fundusz remontowy - mówi Tadeusz Kilan, kierownik osiedla Śródmieście.

Czyszczenie kanalizacji to koszt od kilkudziesięciu do kilkuset złotych. Remont czy wymiana odcinka instalacji to już koszty sięgające kilku tysięcy złotych.

Dla kanalizacji niebezpieczne są także odpaady spożywcze, w tym przede wszystkim tłuszcze, które osiadają na ściankach rur i powodują zatory. Wyrzucana w ten sposób żywność jest też pożywką dla owadów i gryzoni. Niebezpieczne są również chusteczki higieniczne, pieluchy, patyczki kosmetyczne.

Jak więc zadbać o kanalizację w mieszkaniu? Oszczędzanie na ciepłej wodzie powoduje zatłuszczanie kanalizacji. Zwęża się przepływ i sami sobie działamy na szkodę. Warto też od czasu do czasu użyć środków do czyszczenia rur. Najlepsze są te w formie żelu. Odradzamy używanie środków w formie granulatu. Co prawda udrażniają rury, ale wytworzona z nich piana osiada na ściankach rur, krystalizuje się i zwęża średnicę przepływu.



SMN Spółdzielnia Mieszkaniowa NADODRZE
WWW.SMNADODRZE.PL
SMNADODRZE
SMNADODRZE

GŁOGOWSKI PORTAL INFORMACYJNY
www.glogow.info.pl
NAJNOWSZE INFORMACJE • OGŁOSZENIA • FOTORELACJE • FILMY • FORUM • GŁOGOWSKI BIZNES

ZADBAJ W SWOIM

AUTOR
Łukasz Kacprzak
st. inspektor ds. BHP i p.poż.

Czy na pewno możesz czuć się bezpiecznie we własnym mieszkaniu? Czy zastanawiałeś się jak zmniejszyć ryzyko wypadku, który może zdarzyć się w Twoich „czterech ścianach”? Czy nie narażasz sąsiadów na niebezpieczeństwo podczas swojej nieobecności? Zastanów się, zanim będzie za późno.

„Wszędzie dobrze, ale w domu najlepiej” - każdy zna to powiedzenie i niejednokrotnie do niego się odnosił. W domu (mieszkaniu) czujemy się bezpiecznie i wiemy, że zawsze mamy do czego wrócić. Poczucie bezpieczeństwa nie zawsze jednak idzie w parze z faktycznym zapewnieniem bezpieczeństwa sobie i własnej rodzinie.

Ulegamy rutynie

O wypadek nie trudno, nawet we własnym mieszkaniu. Statystyki wskazują, że około 20% wszystkich wypadków miało miejsce we własnym domu, w środowisku, które doskonale znamy. Właśnie z tego powodu ulegamy rutynie i nie dostrzegamy czyhających zagrożeń. Najczęściej do wypadków dochodzi w kuchni i w salonie, nierzadko w łazience. Osobami najbardziej zagrożonymi są dzieci do lat 5 (szczególnie chłopcy) oraz osoby starsze – po 65 roku życia. Nie oznacza to, że pozostałe grupy osób są zawsze bezpieczne. Ponad 70% osób poszkodowanych z powodu wypadku w domu to osoby, które doznały urazów na skutek upadku. Dotyczy to przede wszystkim osób starszych. Dzieci najczęściej doznają skaleczeń i otarć (25%). Pozostałe urazy to oparzenia (18%), stłuczenia i złamania spowodowane upadkiem z wysokości (14%), zatrucia lekami czy środkami chemicznymi oraz różnego rodzaju zadławienia. Większości z tych wypadków można zapobiec.

Przede wszystkim dzieci

W pierwszej kolejności należy zwrócić uwagę na bezpieczeństwo dzieci. Zastanowić się, czy znajdujące się w mieszkaniu przedmioty, mogące stanowić zagrożenie, są odpowiednio zabezpieczone i znajdują się w miejscu, do którego nie mają one dostępu. Pomyślmy, gdzie przechowujemy ostre lub ciężkie narzędzia ręczne, elektronarzędzia, elektryczne urządzenia kuchenne, sztućce, artykuły spożywcze, które bez odpowiedniego przetworzenia mogą być przyczyną zatrucia lub zadławienia, inne przedmioty, którymi dziecko może się zadławić, chemię gospodarczą, leki itd. Tego typu przedmioty należy przechowywać w górnych szafkach, na górnych półkach lub w górnych szufladach. Przedmioty szczególnie niebezpieczne warto przechowywać w miejscach lub pomieszczeniach zamykanych na klucz.

Ścianka wspinaczkowa

Należy także zwracać uwagę na rozmieszczenie i rodzaj wyposażenia znajdującego się w mieszkaniu. Niewłaściwe ustawienie taboretów, krzeseł i stołu może stanowić swojego rodzaju „plac wspinaczkowy” dla dziecka, który będzie stwarzał zagrożenie upadkiem z wysokości. Jeśli ów zestaw będzie znajdował się przy oknie, istnieje niebezpieczeństwo wejścia dziecka na wysokość umożliwiającą samodzielne otworzenie okna i wypadnięcie na zewnątrz. W takim przypadku zasadne jest zastosowanie klamek okiennych blokowanych na klucz. Natomiast wysokie meble lub te, które wyposażone są w szuflady, mogą łatwo zamienić się w „ściankę wspinaczkową” dla dzieci. Tego typu wyposażenie należy mocować do ściany w górnej ich części, aby uniemożliwić ich przewrócenie się na dziecko.

Osobami najbardziej zagrożonymi są dzieci do lat 5 (szczególnie chłopcy) oraz osoby starsze – po 65 roku życia. Nie oznacza to, że pozostałe grupy osób są zawsze bezpieczne. Ponad 70% osób poszkodowanych z powodu wypadku w domu to osoby, które doznały urazów na skutek upadku.

W przypadku, gdy domownikami są małe dzieci, pomyślmy również o zabezpieczeniu narożników mebli, aby zminimalizować skutki ewentualnego uderzenia o nie. Drzwiczki i szuflady powinny być zablokowane specjalnymi zabezpieczeniami, w które można się zaopatrzyć w sklepach z artykułami dla dzieci lub marketach budowlanych. Uniemożliwi to dostęp do niebezpiecznych przedmiotów znajdujących się wewnątrz.

Uwaga na prąd

Istotnym zagrożeniem są również gniazda elektryczne, do których otworów z łatwością zmieszczą się małe paluszki. Łatwo wyeliminować to zagrożenie, poprzez zastosowanie nakładek osłaniających gniazdo, które także dostępne są we wskazanych powyżej sklepach. Urządzenia RTV i AGD również są źródłem zagrożenia. Telewizory bezpieczniej jest powiesić na ścianie, poza zasięgiem dzieci, zamiast stawiać je na niskich komodach, z których stosunkowo łatwo mogą być strącone. Wysokie kolumny głośnikowe warto przytwierdzić do podłoża, choćby dwustronną taśmą przylepną. Zakupując sprzęt AGD należy zwracać uwagę na zastosowane w nim zabezpieczenia przed ingerencją dzieci, tj.: szyby piekarników izolujące przed wysoką temperaturą, elektryczne płyty kuchenne blokowane przez użycie ich przycisków w odpowiedniej kombinacji, blokady w pralkach uniemożliwiające ich uruchomienie przy otwartych drzwiczkach lub otworzenie w czasie pracy pralki.

O BEZPIECZEŃSTWO MIESZKANIU

Ważnym zagrożeniem dla grupy najmłodszych lokatorów jest możliwość poparzenia się przedmiotami takimi jak żelazko, lokówka albo czajnik. Nie pozostawiajmy ich w zasięgu dzieci. Pamiętajmy również o gorących posiłkach i napojach, które łatwo strącić ze stołu lub blatu kuchennego bezpośrednio albo rzuconą zabawką (piłki, klocki itp.). Przygotowując posiłki na kuchenkach korzystajmy z palników lub pól płyt elektrycznych znajdujących się w tylnej ich części, zamiast tych z przodu. Dziecku trudniej je dosięgnąć i oparzyć się. Naczynia ustawiajmy na środku stołu lub na blatach przy ścianie, a nie z brzegu.

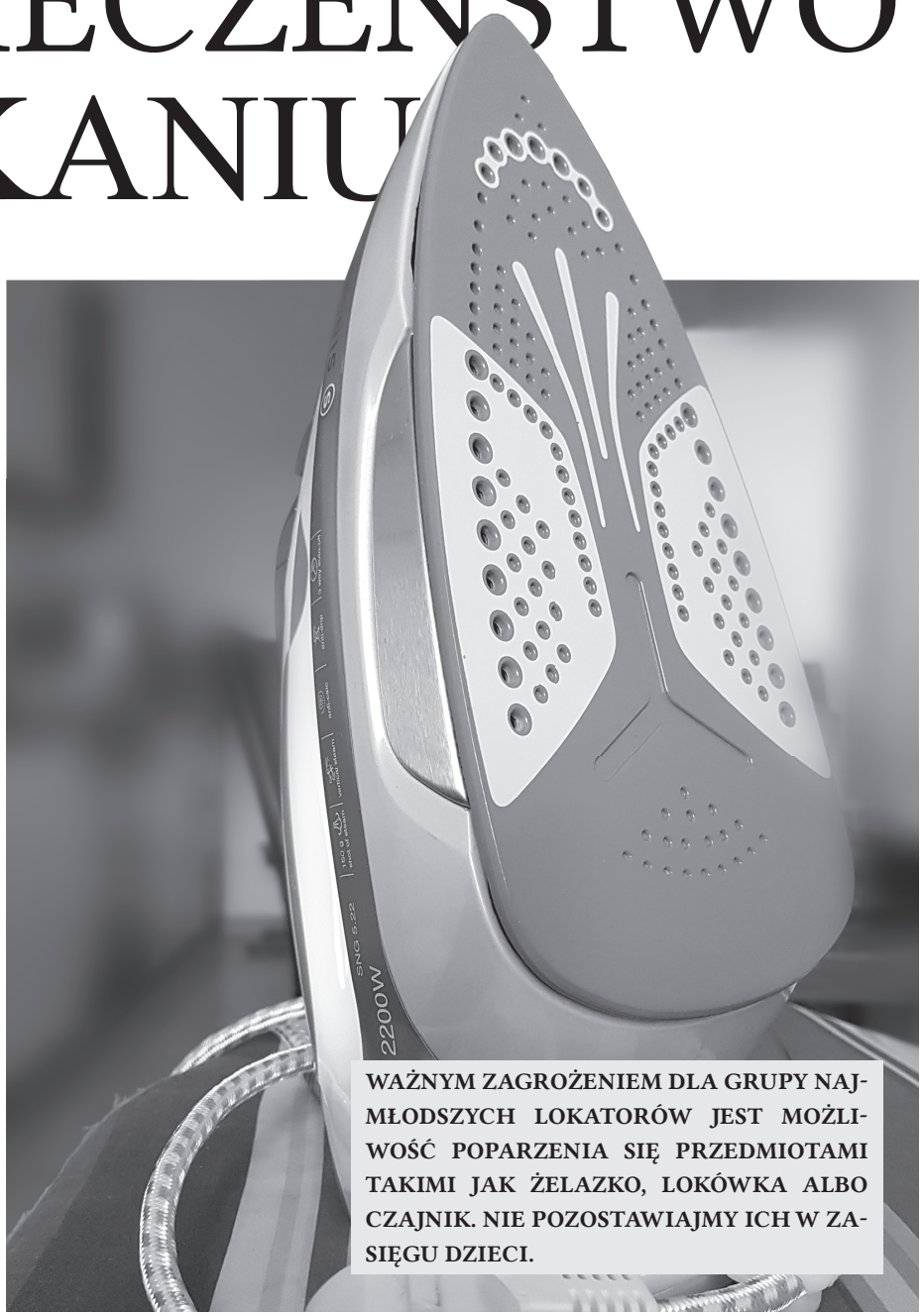
Kreatywność dzieci jest nieskończona. Miejmy to na uwadze i pamiętajmy, że wpływa ona bezpośrednio na bezpieczeństwo, a w zasadzie na powstawanie zagrożeń w czasie codziennych zabaw oraz zwykłych czynności domowych. Pomyślmy o tym, jak chronić najmłodszych i zróbmy wszystko, aby nie dopuścić do tragedii.

Prąd i woda

Kolejnym z istotnych zagrożeń w łazienkach i kuchniach jest prąd elektryczny, a dokładniej urządzenia elektryczne podłączone do gniazd pomimo, że nie są używane. Stwarza to duże ryzyko porażenia prądem w sytuacji, kiedy urządzenie (np. suszarka do włosów) wpadnie do wanny w czasie kąpieli. Podobne zagrożenie występuje w kuchni w pobliżu zlewozmywaka. Pamiętajmy, aby odłączać urządzenia z gniazd, kiedy ich nie używamy. Zwracajmy również uwagę na stan przewodów wszelkiego rodzaju sprzętu RTV i AGD, których uszkodzona izolacja może stworzyć zagrożenie porażenia prądem.

W kuchni należy bezwzględnie pamiętać, że tłuszczy, które zapaliły się w garnku czy na patelni, absolutnie nie wolno gasić przez zalanie wodą. Powoduje to nagłe intensywne rozprzestrzenienie pożaru i najczęściej znaczne poparzenia osoby gaszącej. W takiej sytuacji należy przykryć naczynie pokrywką, odcinając dopływ tlenu do palącego się tłuszczu.

Nie zapominajmy również w życiu codziennym, aby w mieszkaniu zwracać uwagę na ergonomię. Właściwe ustawienie mebli w mieszkaniu, a w przypadku kuchni rozmieszczenie urządzeń AGD, ma bezpośrednie przełożenie na wygodne i sprawne użytkowanie, ale także na bezpieczeństwo. Planując usytuowanie poszczególnych elementów, zwróćmy uwagę na zachowanie wystarczających odległości i wysokości, aby minimalizować ryzyko uderzeń przy poruszaniu się po mieszkaniu lub niepotrzebnego sięgania do wyposażenia umieszczonego zbyt wysoko. Jeśli to nieuniknione, zapewnijmy sobie dostęp do miejsc usytuowanych wysoko, takich jak wiszące szafki kuchenne, karnisze, podwieszane suszarki na bieliznę, stosując rozkładane drabinki. Nie zajmują one wiele miejsca, a mają znaczący wpływ na poprawę bezpieczeństwa.



WAŻNYM ZAGROŻENIEM DLA GRUPY NAJMŁODSZYCH LOKATORÓW JEST MOŻLIWOŚĆ POPARZENIA SIĘ PRZEDMIOTAMI TAKIMI JAK ŻELAZKO, LOKÓWKA ALBO CZAJNIK. NIE POZOSTAWIAJMY ICH W ZASIĘGU DZIECI.

W sytuacjach kiedy wychodzimy z domu pamiętajmy o zasadzie pięciu testów. Sprawdzamy, czy wyłączyliśmy kuchenkę, piekarnik, żelazko, grzejnik gazowy lub elektryczny oraz czy zakręciliśmy krany (również dopływowy do pralki). Warto zastanowić się nad wyposażeniem mieszkania w gaśnicę typu ABC o pojemości środka gaśniczego 2 – 4 kg. Pamiętajmy, że urządzeń elektrycznych pod napięciem nie wolno gasić wodą. Grozi to porażeniem prądem elektrycznym.

Nie ma nic cenniejszego niż zdrowie i życie. Zadbajmy o nie kiedy jest na to czas. Nie bądźmy „mądrym Polakiem po szkodzie". Niestety, nie wszystkich zdarzeń można uniknąć. Kiedy jednak dojdzie do wypadku i poważnych urazów, będziemy zastanawiać się, co mogliśmy zrobić, aby zapobiec nieszczęściu. Dla wytłumaczenia nas samych dobrze mieć w myśli argument: Zrobiłem wszystko, co było możliwe.

Remonty z głową

Rozmowa z Jerzym Zimnym, wiceprezesem SM „Nadodrze".

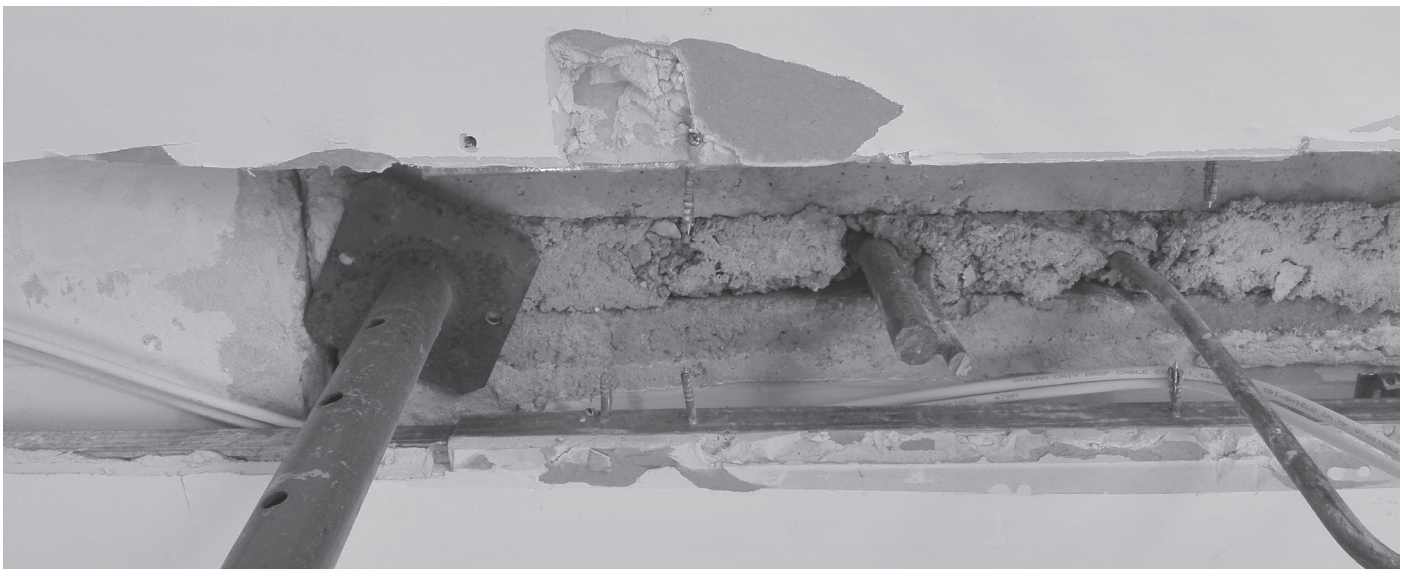
Tematu remontów nie poruszamy bez powodu. Niedawno na jednym z osiedli lokator wyburzył w swoim mieszkaniu ścianę nośną.

- Tak, to było bardzo skrajne, nieodpowiedzialne i niebezpieczne zachowanie. Naruszenie ściany nośnej destabilizuje konstrukcję budynku, doprowadzając do awarii, a w skrajnym wypadku do katastrofy budowlanej. Na szczęście w tym przypadku otrzymaliśmy informację o takich pracach od sąsiadów i szybko zareagowaliśmy. Być może uniknęliśmy bardzo poważnych skutków. Mimo to zgłosiliśmy ten fakt do prokuratury i nadzoru budowlanego. Tak będziemy działać w podobnych przypadkach. Będziemy również domagać się odszkodowania za takie nieodpowiedzialne zachowania. Przestrzegamy i apelujemy, by lokatorzy nie podejmowali samodzielnych decyzji w sprawie dużych remontów w mieszkaniach, zwłaszcza tych, które dotyczą instalacji i elementów konstrukcji budynku. Na wiele z takich prac wymagane są zgody i zezwolenia.

Czy mieszkańcy powinni zgłaszać w Spółdzielni zamiar prowadzenia remontu w mieszkaniu?

- To zależy od zakresu i rodzaju planowanych prac. Jeśli mówimy o malowaniu ścian, czy kładzeniu paneli, to można to wykonać bez informowania Spółdzielni. Na-

PRZESTRZEGAMY I APELUJEMY, BY LOKATORZY NIE PODEJMOWALI SAMODZIELNYCH DECYZJI W SPRAWIE DUŻYCH REMONTÓW W MIESZKANIACH, ZWŁASZCZA TYCH, KTÓRE DOTYCZĄ INSTALACJI I ELEMENTÓW KONSTRUKCJI BUDYNKU. NA WIELE Z TAKICH PRAC WYMAGANE SĄ ZGODY I ZEZWOLENIA.



tomiast każdy większy remont dobrze jest zgłosić w Administracji Osiedla. Wówczas otrzymamy informacje, czy potrzebne są zgody na poszczególne prace. Warto wystąpić o wytyczne, jak przeprowadzić remont, by był zgodny z przepisami i nie zagrażał konstrukcji budynku, nie naruszał ciągów wentylacyjnych oraz części wspólnych instalacji centralnego ogrzewania, wody, kanalizacji, gazu, elektrycznej lub też nie zagrażał innym lokatorom.

Dotyczy to także mieszkań własnościowych?

- Oczywiście. Prawo własności w budynkach wielolokalowych jest prawem ograniczonym. Nie obejmuje części wspólnych, m.in. ścian konstrukcyjnych i instalacji. W takiej sytuacji, gdy zamierzamy ingerować w instalacje czy konstrukcję nośną, musimy powiadomić Spółdzielnię i otrzymać zgodę na takie prace. Spółdzielnia jako zarządca odpowiada za stan budynków. W swoich szeregach mamy doświadczonych fachowców z branży budowlanej czy instalatorskiej. Dobrze wiedzą, jakie prace mogą być niebezpieczne dla konstrukcji budynku, dla instalacji. Warto z ich wiedzy skorzystać.

Wspomniał Pan, że informację o wyburzeniu ściany konstrukcyjnej w mieszkaniu przekazali sąsiedzi. To pokazuje, że wielu z nich ma świadomość, iż niektóre prace remontowe mogą być niebezpieczne dla budynku.

- Zgadza się. Wielu lokatorów zgłasza się do nas, gdy sami prowadzą remonty i konsultują zakresy prac. Bywają też takie sygnały od zaniepokojonych osób, które podejrzewają, że sąsiad prowadzi prace ingerujące w konstrukcję budynku. Będziemy weryfikować takie zgłoszenia dla wspólnego bezpieczeństwa.

Rodzinne studio fitness

Treningi dla pań, panów, seniorów, dzieci, kobiet w ciąży i młodych mam. Zumba, pilates, kalistenika.
U nas każdy znajdzie coś dla siebie!

Fitness Mania Studio
ul. Wita Stwosza 5
Głogów
+48 695 983 980
studio@fitness-mania.pl

Fitness Mania

Instalacje

- remonty, przeglądy i kilka

A MOŻE CZAS NA ZMIANĘ ŻARÓWEK LUB OPRAW OŚWIETLENIOWYCH?

Tradycyjne żarówki przez ostatnich kilka lat są stopniowo wycofywane z obiegu. Aktualnie w sklepach można spotkać w ofercie te „słabsze" – o mocy 25 lub 60 W, jednak i one niedługo mogą zostać objęte zakazem sprzedaży.

Alternatywą w oświetleniu mieszkań są żarówki halogenowe i świetlówki energooszczędne, oraz ostatnio - żarówki z diodami ektroluminescencyjnymi popularnie nazywane LED-ami.

Wprowadzony przez Komisję Europejską przepis podyktowany jest względami ekologicznymi i dążeniem do minimalizowania zużycia energii elektrycznej.

Zdecydowanymi atutami LED-ów są wydajność i trwałość. W oprawie wyposażonej w skuteczny system odprowadzania ciepła mogą działać 50 tys. godzin lub więcej. Dostępne są diody, które możemy wkręcić w oprawę tak jak tradycyjną żarówkę, świecące do 30 tys. godzin (wycofane żarówki świeciły przeciętnie 1000 godzin). Po tym okresie diody nie przestają świecić – dają natomiast mniej światła. Podawana trwałość LED oznacza, że po czasie określonym przez producenta, ilość emitowanego światła spada poniżej 70% pierwotnej wartości. Ze względu na swoje właściwości, bez problemu można je stosować w miejscu przeznaczonym do pracy, nauki lub czytania. Dobrze spisują się także tam, gdzie światło zapala się na krótko. Częste włączanie i wyłączanie nie skraca ich żywotności, jak ma to miejsce w wypadku lamp wyładowczych (np. jarzeniówek). Po włączeniu LEDy dają „pełen" blask i nie trzeba czekać na ich rozgrzanie. Diody elektroluminescencyjne mogą być stosowane we wszystkich pomieszczeniach (suchych i mokrych) oraz na zewnątrz.

Zdecydowanymi atutami LED-ów są wydajność i trwałość. W oprawie wyposażonej w skuteczny system odprowadzania ciepła mogą działać 50 tys. godzin lub więcej

Na co zwrócić uwagę wybierając oświetlenie typu LED? Przy zakupie diod świecących uważajmy na niepełnowartościowe produkty, których jakość może być znacznie niższa niż oczekiwana. W ich przypadku podawane przez producenta informacje o wyrobie są skąpe lub niepełne.

Niestety dotkliwą dla przeciętnego użytkownika wadą lamp LED jest ich wysoka cena.

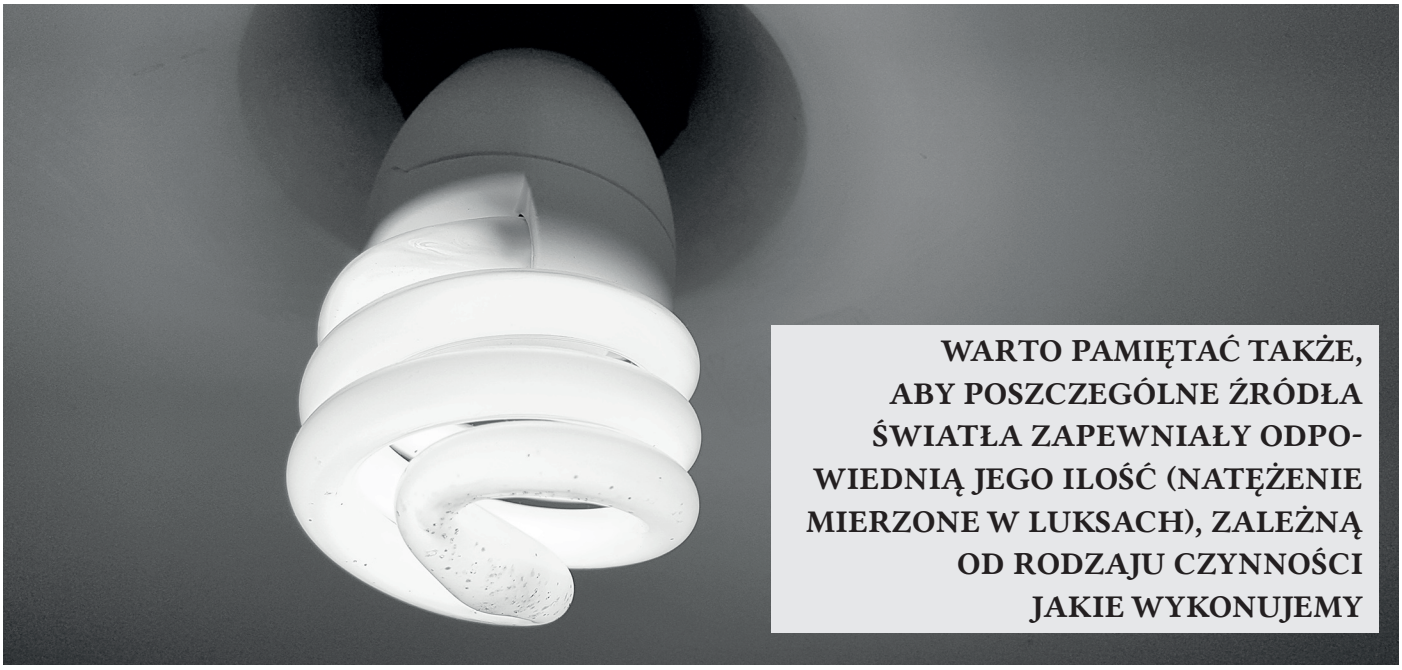
SPHP
SPÓŁDZIELNIA PRACY HANDLOWO-PRODUKCYJNA w GŁOGOWIE
BIURO - Głogów • ul. Spichrzowa 1 • tel. 76 835 76 10, 11
• Drewno kominkowe, węgiel kamienny
• Gazy techniczne
• Materiały budowlane ☎76 835 76 13

ROLNICZY DOM TOWAROWY
Głogów • Al. Wolności 70 • tel. 76 835 76 20
• Meble, dywany ☎22
• Sprzęt AGD, artykuły elektryczne ☎20
• Art. chemiczne, farby, żaluzje, zabawki ☎21
• Art. instalacyjne, sanitarne i metalowe ☎17
• Pasmanteria ☎18
glogow.sphp@gmail.com

elektryczne

innych ważnych informacji

AUTORZY
Szymon Kosmatka
Sebastian Tryka



WARTO PAMIĘTAĆ TAKŻE, ABY POSZCZEGÓLNE ŹRÓDŁA ŚWIATŁA ZAPEWNIAŁY ODPOWIEDNIĄ JEGO ILOŚĆ (NATĘŻENIE MIERZONE W LUKSACH), ZALEŻNĄ OD RODZAJU CZYNNOŚCI JAKIE WYKONUJEMY

Ale biorąc jednak pod uwagę niższe rachunki za prąd, długi okres użytkowania lamp lub żarówek LED , często warto rozważyć taką inwestycję.

Warto pamiętać także, aby poszczególne źródła światła zapewniały odpowiednią jego ilość (natężenie mierzone w luksach), zależną od rodzaju czynności jakie wykonujemy. Przyjmuje się, że do czynności wymagających średniej uwagi potrzebujemy około 300 luksów, do pracy przy komputerze około 500 luksów, a do prac precyzyjnych 750 luksów. Do odpoczynku czy oglądania telewizji wystarczy zaledwie 20-30 luksów. Poniżej 20 luksów człowiek ma problem z rozpoznawaniem rysów twarzy.

Przykładowe wartości natężenia oświetlenia w pomieszczeniach:

• POKOJE
OŚWIETLENIE OGÓLNE W POMIESZCZENIU - 100 - 200 LX,
POLE CZYTANIA I PISANIA 300 - 500 LX
STÓŁ JADALNIANY - 300 - 500 LX,
STANOWISKO DO PRACY PRZY KOMPUTERZE - 500 - 750 LX

• KUCHNIA
OŚWIETLENIE OGÓLNE - 200 - 300 LX,
OŚWIETLENIE MIEJSCOWE NAD SZAFKAMI - 500 LX

• ŁAZIENKI: ŁAZIENKA I TOALETA - 100 - 300 LX, OŚWIETLENIE MIEJSCOWE PRZY LUSTRZE 300 -00 LX

• KORYTARZE, SCHODY, PRZEJŚCIA 50 - 100 LX

Kupno żarówki jest pozornie proste - powinniśmy jednak uważać, jeśli zależy nam na oświetleniu dopasowanym do naszych potrzeb.

Na opakowaniach lamp LED jest wiele pomocnych informacji, a szczególną uwagę należy zwrócić na temperaturę barwową.

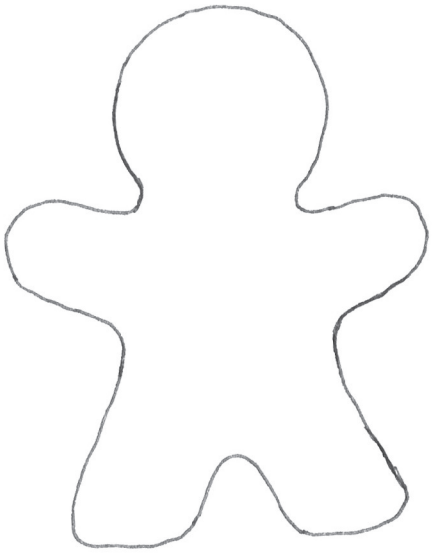
Tradycyjne żarówki generowały oświetlenie o wartości 2700 Kelwinów, dając dobrze wszystkim znane, ciepłe i przytulne światło. Technicznie rzecz ujmując, drut wolframowy zawarty w żarówce rozgrzewał się do takiej właśnie temperatury. Przy wyborze barwy światła LED pomocna będzie poniższa tabela.

2700 K	3000 K	3500 K	4000 K	5000 K	6500 K
- intymny nastrój - przyjazna atmosfera - wypoczynek, spokój - harmonia	- łagodne - ciepłe - przyjazne - relaks	- zachęcające - nienachalne - bardziej dynamiczne	- czyste, schludne - atmosfera nowoczesności - skupienie i praca	- jasne - pobudzające - typowo dynamiczne	- barwa zimna - światło dzienne jak w pełnym słońcu
PONIŻEJ 3300 K CIEPŁE		3300 K NEUTRALNE		5200 K ZIMNE	

PLAC ZABAW LOKATORKA

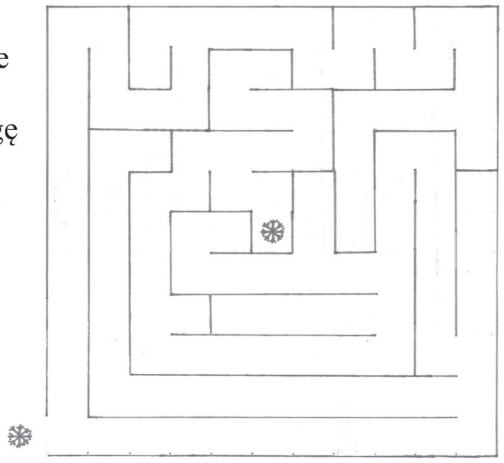
Znajdź jeszcze 9 słów związanych ze świętami :)
Słowa umieszczone są pionowo i poziomo.
Jedna litera może znajdować się w dwóch słowach.
Ciekawe ile czasu zajmie CI to zadanie...

B	D	Ż	P	O	G	Ś	N	I	E	G
O	Z	S	H	M	W	T	S	L	Ń	E
M	J	R	E	N	I	F	E	R	R	P
B	K	O	A	Ł	A	Ń	C	U	C	H
K	Y	A	W	K	Z	N	H	C	I	Z
I	O	D	Ć	P	D	K	O	D	B	B
G	S	J	I	M	K	L	I	Z	W	A
M	I	K	O	Ł	A	J	N	Y	F	Ł
Z	Ń	C	L	A	M	P	K	I	Z	W
W	Ś	N	O	F	Ż	J	A	G	R	A
Z	P	R	E	Z	E	N	T	Y	I	N



Pokoloruj świątecznego pierniczka i choinkową bombkę.
Hmm? Jaki masz pomysł...?

Zgubiły się dwie śnieżynki :(
Narysuj im drogę do siebie :)



Kupon Lokatorka nr 43:

Nazywam się: Mam lat:

Mieszkam:

Imię i nazwisko rodzica/opiekuna: Nr tel.:

Dane, zgodnie z art.2.ust.1.pkt3 ustawy z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych, przetwarzane są w zbiorze sporządzonym doraźnie i po ich wykorzystaniu niezwłocznie są usuwane. Oświadczam, że zapoznałem się z Regulaminem Krzyżówki, który jest dostępny na stronie www.smnadodrze.pl.

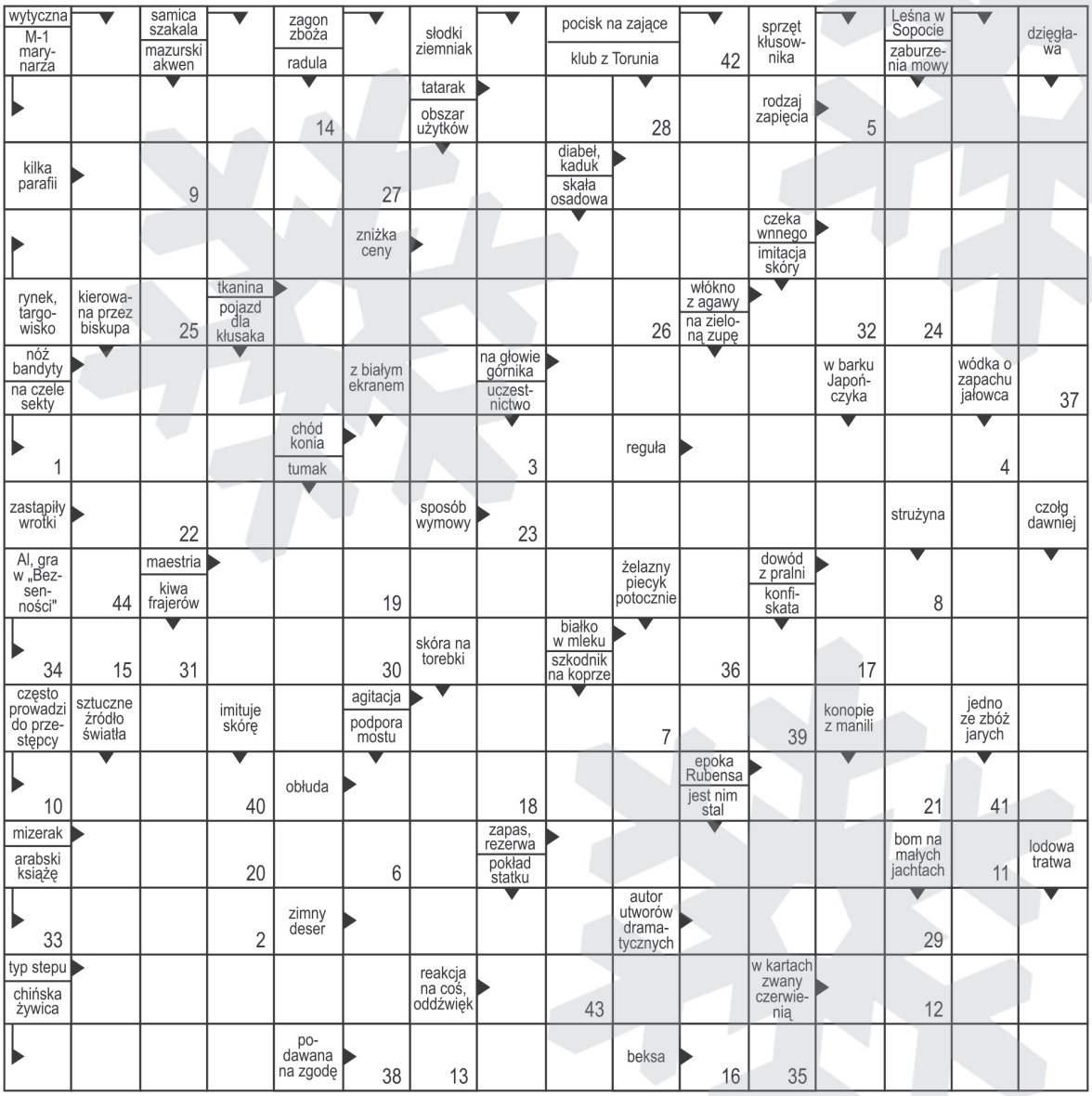
.....
Podpis rodzica/opiekuna

Rozwiązując poprzednie zagadki torciki wygrali: Julia i Michał :) W nagrodę otrzymały po pysznym torciku od Cukierni Meryk.

Dokładnie wypełniony kuponik z rozwiązaniem wrzuć do skrzynki znajdującej się w wejściu do Spółdzielni lub prześlij na adres redakcji (do 15 stycznia 2018 r).
MAGAZYN LOKATORA, Spółdzielnia Mieszkaniowa NADODRZE, Aleja Wolności 19, pok. 34, Głogów.

cukiernia Meryk słodkie chwile
Cafe Meryk
Dom Smaków Marcin Meryk
www.meryk.pl • cukiernia-cafemeryk@post.pl • jesteśmy też na Facebook'u i Instagramie

Krzyżówka Magazynu Lokatora / 43



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 44 utworzą rozwiązanie.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44

Pytanie konkursowe do krzyżówki: W którym roku powstała SM Nadodrze? (1948/1963/2008)
Wśród wszystkich osób, które przyniosą/nadeślą prawidłowe rozwiązania rozlosujemy nagrodę ufundowaną przez firmę KORIM z Głogowa. Kupon należy wrzucić do skrzynki opatrzonej naklejką MAGAZYN LOKATORA w wejściu głównym do budynku Spółdzielni Mieszkaniowej NADODRZE - Aleja Wolności 19, na przeciwko Kancelarii.
Czekamy do 15 stycznia 2018 r. Prosimy o dokładne wypełnienie kuponu i jego podpisanie.

Nagrodę za rozwiązanie krzyżówki z poprzedniego Magazynu Lokatora wylosowała Pani **Danuta Mikuła** - serdecznie gratulujemy! Dziękujemy wszystkim za przesłane rozwiązania i zapraszamy do rozwiązania zamieszczonej wyżej krzyżówki.

Rozwiązanie Krzyżówki Lokatora nr 43:

Imię i nazwisko: Nr tel.:

Adres:

Odpowiedź na dodatkowe pytanie konkursowe:

Dane, zgodnie z art.2.ust.1.pkt3 ustawy z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych, przetwarzane są w zbiorze sporządzonym doraźnie i po ich wykorzystaniu niezwłocznie są usuwane. Oświadczam, że zapoznałem się z Regulaminem Krzyżówki, który jest dostępny na stronie www.smnadodrze.pl.

Podpis

SPONSOREM NAGRODY JEST

KORIM
- kule, laski, wózki inwalidzkie
- stabilizatory stawów
- pasy brzuszne, lędźwiowe
- protezy piersi, peruki
- art. stomatologiczne
- art. higieniczne i pielęgnacyjne

Profesjonalne SKLEPY MEDYCZNE
www.korim.pl
- pieluchomajtki
- sprzęt stomijny
- wkładki ortopedyczne i buty
- ciśnieniomierze, glukometry
- preparaty "TOŁPA"

Realizacja zleceń Narodowego Funduszu Zdrowia

Głogów
ul. Kościuszki 15a
tel./fax 76 835 01 02

Kolędowanie dla Tomka

Tegorocznym beneficjentem akcji charytatywnej „KOLĘDY DLA…” jest 45-letni głogowianin Tomasz Sęk. Po tym, jak przed blisko dwoma laty w głowie Tomka pękł tętniak – rodzina, najbliżsi, przyjaciele, znajomi, ale i chcące pomóc osoby robią wszystko, aby wrócił do normalnego życia. Droga jest długa, ale już widać światełko w tunelu. Niestety, specjalistyczna rehabilitacja, opieka neurologiczna, logopedyczna, całodobowa opieka pielęgniarsko-medyczna generują ogromne sumy. Pod koniec listopada Tomek wrócił z Krakowa, gdzie poddawany był kosztownej rehabilitacji (miesięcznie to około 20 tys. zł).

6 grudnia ruszyła akcja pomocy dla Tomka, której finał zaplanowano na 26 stycznia. Wtedy to na scenie Miejskiego Ośrodka Kultury dla głogowianina zaśpiewają lokalni sportowcy. Koncertową pałeczkę przejmą od dziennikarzy, którzy w ubiegłym roku koncertowali dla małej Amelki. Dla Tomka zaśpiewają m.in. piłkarze nożni, szczypiorniści, siatkarze, motocrossowcy, kick-bokserzy. Wspomagać ich będą wokaliści Studia Talentów, z których inicjatywy od lat trwa kolędowanie dla potrzebujących.

Publiczna zbiórka charytatywna na rzecz Tomka Sęka rozpoczęła się 6 grudnia podczas Jarmarku Świątecznego z okazji Dni Św. Mikołaja. Będzie kontynuowana także podczas Noworocznego Marszobiegu 1 stycznia. Finał objęli swoim patronatem prezydent Głogowa Rafael Rokaszewicz i starosta głogowski Jarosław Dudkowiak.

Przypomnijmy, że od lat Studio Talentów MOK organizuje koncerty charytatywne na rzecz potrzebujących, zwłaszcza w okresie bożonarodzeniowym. Beneficjentami koncertów byli m.in. Dom Samotnej Matki w Głogowie, Oliwier Przybek, Maja Kusy, Amelka Brzezińska i wielu innych.

MAGAZYN LOKATORA
PORADY i INFORMACJE
Wydawca Magazynu Lokatora:
PROJECT74
FOTO
WIDEO
MONTAŻ
GRAFIKA
SOCIAL MEDIA
WYDAWNICTWO
magazynlokatora@gmail.com • tel. 695 879 033
Druk:
NETProjekt
Redaktor naczelny: **Mateusz Kowalski**
Z-ca redaktora naczelnego: **Artur Starczewski**
Redaguje zespół
Adres redakcji: MAGAZYN LOKATORA
Spółdzielnia Mieszkaniowa NADODRZE
Aleja Wolności 19, pok. 34, Głogów
tel. 76 852 07 08; mail: media@smnadodrze.pl
Reklama w Magazynie Lokatora - tel. 695 879 033
Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń.