



**Jakub Szymura zwycięzcą
Olimpiady Wiedzy Górniczej
„O Złotą Lampkę”**

Stypendysta PGG S.A. zwycięzcą Olimpiady Wiedzy Górniczej „O Złotą Lampkę”

Stypendysta Polskiej Grupy Górniczej S.A. Jakub Szymura z Zespołu Szkół Technicznych w Rybniku zwyciężył w ogólnopolskiej XI Olimpiadzie Wiedzy Górniczej „O Złotą Lampkę”, w finale której w czwartek 18 marca zmierzyli się najlepsi adepci górnictwa – uczniowie szkół ponadgimnazjalnych z całego kraju.

Pięte miejsce w Polsce zajął inny z podopiecznych PGG S.A. Paweł Krause – uczeń Powiatowego Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Wodzisławiu Śląskim.

Olimpiada szkolna sprawdzająca wiedzę uczniów z zakresu górnictwa orga-

nizowana jest pod nadzorem pracowników naukowych Wydziału Górnictwa, Inżynierii Bezpieczeństwa i Automatyki Przemysłowej Politechniki Śląskiej w Gliwicach we współpracy z Zespołem Szkół Technicznych w Rybniku, gdzie tradycyjnie co roku odbywa się ogólnokrajowy finał konkursu.

Od kilku lat coraz lepsze wyniki notowali młodzi adepci górnictwa spoza Górnego Śląska – uczniowie techników z Lubina i Dolnego Śląska, ale przedstawiciele najstarszego czynnego obecnie Górnos Śląskiego Zagłębia Węglowego nie zamierzali składać broni. W tym roku spośród setek uczestników do końcowego



Uczniowie-zwycięzcy: Grzegorz Pawelec z Jastrzębia-Zdroju (II miejsce – stoi pierwszy od prawej), Przemysław Tomaszczyk z Pawłowic (III miejsce) i Jakub Szymura z Rybnika (I miejsce) z opiekunami i organizatorami prestiżowej górniczej olimpiady „O Złotą Lampkę”.



Polska Grupa Górnicza S.A., którą podczas finału w Rybniku reprezentował Andrzej Sączek – dyrektor Departamentu Wsparcia HR PGG S.A., była sponsorem olimpiady wspólnie z Prezydentem Miasta Rybnik (honorowy patronat) oraz firmą branży okołogórniczej Azis Mining Service. Spółka PGG S.A. ufundowała dla wszystkich uczestników symboliczne upominki. Finałiści otrzymali pakiety nagród od portalu szkoleniowo-rozwojowego „Akademia PGG”, natomiast laureatom za zajęcie trzech pierwszych miejsc wręczono tablety od Polskiej Grupy Górniczej S.A.

– Jestem pod wrażeniem ogromu wiedzy, którą zgromadzili olimpijczycy, ucząc się tym razem zdalnie ze względu na pandemię. W związku z tym szczególne wyrazy uznania kierujemy do nauczycieli i opiekunów przygotowujących uczniów do olimpiady – powiedział dr Jan Kania z Wydziału Górnictwa, Inżynierii Bezpieczeństwa i Automatyki Przemysłowej Politechniki Śląskiej w Gliwicach, przewodniczący jury.

Laureaci – stypendyści PGG S. A.: Jakub Szymura (w środku) i Paweł Krause z Andrzejem Sączkiem, który reprezentował spółkę.

III etapu zakwalifikowało się dwunastu uczniów szkół górniczych z Rybnika, Orontowic, Pawłowic, Jastrzębia-Zdroju, Wodzisławia Śląskiego i Lubina.

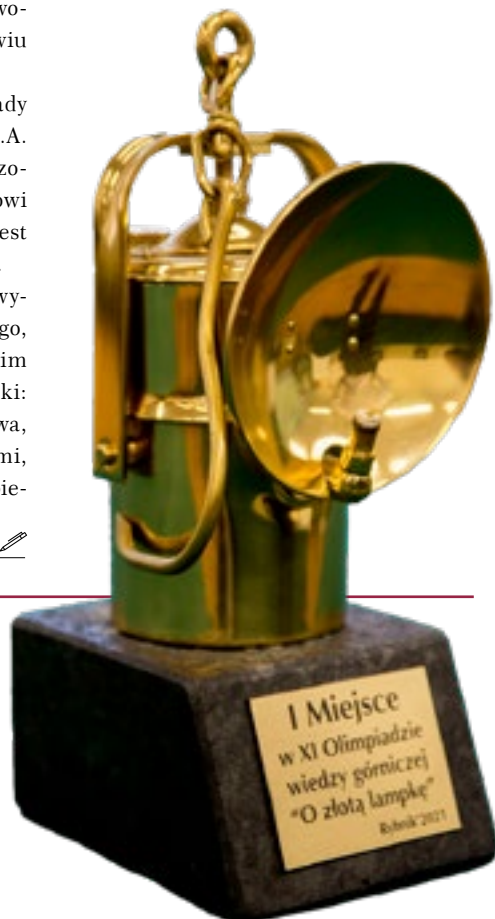
Po teście pisemnym sześciu najlepszych weszło do ścisłego finału (odpowiednio w kolejności zdobytych punktów): Jakub Szymura z Zespołu Szkół Technicznych w Rybniku (nauczyciel Alicja Mańka), Marek Ćmok z Zespołu Szkół Ponadpodstawowych w Orontowicach (nauczyciel Jerzy Krzakała), Przemysław Tomaszczyk z Zespołu Szkół Ogólnokształcących w Pawłowicach (nauczyciel Agnieszka Dworak), Grzegorz Pawelec z Zespołu Szkół nr 6 im. Króla Jana III Sobieskiego w Jastrzębiu-Zdroju (nauczyciel Małgorzata Rolka), Piotr Całka z Technikum MCKK w Lubinie (nauczyciel Danuta

Krynicka-Ciuksa) i Paweł Krause z Powiatowego Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Wodzisławiu Śląskim (nauczyciel Helena Spyra).

Wśród uczestników finału olimpiady było aż czterech stypendystów PGG S.A. Dosłownie jednego punktu do ścisłej czołówki zabrakło Tobiaszowi Barnabasowi z Wodzisławia Śląskiego, finalistą jest także Roman Liszka z ZST w Rybniku.

Finałiści uzyskują maksymalny wynik z pisemnego egzaminu zawodowego, a Politechnika Śląska gwarantuje im przyjęcie bez egzaminów na kierunki: automatyka i informatyka przemysłowa, gospodarka surowcami mineralnymi, górnictwo i geologia, inżynieria bezpieczeństwa.

WITOLD GAŁĄZKA



KOŃCOWA KLASYFIKACJA PO ODPOWIEDZIACH USTNYCH PRZED KOMISJĄ PRZEDSTAWIA SIĘ NASTĘPUJĄCO:

1. **Jakub Szymura**, Rybnik (36 punktów)
2. **Grzegorz Pawelec**, Jastrzębie-Zdrój (30 punktów)
3. **Przemysław Tomaszczyk**, Pawłowice (28 punktów)
4. **Marek Ćmok**, Orontowice (27 punktów)
5. **Paweł Krause**, Wodzisław Śl. (26 punktów)
6. **Piotr Całka**, Lubin (25 punktów).



Drodzy Górnicy! Drogie Rodziny Górników!

Przed nami Święta Zmartwychwstania Pańskiego, największe i najważniejsze święta naszej chrześcijańskiej wiary, święta zwycięstwa Jezusa Chrystusa nad grzechem i śmiercią.

Święta Wielkanocne są dla nas wszystkich okazją do spotkania ze Zwycięzcą i Dawcą Pokoju, którego warto prosić, by przeprowadził nas jak nowy Mojżesz przez czas pustyni i niebezpieczeństwa, byśmy, zgodnie i mądrze współdziałając, pokonali zagrożenia związane z epidemią i w pokoju budowali już dziś naszą wspólną przyszłość.

Przesyłam serdeczne życzenia wielkanocne - Bożego wsparcia i dobrego zdrowia oraz pokrzepienia i wytrwałości w tym niełatwym czasie nieuchronnych zmian w sektorze górniczym i trwających zmagania o kształt umowy społecznej w tej sprawie.

Życzę Wam i Waszym Bliskim rodzinnego pokoju i szczęścia oraz bezpieczeństwa i wolności od zagrożenia zdrowia i życia. Niech Wasze domy i mieszkania będą zawsze bezpieczną przystanią dla Waszej małżeńskiej i rodzinnej wspólnoty!

Zapewniam Was o modlitwie. Sprawując świętą liturgię w Niedzielę Zmartwychwstania Pańskiego w naszej katowickiej katedrze, będę szczególnie pamiętał o Was, o Waszych rodzinach i o wszystkich trudnych sprawach i wyzwaniach, przed którymi staje branża górnicza i cały Górny Śląsk.

Wzywając ku pomocy Waszą Patronkę – św. Barbarę i św. Józefa udzielam pasterskiego błogosławieństwa!



Szczęść Boże!

† Wiktor Skworc
ARCYBISKUP METROPOLITA
KATOWICKI



POLSKA GRUPA
GÓRNICZA

***Z** okazji nadchodzących **Świąt Wielkiej Nocy**,
wszystkim Pracownikom Polskiej Grupy Górniczej S.A. oraz Waszym rodzinom
składamy najserdeczniejsze życzenia zdrowia, pogody ducha
oraz prawdziwej radości.*

*Życzymy, aby ten świąteczny czas, spędzony w gronie najbliższych
był dla Państwa czasem wyjątkowym, pełnym wzajemnej życzliwości,
przynoszącym wytchnienie, optymizm i nadzieję na lepsze jutro.*

*Niech radość płynąca ze Zmartwychwstania Pańskiego umacnia
w Was wiarę, a spokój i radosny, wiosenny nastrój towarzyszą Państwu
nie tylko w okresie świątecznym.*

*Zarząd oraz Rada Nadzorcza
Polskiej Grupy Górniczej S.A.*

kwiecień 2021 w numerze:

03 Stypendysta PGG S.A. zwycięzcą Olimpiady Wiedzy Górniczej „O Żółtą Lampkę”

07 fakty • liczby • wydarzenia

08 Niewielkie datki ratują życie

Działalność Fundacji Rodzin Górniczych.

10 Pomóż poszkodowanym przez górnicze tragedie - przełącz 1% podatku

Fundacja Rodzin Górniczych.

13 **PGG Family**

Oferta dla pracowników PGG S.A. i ich Rodzin.

18 **Pokonywanie trudności**

Jak „kolory” radzą sobie z wyzwaniami.

20 **Technicznie i praktycznie**

Nowy cykl Departamentu Wsparcia HR.

22 **Lekcje projektowania**

Zarządzanie projektami w ujęciu tradycyjnym.

24 **Diagnostyka z „Ziemowita”**

Platforma pozwalająca na automatyczną diagnostykę, dobór podporności wstępnej, jak i kontrolę oddziaływania stropu na obudowę ścianową.

27 **O sowieckiej zbrodni przypominają znaczki poczty podziemnej**

Rubryka redagowana we współpracy ze Śląskim Centrum Wolności i Solidarności.

28 **Szczepionka przeciw COVID-19 - FAKTY I MITY**

Niektóre z teorii krążących wokół tematu szczepień przeciw COVID-19.

30 **GIG**

31 **Szarlej**

Kraina bojek Dziadka Edka.

32 **WIADOMOŚCI ZE ŚWIATA**

34 **Bo w życiu warto walczyć o wszystko z całych sił**

Aleksander Jasiewicz to bokser walczący w kategorii wagowej lekkopółśredniej.

PGG family 13



Akademia PGG 18-23

INNTECH PGG
INŻYNIERIA JUTRA

24 **Rubryka BIURA INNOWACJI I IMPLEMENTACJI NOWYCH TECHNOLOGII**



POLSKA GRUPA
GÓRNICZA

ADRES REDAKCJI:

40-039 Katowice, ul. Powstańców 30, p. 105
tel. 32 757 20 92

WYDAWCA:

Polska Grupa Górnicza S.A.
40-039 Katowice, ul. Powstańców 30

Biuro Public Relations i Komunikacji Wewnętrznej

DYREKTOR BIURA:

Tomasz Głogowski, t.glogowski@pgg.pl

REDAKTOR NACZELNY:

Aleksandra Wysocka-Siembiga, a.wysocka-siembiga@pgg.pl

REDAKTORZY:

Agnieszka Ambroź, Jan Czipionka, Witold Całózka

REDAKCJA ZASTRZEGA SOBIE PRAWO DO KOREKTY I SKRACANIA NADEŚLANYCH TEKSTÓW.

ODDANO DO DRUKU: 23.03.2021 R.

ZDJĘCIE NA OKŁADCE: JAKUB SZYMURA – ZWYCIĘZCA OLIMPIADY WIEDZY GÓRNICZEJ „O ŻŁOTĄ LAMPKĘ”. FOT. ZST RYBNIK.

NAKLAD: 15 000 EGZ.

Wiadomości
ze świata

32

ZARZĄD

Nowy przewodniczący Rady Nadzorczej

26 LUTEGO BR. podczas posiedzenia Rady Nadzorczej Polskiej Grupy Górniczej S.A. jej członkowie postanowili powierzyć funkcję przewodniczącego Michałowi Stępniewskiemu. Od 1 marca zastąpił na tym stanowisku prof. nadzw. dr hab. Barbarę Piontek, która stoi obecnie na czele zarządu Jastrzębskiej Spółki



Węglowej. Michał Stępniewski, radca prawny, ekspert w zakresie finansów i rynków kapitałowych, reprezentuje w Radzie Nadzorczej PGG

S.A. jednego z akcjonariuszy, spółkę PGNiG Termika. Ukończył studia na Wydziale Prawa Uniwersytetu Warszawskiego oraz studia Prawa Brytyjskiego przy Uniwersytecie w Cambridge. Od 2017 roku jest także wiceprezesem zarządu Krajowego Depozytu Papierów Wartościowych. Od 2005 do 2006 roku, na stanowisku wiceministra Skarbu Państwa, Michał Stępniewski pełnił nadzór właścicielski nad spółkami. Z kolei w latach 1997–2004 związany był z Komisją Papierów Wartościowych i Giełd. Na miejsce prof. Barbary Piontek Towarzystwo Finansowe Silesia powoła wkrótce nowego członka.

„CHWAŁOWICE”

Trzy ściany jednocześnie

DLA ZAŁOŻY ruchu „Chwałowice” kopalni ROW praca w systemie trzyścianowym nie jest nowością, gdyż tego rodzaju eksploatacja była prowadzona już przed wybuchem pandemii koronawirusa. Niemniej w ubiegłym roku sytuacja epidemiczna wpłynęła chociażby na liczebność załogi, zatem braki kadrowe pokrzyżowały pewne zamierzenia ruchu, m.in. te na prowadzenie stałego wydobywania trzyscianowego. Mimo to praca wre – już w ostatnim kwartale ubiegłego roku oddziały robót przygotowawczych i firm zewnętrznych wykonały aż 3796 m, a w samym styczniu br. było to już 118 m! Z początkiem tego roku prace nabrały zawrotnego tempa również w zakresie robót zbrojeniowych. Finalnie przełoży się to właśnie na eksploatację trzema ścianami jednocześnie, gwarantując stabilne wydobywanie.



ROZWÓJ INTERNETU

Szczyt cyfrowy ONZ w Katowicach

ŚWIATOWE FORUM ZARZĄDZANIA Internetem 2021 (Internet Governance Forum – IGF) to pięciodniowe wydarzenie organizowane pod patronatem Organizacji Narodów Zjednoczonych. Odbędzie się w katowickim Międzynarodowym Centrum Kongresowym w dniach 6–10



grudnia. IGF jest międzynarodowym spotkaniem pozwalającym na światową dyskusję o rozwoju Internetu czy wymianę doświadczeń. Organizatorzy szacują, że w szczytce udział weźmie kilka tysięcy uczestników, a wśród nich głównie ustawodawcy, przedsiębiorcy, przedstawiciele świata nauki i organizacji pozarządowych.

ZARZĄD

PGG ma nowego pełnomocnika Zarządu

ADAM GORSZANÓW został powołany na stanowisko pełnomocnika Zarządu ds. sprzedaży w Polskiej Grupie Górniczej S.A. Do listopada 2019 r. pełnił funkcję wiceprezesa Węglokosu, wcześniej natomiast był zarządzającym w Grupie Kapitałowej CZH SA. Jest absolwentem Uniwersytetu Śląskiego oraz szeregu studiów podyplomowych, w tym MBA z zakresu zarządzania i finansów przedsiębiorstw. Przez większość swojego życia zawodowego związany z obszarem dystrybucji w sektorze krajowego górnictwa węgla kamiennego.



Niewielkie datki ratują życie

Bylem zawsze silnym chłopem, obsługiwałem wozy z węglem, podnosiłem ciężary w kopalni. Pięć lat temu nagle mięśnie zrobiły się jak z waty, ręce drżały, ciągle chciało się spać. Przeniesiono mnie nawet na lampownię, żeby było lżej, ale nic nie pomagało – wspomina czas przed diagnozą. Brzmiała jak wyrok: stwardnienie zanikowe boczne (SLA, ALS), czyli postępujący całkowity zanik mięśni. To tajemnicza śmiertelna choroba, na którą nie ma jak dotąd lekarstwa.

– Chorzy odchodzą po dwóch-trzech latach, a mąż wytrzymał już pięć i ciągle dzielnie walczy. Nie chodzi, oddycha dniem i nocą za pomocą domowego, przypinanego pasami do głowy respiratora, pokarm przyjmuje przez rurkę do brzucha. Lekarze są pełni podziwu! Jeszcze parę lat temu o podobnych urządzeniach nie było nawet mowy, a to oznaczało śmierć. Teraz technologia pozwala już przeżyć, ale kosztuje. Moja emerytura to około 1800 zł, renta męża 2500 zł. Nigdy nie moglibyśmy sami zapłacić – mówi żona pana Andrzeja i dodaje, że najgorszy był początek choroby, kiedy nie wiedzieli, jak sobie radzić z codziennymi problemami i rehabilitacją. Przez internet poznawali rodziny chorych ze stwardnieniem, trafili też do Fundacji Rodzin Górniczych, która pomaga zdobyć pieniądze.

Morczyńscy to górnicze małżeństwo. Poznali się 35 lat temu w szkole przy kopalni „Wujek”. Żona pana Andrzeja pracowała w markowni. Samodzielnie opiekuje się mę-

żem. Ma uszkodzony po wypadku kręgosłup, ale dzięki elektrycznemu podnośnikowi pod sufitem może przemieszczać się z łóżka na wózek pionizujący i z powrotem. Z powodu choroby zamienili mieszkanie na parter w bloku w Ochojcu, z windą do klatki schodowej. Stary wysłużony samochód zastąpili używanym Peugeotem, do którego mieści się 160-kilogramowy wózek

– Gdyby tylko praca na sortowni mogła zabrać chorobę, wszystko bym oddał, żeby wrócić na kopalnię „Wujek” – mówi Andrzej Morczyński (58 lat), który ma 34 lata stażu w górnictwie. Mówi z wysiłkiem i niewyraźnie przez respirator, który ratuje mu życie. Nigdy nie byłoby go stać na takie urządzenie, gdyby nie wpłaty darczyńców odprowadzane z 1 procenta podatku PIT.

inwalidzki. Dzięki temu mogą od czasu do czasu pojechać do parku czy lasu. Poza takimi spacerami (które w pandemii nie są już możliwe przez ryzyko infekcji) jedyną rozrywką pana Andrzeja jest internet. Nie porusza jednak palcami, więc niezbędna jest mu specjalna myszka i interfejs, czytający ruchy gałek ocznych. Całe godziny pan Andrzej potrafi spędzić w internecie.



Bez bardzo drogiej pompy insulinowej i oprzyrządowania do stałego pomiaru cukru we krwi 6-letni Antek z Mysłowic będzie zapadał w groźne dla życia śpiączki.
[FOT.: Patryk Chmielewski]

Niech cieszy się jak najdłużej

– Zdrowi ludzie, których to nie dotknęło, zazwyczaj nie mogą zdawać sobie sprawy, ile dziwnych, nowych wydatków powoduje taka choroba, od materaca na odleżyny i regulowanego łóżka po maści na odcisniętą przez pasy skórę na czole. Sami też nie wiedzieliśmy. Postanowiliśmy, że nie będziemy już wydawać na nowe metody leczenia i eksperymentalne leki. Przekonaliśmy się, że nie dały żadnej poprawy, a potrafiły kosztować krocie. To nie ma sensu. Chcemy żyć szczęśliwie, niech Andrzej cieszy się życiem jak najdłużej... – mówi żona Andrzeja Morczyńskiego.

Górnik z Katowic jest jednym z kilkunastu podopiecznych Fundacji Rodzin Górniczych, którym co roku w okresie rozliczania przez Polaków podatku PIT przekazać można 1 procent sumy należnej urzędowi skarbowemu.



Andrzej Morczyński z Katowic przepracował 34 lata w kopalni „Wujek”, zanim lekarze postawili diagnozę niczym wyrok. Z pomocą żony każdego dnia od nowa walczy o życie.

Pompa dziecięcej nadziei

Antoś Wójcik (7 lat) jest jednym z kilkorga dzieci, które wśród podopiecznych Fundacji Rodzin Górniczych zmagają się z cukrzycą typu I, która niszczy komórki w trzustce, niezbędne do prawidłowego funkcjonowania organizmu. Leczenie polega na stałym monitorowaniu poziomu glikemii i dozowaniu insuliny za pomocą specjalistycznej pompy infuzyjnej. Technologia pozwala dziś choremu dziecku na terapię w domu, pod opieką rodziców, ale konieczne urządzenia są wyjątkowo kosztowne przy zakupie i w utrzymaniu i bez

pomocy innych mało kto mógłby sobie pozwolić na tak znaczne wydatki. Ojciec Antosia od 12 lat pracuje w ruchu „Wesoła” w Mysłowicach, jest nadsztygarem, zajmuje się wentylacją wyrobisk.

– Syn zachorował w wieku trzech lat. Od początku korzystamy z pomocy Fundacji Rodzin Górniczych, bo koszt leczenia jest dość duży, wynosi około 3,5 tys. zł każdego miesiąca, a zakup samej tylko pompy to około 20 tys. zł. To potężna kwota – mówi tata Antosia.

WITOLD GAŁAZKA



PIENIĘDZY W PANDEMII UBYŁO

– Pomagamy rodzinom, którymi wstrząsnęły górnicze tragedie, jesteśmy w najtrudniejszych chwilach, starając się im pomóc w codziennym byciu i w ułożeniu przyszłości. Zarówno wdowy, obciążone często ponad miarę trudem utrzymania rodziny, jak i poszkodowani w wypadkach w pracy górnicy wymagają, aby otoczyć ich opieką i pomóc w ratowaniu zdrowia czy bieżących wydatkach, a często środki finansowe, którymi dysponują, okazują się niewystarczające.

Prowadzona restrukturyzacja górnictwa oraz szerząca się pandemia niosą z sobą niestety kryzysy finansowe bardzo utrudniające niesienie pomocy, ze względu na gwałtowny spadek funduszy docierających do fundacji. Zmniejszające się zatrudnienie w kopalniach prowadzi do obniżenia wpływu ze składek, a pandemia uniemożliwia prowadzenie zbiórek podczas imprez, koncertów czy wydarzeń barbońkowych. Zależy nam bardzo, aby w tym szczególnie trudnym czasie nie pozostawiać naszych rodzin bez pomocy, aby czuły one, że ktoś o nich myśli, że o nich dba. Każde wsparcie przyczyni się do poprawy losów rodzin pozostałych po górnikach. Liczymy na zrozumienie sytuacji, w jakiej się one znalazły, na empatię i wrażliwość – mówi prezes Fundacji Rodzin Górniczych Ryszard Wyględacz.



ONI CIĄGŁE CZEKAJĄ NA SZANSĘ

Pieniądze ze zbiórki 1% przeznaczane są dla tych, którzy wymagają wsparcia w leczeniu, rehabilitacji lub sfinansowaniu zabiegów medycznych nie objętych finansowaniem NFZ. W 2021 roku odpisem z podatku wesprzeć można 15 podopiecznych FRG (w odpowiednich rubrykach zeznania PIT trzeba wpisać najpierw numer KRS 0000127003, a niżej określić „cel szczegółowy”, podając imię i nazwisko obdarowanego). Instrukcję znajdziemy na stronie internetowej fundacji: <https://fundacjafrg.pl/>

MARCIN SOBALA (37 lat) od 2006 r. powoli wyniszcza go choroba Niemann-Picka, ostatnio stan zaczął się pogarszać. Przy zachowanej świadomości Marcin traci koordynację ruchów i kontakt z otoczeniem. O jego zdrowie od dawna walczą rodzice. Zakup leku, którego opakowanie kosztuje 8,3 tys. zł, może zatrzymać postęp choroby. – *Choroba zabiera wzrok, słuch, wyłącza połykanie, oddychanie. Człowiek łąduje pod respiratorem i egzystuje tak w bólu do powolnej śmierci* – mówi matka. Marcin jest pogodny, tworzy rękodzieło ze szkła.

RADOSŁAW GÓRKA (34 lata), ojciec dwojga dzieci w wieku 6 lat i 1 roku. Od 2019 r. jest sparaliżowany po wypadku w kopalni, gdzie pod ziemią przygniotła go 2,5-tonowa bryła spadająca z ociosu. Zbiera pieniądze na platformę przy schodach, która pozwoli dotrzeć na wózek do mieszkania w bloku.

JANUSZ DZIADDECKI (40 lat) w 2010 r. tuż po studiach zaczął pracę w kopalni „Wieczorek”, pod ziemią zgrzebla przenośnika oderwały mu obie nogi. Przeżył kolejną tragedię, gdy niedługo po ślubie w wypadku samochodowym zginęła jego żona. Dziś opiekuje się dwojgiem własnych dzieci i przysposobionym – brata. Marzy o nowych elektronicznych protezach za ponad 140 tys. zł. Stare zużyły się, Janusz przykuty został do wózka.

LENA LATUSZEWSKA (5 lat), w 14. miesiącu życia zdiagnozowano u dziewczynki autyzm, dziecko nie mówi, nadwrażliwie reaguje na dźwięki. Specjalistyczne leczenie i rehabilitacja mogą przywrócić kontakt dziewczynki ze światem.

JUSTIN BATOR (6,5 roku) choruje na cukrzycę typu I. Żyje z podłączoną pompą insulinową i sprzętem do ciągłego monitorowania poziomu glikemii. Wymaga stałego leczenia i kontroli. – *Każdy dzień to walka, aby chłopiec mógł cieszyć się dzieciństwem, a w przyszłości nie cierpieć z powodu powikłań* – tłumaczy rodzice.

RADOSŁAW MIDURA (9 lat), syn górnika z kopalni „Knurów-Szczygłowice”, przeszedł przeszczep szpiku kostnego i chemioterapię białaczki. Jest niepełnosprawny ruchowo, ma hipotonię mięśniową, bezdechy senne, niedosłuch, wady postawy. Wymaga intensywnej rehabilitacji.

KAROLINA NOWAK (12 lat) choruje na cukrzycę typu I. Wymaga stałego podawania insuliny za pomocą specjalnej pompy i pomiaru glikemii. Dziewczynka cierpi też na celiakię i musi koniecznie przestrzegać specjalnej diety.

ANTONI WÓJCİK (6 lat), zdiagnozowano u niego cukrzycę typu I, która niszczy komórki insulinowe w trzustce, niezbędne do prawidłowego funkcjonowania organizmu. Leczenie polega na stałej kontro-

li stężenia cukru we krwi i dozowania insuliny. Bez zakupu specjalistycznej pompy wraz z systemem do monitorowania glikemii dziecka grożą niebezpieczne niedocukrzenia, które prowadzą do śpiączki.

MARIUSZ SZCZUREK (46 lat) przeżył przed 7 laty udar pnia mózgu z paraliżem wszystkich kończyn i utratą mowy. Na początku wyłącznie leżał, ale rehabilitacja po latach przynosi efekty. Mariusz zbiera pieniądze, aby ćwiczyć jeszcze intensywniej. Jego stan to tzw. zespół zamknięcia – jest więźniem swego ciała. Bardzo chce żyć i zdobywać nawet niewielką samodzielność.

KATARZYNA FIJAS (30 lat) cierpi na zespół Downa, wymaga wsparcia w leczeniu i kosztownej rehabilitacji, na którą nie stać rodziców.

STEFAN KULA (60 lat) od dekady choruje na wieloogniskową neuropatię ruchową z postępującym zanikiem mięśni. Ma niedowład kończyn i nie umie sam oddychać, pomaga mu respirator. Choroba jest nieuleczalna, ale spowalnia ją specjalistyczna rehabilitacja z użyciem odpowiednich urządzeń, na które pan Stefan zbiera pieniądze. – *Potrzeb jest wiele, niezbędny jest podnośnik, wózek toaletowy, urządzenie do sterowania komputerem oczami, fotel z masażem, aby mięśnie były poddawane stałym ruchom i drganiom* – wylicza chory.

NATALIA NOWOK urodziła się w szóstym miesiącu ciąży. Zdiagnozowano u niej porażenie mózgowe. Natalia nie widzi, nie słyszy, nie mówi, nie chodzi. Dziewczynka wymaga stałej rehabilitacji.

ANDRZEJ MORCZYŃSKI (58 lat) pracował w kopalni „Wujek”, cierpi na stwardnienie zanikowe boczne – postępujący całkowity zanik mięśni. Nie chodzi, oddycha tylko z pomocą respiratora. Mimo to nie poddaje się i cały czas walczy o życie.

KAMIL CZARNOTA urodził się z wyjątkowo rzadką chorobą genetyczną – trisomią 22, na którą dzieci zazwyczaj umierają zaraz po narodzeniu. Kamil jest wyjątkiem od tej tragicznej reguły, żyje z wadą serca, wzroku, słuchu, deformacją żeber i klatki piersiowej. Rodzice walczą z niepełnosprawnością chłopca, zbierają pieniądze na terapię i rehabilitację. – *To, że nasz synek przeżył, to cud... Jest chyba jedynym dzieckiem na świecie, któremu się to udało! Inni nam współczują, ale my uważamy się za szczęściarzy. Nasz synek żyje. Dzięki rehabilitacji i fachowej opiece wielu lekarzy Kamil z każdym dniem jest coraz sprawniejszy fizycznie i umysłowo. Nadal jednak potrzebuje pomocy* – mówią rodzice.

WIKTOR GAWĘŁ choruje na spastyczne porażenie czterokończynowe, pachygyrię, padaczkę. Chłopiec nie chodzi, nie siedzi, nie mówi. Potrzebuje stałej, intensywnej rehabilitacji.

POMÓŻ POSZKODOWANYM RODZINOM



A B Y P O M Ó C :

> PRZEKAŹ  PODATKU

NR KRS FUNDACJI
0000127003

> przekaż darowiznę na nr konta Fundacji:

PKO BP 41 1020 2313 0000 3802 0349 5611

> odprowadzaj składkę na kopalni na naszą Fundację

> pomagaj w zbiórce środków na pomoc podopiecznym Fundacji



Pomagamy rodzinom dotkniętym tragediami górniczymi, zmagającymi się z problemami wykluczenia społecznego, niepełnosprawnościami, przewlekłymi chorobami, samotnością w starszym wieku.

Zapewniamy naszym podopiecznym pomoc materialną na bieżące wydatki, leki, rehabilitacje, sprzęt medyczny i rehabilitacyjny, jak również kształcenie dzieci i młodzieży.

KAŻDA ZŁOTÓWKA SIĘ LICZY

ZOBACZ, POZNAJ NAS I POMAGAJ Z NAMI

<https://fundacjafrg.pl>

ulotka nie finansowana ze środków pochodzących z 1% podatku.

Szanowni Państwo,

z okazji zbliżających się

Świąt Wielkanocnych

życzymy, aby ten wyjątkowy czas
przepetniony był pokojem, miłością
i odpoczynkiem w gronie najbliższych.

Niech radosny dzień

Zmartwychwstania Pańskiego

wniesie nadzieję,

a powracająca do życia natura będzie
natchnieniem w codziennym życiu.

Wesołego Alleluja!





- Holiday Golden Resort
- wakacje pełne atrakcji
- Zasady bezpiecznego przewożenia dzieci
z Moto Park Kraków

Holiday Golden Resort - wakacje pełne atrakcji

POŁOŻENIE

Obiekt znajduje się w Łazach, które należą do Gminy Mielno. Jest to spokojna miejscowość nad brzegiem Bałtyku, między jeziorami Bukowo i Jamno, którą charakteryzuje duża i szeroka plaża. W Łazach przebywają głównie rodziny z dziećmi oraz seniorzy. Łazy posiadają swoisty mikroklimat szczególnie wskazany dla dzieci oraz osób ze schorzeniami górnych dróg oddechowych. Holiday Golden Resort to idealne miejsce na wakacje nad morzem, które usytuowane jest w odległości 30 m od plaży (z Ośrodka przechodzimy przez ulicę i już jesteśmy na wydmach). Swoje malownicze położenie zawdzięcza również otaczającej go zieleni.

BAZA NOCLEGOWA

Holiday Golden Resort to idealne miejsce na rodzinne wakacje na polskim wybrzeżu. Komfortowe opcje zakwaterowania dopasowane są do indywidualnych potrzeb. Do dyspozycji Gości pozostają domki o różnym standardzie, pokoje w bungalowach oraz pokoje w pensjonacie.

ATRAKcje

Dumą i wizytówką Holiday Golden Resort w Łazach jest Aquapark oraz 3 baseny z podgrzewaną wodą. Pierwszy wodny plac zabaw w Polsce to świetne uzupełnienie dla pobliskiej plaży. Na spragnionych wodnych przygód czekają:

- 3 zjeżdżalnie – wolno stojące o długości 18 m (rodzinna) i 47 m (anakonda) oraz multimedialna z efektami świetlnymi o długości aż 88 m,
- wodny plac zabaw,
- armatki wodne,
- dmuchana kopuła.



Holiday Golden Resort dba nie tylko o świetną zabawę najmłodszych użytkowników basenów, ale też ich komfort i bezpieczeństwo. Woda w wodnym placu zabaw ma głębokość 50 cm i jest podgrzewana. Ponadto do dyspozycji użytkowników Aquaparku pozostają również 4 komfortowe wanny jacuzzi.

Bez względu na pogodę atrakcje dla najmłodszych zapewnia Kids Club, czyli wyjątkowe miejsce łączące aktywną zabawę z możliwością uczenia się. Każdy maluch znajdzie tu coś dla siebie, ponieważ wśród atrakcji są między innymi: olbrzymi „małpi gaj”, tor przeszkód, ścianka wspinaczkowa, basen z piłeczkami, giga klocki, gry i zabawki. Nad świetnie spędzonym czasem małych podopiecznych czuwa zespół Super-Animatorów – ludzie z głowami pełnymi oryginalnych pomysłów.

Na dorosłych również czekają animacje i zajęcia pod okiem trenerów jogi czy fitnessu oraz pole do minigolfa, siłownia zewnętrzna, hydromasaż, wypożyczalnia rowerów i gokartów.

OFERTA DLA UCZESTNIKÓW PGG FAMILY

Holiday Golden Resort przygotował wyjątkową ofertę rabatową dla Uczestników Programu PGG Family, aż 17% rabatu od aktualnego cennika na pobyt w ośrodku.

Dodatkowo, podczas minimum jednodobowego pobytu Uczestnicy Programu PGG Family oraz osoby im towarzyszące (tj. małżonkowie, partnerzy życiowi oraz ich dzieci), mogą skorzystać bezpłatnie z hydromasażu suchego – każda dorosła osoba (1 raz) oraz wypożyczalni rodzinnego lub dwuosobowego rowerka (1 godzina/ 1 raz).



Szczegóły oferty znajdują się na stronie internetowej www.pggfamily.pl w zakładce Świat Benefitów/Wypoczynek.

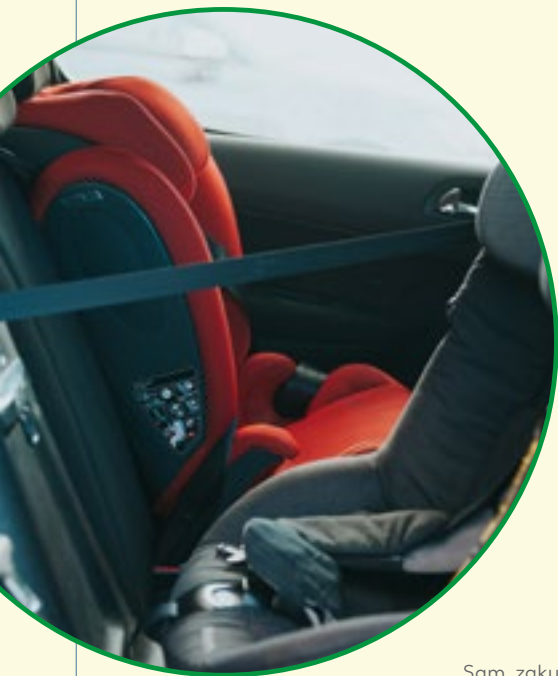
Holiday Golden Resort to doskonały wybór na rodzinne wakacje na polskim wybrzeżu.



Bezpieczeństwo

MOTOPARK RAKÓW
S Z K O L E N I A E V E N T Y

Troska o bezpieczeństwo dziecka jest największym z rodzicielskich wyzwań. Ochrona przed niebezpieczeństwem to podstawa. O zasadach bezpiecznego przewożenia dzieci opowiada Partner PGG Family – Moto Park Kraków.



Pierwszą zasadą jest prawidłowy dobór fotelika.

Sam zakup nie oznacza, że zadbaliśmy o bezpieczeństwo naszych dzieci podczas jazdy samochodem. Podczas wyboru nie warto sugerować się kolorem czy opisem. Należy jednak zwrócić szczególną uwagę na:

- dopasowanie fotelika do aktualnego wzrostu, wagi i wieku dziecka;
- wybór fotelika spośród modeli, które uzyskały dobre oceny w testach zderzeniowych;
- dopasowanie fotelika do samochodu, by był stabilnie zamocowany oraz by pozycja dziecka była dobra, czyli np. by dziecko nie opadała głowa na klatkę piersiową oraz aby dziecko „nie wisało” na pasach.

Nie jest konieczne kupowanie nowego fotelika samochodowego. Można kupić model używany, ale pod warunkiem, że nie jest „przeteterminowany”, czyli aby był kompletny i dopasowany do naszego samochodu oraz dziecka.

Według prawa jesteśmy zobligowani do używania fotelika do uzyskania przez dziecko 150 cm wzrostu. Natomiast w praktyce powinniśmy go używać jak najdłużej. Związane jest to z budową anatomiczną dziecka – niewykształconymi w pełni kołcami biodrowymi. Prawidłowo dobrany fotelik pozwala na ułożenie pasa bezpieczeństwa płasko na udach. Część barkowa, pośrodku obojczyka nie może spadać z ramienia i nie może zachodzić na szyję.

Dруга zasada: dziecko przewożymy tyłem do kierunku jazdy możliwie jak najdłużej. Dlaczego jest to najbezpieczniejszy sposób podróżowania? Dziecko zapięte przodem do kierunku jazdy, podczas zderzenia czołowego jest narażone na ogromne przeciążenia. Masa głowy w stosunku do masy ciała u dorosłego wynosi ok. 6%. U dziecka nawet 25%. Kręgi szyjne, które u dzieci nie są jeszcze w pełni skostniałe, mogą nie wytrzymać obciążeń działających na szyję w trakcie wypadku. Podczas przewożenia dzieci tyłem siły rozkładają się w inny sposób, a głowa i szyja nie są tak bardzo obciążone. Wg prawa mamy obowiązek przewożenia dziecka tyłem do ukończenia 15 miesiąca życia.

Trzecia zasada: fotelik dziecięcy, szczególnie ten montowany tyłem do kierunku jazdy, montujemy na tylnej kanapie samochodu, gdyż zamontowany nawet poprawnie z przodu w zdecydowanej



dziecka w samochodzie



pozostawiony wewnątrz auta staje się bardzo niebezpieczny.

Ostatnią zasadą bezpiecznego przewożenia dzieci jest zakaz picia i spożywania posiłków podczas jazdy. Uzasadnienie jest proste – jedząc lub pijąc, można się zakrztusić. Ryzyko wzrasta, gdy podczas jazdy trzeba niespodziewanie zahamować lub skręcić. Krztuszącemu się dziecku należy jak najszybciej pomóc. Jadąc samochodem, mamy ograniczoną możliwość szybkiej reakcji.

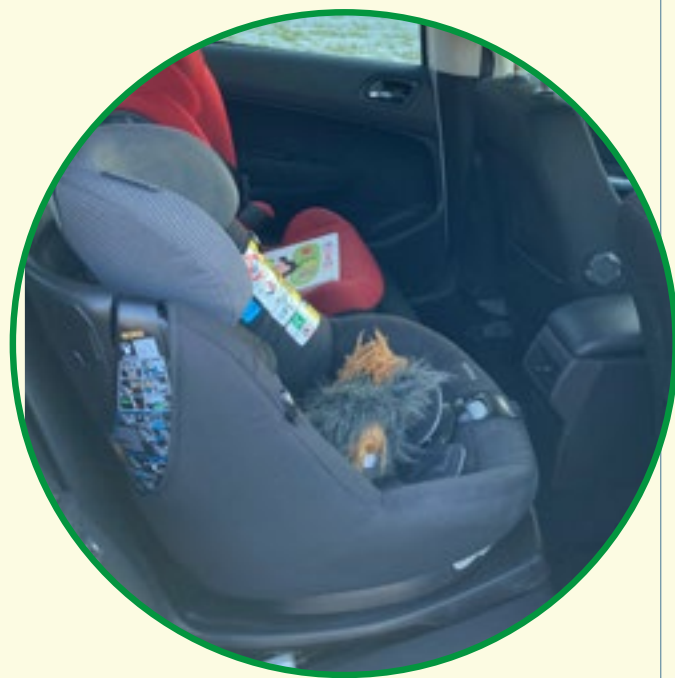
Mamy nadzieję, że te kilka zasad oraz wyjaśnień pozwoli Wam wybrać odpowiedni fotelik i odpowiednio zabezpieczyć Wasze dzieci w samochodzie. To proste zasady, ale ratujące życie.

większości przypadków będzie zaściana szybą boczną, a czasem nawet i lusterko. Dla rodziców, którzy chcą wiedzieć, co się dzieje z dzieckiem, proponuje się lusterko montowane na zagłówek fotela na tylnej kanapie. Jeśli mimo to zdecydujemy o montażu fotelika na przednim siedzeniu, na miejscu pasażera koniecznie musimy pamiętać o dezaktywacji poduszki powietrznej. Wybuch poduszki powietrznej można porównać do uderzenia kijem bejsbolowym.

Podczas szkoleń w Moto Parku Kraków zawsze powtarzamy, że pas bezpieczeństwa musi być zapięty w prawidłowy sposób. Samo jego zapięcie nie gwarantuje nam bezpieczeństwa. Za każdym razem, bez względu na to, czy jesteśmy kierowcami, czy pasażerami, zwracamy uwagę, by pas nie był poskręcany. Natomiast musi on mocno przylegać do ciała. Te same zasady dotyczą dzieci. Zimą dzieci powinny mieć zdjęte grube puchowe kurtki czy kombinezony.

Istnieje błędne przekonanie, że podstawki/siedziska mogą zastąpić fotelik dzieciom w wieku 4–12 lat. Podstawki są popularnym zakupem rodziców, są też zgodne z przepisami prawa. Jednak obecnie wiadomo, że siedziska bez oparcia nie gwarantują żadnej ochrony dziecka przy zderzeniu bocznym i słabiej chronią dziecko przy zderzeniu czołowym. Jeśli zależy nam na bezpieczeństwie dzieci, foteliki z regulowaną wysokością oparcia są najlepszym rozwiązaniem.

Kolejna zasada: z auta usuwamy wszystkie luźno pozostawione rzeczy, takie jak zabawki i inne akcesoria dziecięce. Przy dachowaniu, ale także mocnym awaryjnym hamowaniu, każdy przedmiot





Pokonywanie trudności

Jak „kolory” radzą sobie z wyzwaniami

Ludzie różnią się między sobą pod bardzo wieloma względami. Jednym z nich jest podejście do problemów i sposób ich rozwiązywania. Jedni są bardzo aktywni, skoncentrowani, a inni wycofani. Jedni uwielbiają gwarne spotkania i konferencje, a inni wolą zaciszne biura i realizację zadań codziennych.

Skąd takie różnice pomiędzy nami? I jak przekładają się one na codzienną pracę?

Z pomocną odpowiedzią na to pytanie mogą przyjść typologie opisujące nas jako „kolorowych ludzi”. Wśród najbardziej rozpoznawalnych są te oparte o model DISC lub Insight Discovery, a także The Color Code Personality Profile czy FRIS.

Na czym one polegają? Zobaczmy, na jakie aspekty naszego funkcjonowania kładą nacisk.

O ile segregacja ludzi jest czymś niewłaściwym, oceniającym i pokazującym innym w krytycznym świetle, o tyle warto zwrócić uwagę na fakt, że każdy z nas ma wachlarz swoich zwyczajowych zachowań, które mogą nas zbliżyć do pewnych typów osobowości.

Przywołane w artykule typologie opierają się na dwóch skalach. Pierwszą z nich jest podział typów osobowości ze względu na prezentowane przez nie cechy introwersji lub ekstrawersji.

Introwertycy to osoby, które swoją energię i aktywność kierują głównie do wewnątrz siebie. Koncentrują się na mniej intensywnych pod względem jakości i ilości relacjach.

Ekstrawertycy to osoby, które swoje zasoby wewnętrzne, aktywności i energie kierują na zewnątrz własnej osoby, umiejscawiają ją w kierunku innych ludzi.

Ta różnica pomiędzy ludźmi jest dosyć wyraźna i zazwyczaj łatwo

ją zaobserwować. Ekstrawertycy najczęściej wybierają miejsca pełne ludzi, relacji i tętniące życiem. Lubią biura pełne współpracowników, chętnie rozmawiają, konsultują.

Introwertycy z kolei wybierają ustronne miejsca, mniej zatłoczone i głośne. Preferują biura ciche, na uboczu. Z czego wynika ta odmienność działania?

Może wpływać ona z cech osobowości reprezentowanych przez ludzi jako te, które typologie ujmują w drugą skalę. Chodzi tutaj o podział na osobowości, dla których myślenie jest bardziej



naturalne niż odczuwanie. Wskazuje się też, że typy, dla których bardziej naturalne jest myślenie preferują stabilność i poczucie bezpieczeństwa, a z kolei typy „emocjonalne” wybierają ruch i aktywność.

Na tych dwóch biegunach – introwersji/ekstrawersji oraz wyższej skłonności do myślenia lub odczuwania oparte są przywołane w artykule typologie, które powstały po to, aby ułatwić nam zrozumienie innych ludzi przez pryzmat ich działania.

Podejmowanie aktywności w środowisku zawodowym, sposób komunikowania oraz umiejętność zarządzania emocjami to elementy, które mogą być dla nas wskazówką, z jakim typem osobowości człowieka mamy do czynienia, a co za tym idzie jak on radzi sobie z trudnościami i jak ja mamy do niego dotrzeć, aby wspólnie te trudności pokonać.

Jest to szczególnie ważne, ponieważ brak zrozumienia drugiej strony często prowadzi do odczucia, że jestem „otoczony przez idiotów”, że „mój szef to idiota”. To zjawisko jest opisane w książkach T. Ericksona pokazujących, że niedostrzeżenie różnic pomiędzy ludźmi prowadzi do konfliktów i utrudnia funkcjonowanie w środowisku osobistym i zawodowym. T. Erickson opisując swoją koncepcję, podobnie jak przywołane w niniejszym artykule typologie, używa kolorów do rozróżnienia osobowości ludzi, stąd popularna nazwa typologii „kolorowi ludzie”.

Stosując typologie kolorów zazwyczaj wyróżniamy 4 typy: Czerwony, Żółty, Zielony i Niebieski. Czym się charakteryzują?

Czerwony i Żółty to typy ekstrawertyczne, dla których istotna jest aktywność i ruch.

Ognisty czerwony to typ osobowości, który odznacza się wysoką dynamiką. Najczęściej występujące określenia dla osób o typie czerwonym to: otwarty, przywódca, rywalizujący, o silnej woli, wymagający, zdecydowany, zdeterminowany.

Słoneczny Żółty to typ osobowości, dla którego żywiołem jest aktywność międzyludzka. Określany jest za pomocą słów: aktywny, optymistyczny, towarzyski, entuzjastyczny, zaangażowany, ruchliwy, kreatywny.

Zielony i Niebieski to typy introwertyczne, które cenią sobie poczucie pewności otoczenia i jego stabilność.

Kojący Zielony to typ osobowości, dla którego istotne jest zaspokojenie potrzeb, szczególnie potrzeb emocjonalnych swoich i partnera komunikacyjnego. Dlatego też osoby o tym typie przykładają dużą uwagę do słuchania, szczególnie słuchania empatycznego swoich rozmówców i badania ich potrzeb. „Zieleni” są postrzegani najczęściej przez pryzmat takich określeń jak: solidność, zrównoważenie, łagodność, opiekuńczość, empatia, cierpliwość, wyciszenie.

Chłodny niebieski to typ osobowości, dla którego najbardziej charakterystyczne jest myślenie, układanie, struktury, analiza stanu zastanego. Zwykle typ ten jest postrzegany przez pryzmat takich określeń jak: refleksyjność, spokój, rozważa, ostrożność, dociekliwość, precyzja, oficjalność.

Warto zwrócić uwagę również na fakt, że ludzie nie są jednakowi, co oznacza, że zdarzają się typy mieszane, które łączą w sobie elementy dwóch różnych typów osobowości.

Z przytoczonych opisów wynika, że ludzie różnie działają, różnie się zachowują, różnie komunikują, a co za tym idzie różnie będą radzić sobie z wyzwaniem.

Typy o zawartości barwy czerwonej będą bardziej zdecydowane parły do przodu; w kierunku rozwiązań.

Typy o barwie zielonej będą dążyły do zabezpieczenia potrzeb swoich i wszystkich osób związanych z tą trudnością.

Typy o barwie żółtej entuzjastycznie będą poszukiwały nowych pomysłów i idei zmierzających do zakończenia trudności, a wszystko to w oparciu o relacje, które już mają lub te, które zawiążą, aby pokonać problem.

Z kolei typ niebieski będzie potrzebował czasu na znalezienie logicznych powiązań, ułożenie kolejności elementów, zanalizowanie wszystkich możliwości.

Co zatem należy zrobić?

Dopasować komunikację, sposób prezentowania treści, określić plan działania, a przede wszystkim zrozumieć skąd biorą się różnice.

Najprościej zrobić to pytaniem: **Czego byś potrzebował do załatwienia sprawy X?**

Jednak to pytanie często wydaje nam się bardzo trudne do wypowiedzenia, a z kolei osobie pytanej może nastrożać trudności z wyartykułowaniem potrzeb. Dlatego warto przy wejściu we współpracę odpowiedzieć sobie na pytania:

1. Jakich słów używa ten człowiek? (czasowniki sygnalizujące aktywność i działanie (Czerwony), przymiotniki określające stany emocjonalne i atmosferę (Żółty), określenia emocjonalne charakterystyczne dla potrzeb wewnętrznych (Zielony), dane liczbowe i fakty (Niebieski)).
2. Co dla niego jest ważne?
3. Jakich informacji on potrzebuje, by zrozumieć?
4. Jak funkcjonuje w środowisku pracy (intro/ekstra)?
5. Jak on sam się zachowuje pod względem szybkości działania?
6. Co ułatwiłoby mu pracę?
7. W jakiej formie dane chciałby uzyskać?

Kolejnym krokiem będzie dopasowanie treści, danych, sposobu zachowania do oczekiwań i potrzeb tej drugiej osoby. Tak, jest to trudne, jednak nie niemożliwe. Zdecydowanie szybciej zbliży was do celu, zdecydowanie lepiej zagwarantuje porozumienie, a przed wszystkim zdecydowanie usprawni pokonywanie przeszkód i trudności.

A jaki typ osobowości ty prezentujesz? Co komunikujesz innym? Czego potrzebujesz do sprawnego działania?

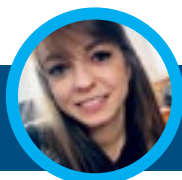
Pełną wersję artykułu znajdziesz na stronach Akademii PGG.



technicznie i praktycznie

Akademia PGG praktycznie i technicznie to nowy cykl, w którym Departament Wsparcia HR będzie prezentował artykuły napisane przez pracowników Polskiej Grupy Górniczej. W tej rubryce znajdą się wszystkie interesujące, nowatorskie i technologicznie potrzebne treści, którymi należy się na łamach naszej organizacji chwalić i które z pewnością będą inspiracją dla innych. Wśród naszej załogi znajdują się wysoko wyspecjalizowani praktycy, którzy zmieniają na bardziej efektywne, lepiej zorganizowane, skuteczniejsze technologicznie sposoby realizacji zadań produkcyjnych, celów i różnych projektów, a zatem korzystamy z ich doświadczeń i dobrych praktyk.

Poniżej znajdują się skróty artykułów, których pełne wersje dostępne są na stronie <https://akademia.pgg.pl>. Możemy się do nich dostać skanując zamieszczony tutaj kod QR.



Justyna Piotrowska

Autorka porusza temat zagospodarowania odpadów wydobywanych w świetle celów, które kopalnia może realizować dla środowiska, dla kultury i dla samej siebie. Opis planów rekultywacyjnych pokazuje, w jaki sposób z pożytkiem zadbać o nieużytki. Znajdziemy tutaj także gotowy plan działania pokazujący, które elementy należy wziąć pod uwagę przy planowaniu rekultywacji



Krzysztof Kos

W Ruchu Chwałowice została przeprowadzona inwestycja związana z uruchomieniem centralnej pompowni hydraulicznej w podziemiach zakładu górniczego. Z artykułu można dowiedzieć się, w jaki sposób zostało to przedsięwzięcie zaplanowane i zrealizowane oraz jakie korzyści niesie dla zakładu takie rozwiązanie.

„Zapraszam do lektury; do zapoznania się z nowymi rozwiązaniami inżynieryjno – technologicznymi, które są obecne w naszej firmie i które zdecydowanie mogą być implementowane w innych naszych Oddziałach i Zakładach. Dostęp do wiedzy i rozwiązań, które już zostały sprawdzone może być okazją do tego, aby udoskonalić coś w naszym macierzystym oddziale.”



Nowe życie przykopalnianej hałdy rekultywacja terenu przy południowej granicy KWK Mysłowice – Wesola

oraz jak wyeksploatować z nieużytku to, co może być wartością dodaną dla społeczności lokalnej. Autorka wskazuje także na aspekty, które mogą stanowić element atrakcyjny dla społeczności lokalnych; tym samym znajdziemy tutaj inspirację do pracy nad hałdami w pozostałych oddziałach.

Dobór agregatów dla zasilania kompleksu sekcji zmechanizowanej obudowy ścianowej w KWK ROW Ruch Chwałowice

Osoby zainteresowane tematem znajdą tutaj szczegóły dotyczące lokalizacji, warunków budowy, a przede wszystkim funkcjonowania pompowni, która stała się w Ruchu Chwałowice elementem usprawniającym procesy.

Artykuły pracowników PGG S.A.



Rafał Oparowski

Jeśli w Twoim oddziale zmagasz się z podziemnymi pożarami, zagrożeniem gazowym oraz trudnymi warunkami stropowymi w niniejszym artykule znajdziesz najskuteczniejsze rozwiązania tych problemów. Autor z pełnym wachlarzem argumentów pokazuje korzyści płynące z wprowadzenia podsadzki hydrau-

Wykorzystanie piasków ze złóż fluidalnych do likwidacji wyrobiska korytarzowego zlokalizowanego na wybiegu ściany eksploatacyjnej w KWK Ruda Ruch Pokój

licznej, która doskonale sprawdziła się w Ruchu Pokój. W tekście znajdziemy pełny opis koncepcji, przygotowania i włączenia do ruchu zakładu systemu podsadzania wraz procesem decyzyjnym dotyczącym wyboru odpadu wykorzystywanego do podsadzania.



**Tomasz Binczyk,
Piotr Kuźnik**



W artykule zostało opisane innowacyjne w skali naszej firmy rozwiązanie dotyczące zastosowania modelu dwusystemowej dołowej rozdzielni elektrycznej, które dotychczas nie było stosowane w podziemnych zakładach górniczych. Autorzy dokładnie opisują proces wyboru najbardziej korzystnej lokalizacji, etapy budowy rozdzielni oraz wszelkie parametry, którymi charakteryzuje się

Modernizacja zasilania zakładu górniczego w Oddziale KWK ROW Ruch Marcel

zmodernizowana rozdzielnia. Warto także zajrzeć do zdjęć, w których znajdziemy widok Centrum Nadzoru Energomechanicznego wraz z opisem oprogramowania wykorzystywanego do zarządzania siecią elektryczną.



**Dorota Zajic,
Krzysztof Rąba**



Autorzy artykułu w sposób obrazowy i ciekawy przedstawiają proces projektowania obudów ścianowych realizowanych w ZRP na indywidualne zamówienie klienta. Można dowiedzieć się tutaj, w jaki sposób przebiega cykl projektowy, jakie elementy są uzgadniane i brane pod uwagę w procesie tworzenia obudowy oraz

Proces projektowania zmechanizowanych obudów ścianowych w Zakładzie Remontowo-Produkcyjnym

jakich programów do projektowania używa się w tym celu. Co ciekawe, w każdym programie uzyskujemy inne, kolejne efekty pracy projektowej nad bezpieczną i funkcjonalną obudową zgodną z wymaganiami prawnymi.



Dawid Antończyk

Właściwa synchronizacja to podstawowy warunek sprawnie zorganizowanych linii logistycznych także wewnątrz kopalni, dlatego też w jednym z naszych oddziałów została na te potrzeby zaprojektowana wyjątkowa obudowa, która pozwala sprawnie regulować dwa rodzaje transportu – kolei podziemnej i kolejek KSP.

Nowoczesne układy transportowe na przykładzie objazdu północnego I poz.1150 w KWK ROW Ruch Rydułtowy, przy zastosowaniu obudowy specjalnej typoszeregu ŁPsp3R

W artykule zostały przedstawione szczegóły tego nowoczesnego rozwiązania, które z pewnością zainteresują wszystkich, którym zależy na usprawnieniu transportu wewnętrznego pod względem czasu transportowania jak i gabarytów materiałów.





LEKCJE PROJEKTOWANIA

Współcześnie w wielu przedsiębiorstwach wykorzystuje się pracę w systemie zarządzania projektami w wersji tradycyjnej jak również zwinnej do realizacji większych zadań, które nie są projektami. Przyjrzyjmy się zatem zarządzaniu projektami w ujęciu tradycyjnym tak zwanym waterfall'owym i zobaczymy czy i w jaki sposób można je implementować do pracy. A oto krótki kurs wprowadzający.



Lekcja 1 Rozpoznaj zadanie

Zobacz czy Twoje zadanie to zadanie zespołowe czy indywidualne i czy nosi znamiona projektu: posiada budżet, zakres i czas realizacji.



Lekcja 2 Rozpoznaj ludzi

Jeśli chcesz pracować w jakimś zadaniu projektowo potrzebujesz wykonać dwa rodzaje aktywności:

1. Określ, jakiego rodzaju osoby do danego zadania potrzebujesz, a następnie znajdź w swojej firmie taką osobę;
2. Określ, jakie kompetencje mają twoi współpracownicy i ustal, które zadanie z perspektywy ich umiejętności najlepiej będzie im wskazać. Pamiętaj także, żeby zadania były dla nich ambitne, żeby pozwalały im się rozwinąć.

Praca w oparciu o kompetencje jest łatwą drogą do ich rozwinięcia, ugruntowania lub zdobycia nowych.



Lekcja 3 Ustal zakres zadania

Zatem, aby wyznaczyć czy raczej określić zakres projektu powinniśmy jasno ustalić, co będzie efektem naszego działania, a co do tego efektu już się nie zalicza; które obszary nasze zadanie obejmuje, a które są wykluczone. W ten sposób łatwiej nakreślimy naszą odpowiedzialność, szczególnie jeśli jest to zadanie, które może budzić różne oczekiwania lub wątpliwości co do tego, co powinno zostać w nim zrealizowane.

Pracuj sprytnie, bez konfliktów, jasno wytycz cele.



Lekcja 4 Przypisz role

Cechą charakterystyczną pracy projektowej jest to, że mamy w niej przypisane role. Rola projektowa jest swego rodzaju funkcją, która może być powiązana z kompetencjami, które mamy. Zazwyczaj wyróżnia się zespoły o strukturze zhierarchizowanej, najczęściej dwustopniowej, gdzie mamy wyraźnie wskazanego kierownika projektu oraz pozostałych członków zespołu. W zależności od specyfiki realizowanego zadania mogą wchodzić w grę role sekretarzy, planistów, wykonawców operacyjnych, wykonawców merytorycznych etc.

Wskaż odpowiedzialności, usprawnij komunikację roboczą.



Lekcja 5 Rozplanuj pracę

Harmonogram + kamienie milowe.

Jeśli Twoje zadanie planujesz realizować projektowo:

1. ustal plan działania obejmujący poszczególne kroki, które ty lub ty i twój zespół musicie zrobić, aby zrealizować zadanie, czyli, aby jego zakres został w pełni osiągnięty.
2. opracuj harmonogram, czyli plan terminów, w których chcecie poszczególne zadania wykonać.



Lekcja 6 Określ budżet

Dobrze jest przygotować budżet zawierający informację o planowanych kosztach i potrzebnych zasobach niefinansowych. Sporządzenie takiego zestawienia daje nam jasny pogląd na to, ile kosztuje nasze przedsięwzięcie i czego będziemy potrzebowali poza finansami. Warto rozplanować tutaj nie tylko koszty, ale też zastanowić się czy możemy te koszty w jakiś sposób ominąć, ograniczyć lub nawet wykazać zysk dla firmy.



Lekcja 7 Przystąp do realizacji

Przy zadaniach, które chcemy realizować drogą projektową warto oznaczyć datę początku i końca działań. To pozwoli nam uzyskać niezbędną mobilizację i wyrzesać z siebie właściwą motywację do realizacji celu.

Kiedy nie masz już nic do planowania, budżetowania po prostu zacznij od zadań, które są:

- najprostsze,
- najszybsze,
- najtrudniejsze,
- najbardziej przez Ciebie niechciane (tzw. „żaby”)

i daj się poznać jako prawdziwy aktywista zorientowany na cel. Bądź konsekwentny.



Lekcja 8 Weryfikuj postępy

Sprawdzanie, czyli kontrolowanie postępu prac w projektach odbywa się w dwóch dokumentach/narzędziach – budżecie oraz harmonogramie. Jeśli wykonujesz swoje zadanie zgodnie z planem, jeśli wydatki pokrywają się z planem kosztów to jesteś na najlepszej drodze do tego, aby osiągnąć cel. Jeśli jednak jest inaczej konieczne jest wprowadzenie działań naprawczych lub korygujących.

O ile ważnym elementem jest koncentracja na nieprawidłowościach to często zapominamy także o tym, żeby docenić to, co już mamy. Chodzi o tak zwane szybkie sukcesy oraz tak zwane małe sukcesy.

Świętuj szybkie i małe sukcesy



Lekcja 9 Zamknij zadanie

Kiedy jesteś już na ukończeniu zadania zadбай o jego odpowiednie zamknięcie.

Tworzy się wtedy raporty podsumowujące, rozpisuje się efekty pracy, koszty, opisuje zakresy zrealizowane i niezrealizowane. Warto tą praktykę przenieść na zadania po to, aby ugruntować sukces, aby dopiąć wszystkie dane i stworzyć sobie dobry materiał na temat realizacji celu i jego poziomu. Dzięki temu będziemy mieć gotowy raport, dokument do potwierdzenia naszego działania, ale też świetną podstawę do komunikowania innym naszego sukcesu. Do podzielenia się dobrymi praktykami.

Dostarcz, rozpisz, potwierdź, celebry sukces. Komunikuj wszem i wobec.



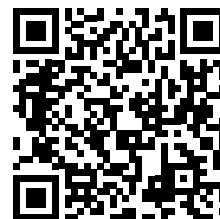
Wakacje projektowe

Po zrealizowaniu projektu przychodzi czas na krótki relaks, oddech przed kolejnym działaniem, które przed nami. To dobra okazja do wykorzystania tego czasu na własny wzrost, gruntowanie zespołu i postęp w jakości wykonywanej pracy. Wszystkie te refleksje warto zapisać, zaakcentować wśród ludzi i wykorzystać do kolejnych zadań. Będzie już łatwiej, szybciej i z przekonaniem, że mamy sukces, że potrafimy współtworzyć coś wartościowego i jesteśmy tego częścią.

Ciesz się nauką do następnych zadań

Pełna treść artykułu dostępna jest na stronie

<https://akademia.pgg.pl>



**Akademia
PGG**



Diagnostyka z „Ziemowita”

System podporności sekcji obudowy zmechanizowanej stosowany w niemal co trzeciej ścianie eksploatowanej w kopalniach Polskiej Grupy Górniczej przynosi poprawę bezpieczeństwa oraz ewidentne korzyści ekonomiczne. Widać to chociażby na przykładzie kopalni „Piast-Ziemowit”. To właśnie tam, w ruchu „Ziemowit” zaimplementowano platformę, która pozwala na automatyczną diagnostykę, dobór podporności wstępnej, jak i kontrolę oddziaływania stropu na obudowę ścianową.

Nowatorski sposób diagnozy pracy sekcji obudowy zmechanizowanej poprzez systemy informatyczne skraca czas naprawy lub samego wyszukania usterki oraz dobór profilaktyki w przypadku zagrożenia przerwania ciągłości stropu. Zdiagnozowanie awarii związanych z pracą obudowy zmechanizowanej w warunkach dołowych jest utrudnione. Kopalnia poprzez wykwalifikowanych dyspozytorów energomechanicznych jest w stanie wykryć nieprawidłowość w zarodku.

- Jesteśmy świadomi, jak cennym narzędziem dla naszych ścian jest system monitoringu sekcji obudowy zmechanizowanej. System pozwala na dobór nominalnej podporności wstępnej, co jest warunkiem prawidłowego utrzymania stropu wyrobiska ścianowego. Jesteśmy w stanie wcześniej zdiagnozować awarie stojaków hydraulicznych sekcji obudowy zmechanizowanej i zapobiec rozprzestrzenieniu się problemu. Monitoring ciśnień jest innowacyjną metodą, która gdy jest dobrze wykorzystywana zapobiega dłuższym postojom w ścianie wydobywczej – mówi Tomasz Kudłacik, naczelny inżynier ruchu „Ziemowit”.

Opad skał stropowych jako problem do rozwiązania

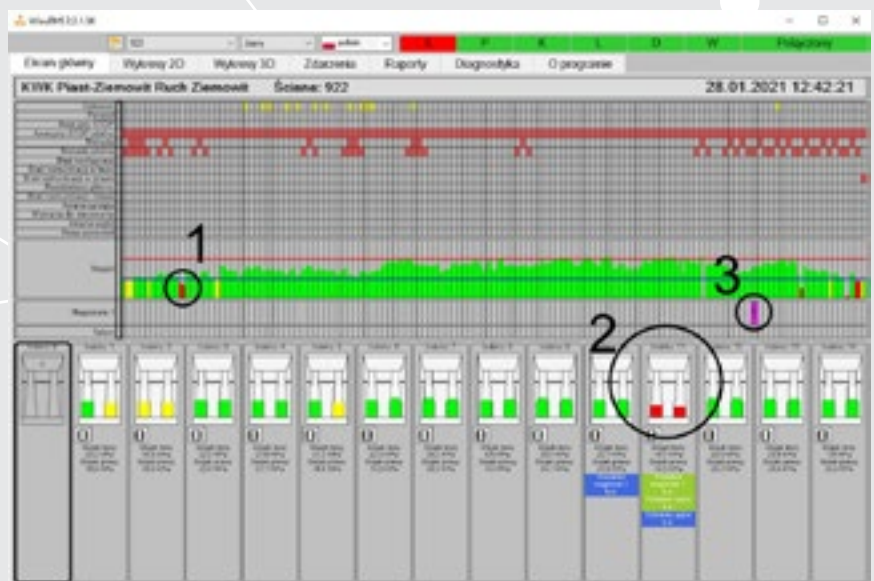
Konieczność zapewnienia kontaktu obudowa – górotwór na etapie eksploatacji jest podstawowym kryterium poprawności wykonywanych robót. Opad skał stropowych to odpajanie się części stropu bezpośredniego w postaci odłamków skał, łat skalnych czy brył skalnych, powodujące powstanie wolnych przestrzeni i przerwanie ciągłości robót. Kontrolowanie w ścianie sytuacji związanej z ograniczoną ilością

powstających opadów skał stropowych jest zasługą prawidłowego wykorzystywania przez pracowników monitoringu rozkładu ciśnień.

Jak to wszystko działa?

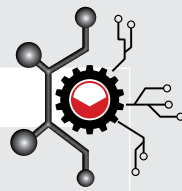
Innowacyjny system wspomagania pracy sekcji obudowy zmechanizowanej w zakresie prawidłowego podparcia stropu wyrobiska ścianowego pozwala na kontrolę bezpośrednią przez pracowników pracujących w ścianie oraz poprzez dyspozytora energomechanicznego kontrolującego prawidłowość zabudowy sekcji obudowy zmechanizowanej. Dyspozytor energomechaniczny posiada podgląd stanu rozkładu ciśnienia w ścianie poprzez zabudowane w sekcjach obudowy zmechanizowanej czujniki, które

gromadzą dane o rozkładzie ciśnień i tworzą wizualizacje. System informuje dyspozytora o zbyt niskim lub zbyt wysokim ciśnieniu medium w stojakach hydraulicznych. Aktualnie eksploatowana w pokładzie 209 na poziomie 650 m ściana 922 jest wyposażona w system aktywnej kontroli podporności sekcji obudowy zmechanizowanej, który automatycznie diagnozuje i w razie potrzeby dozuje ciśnienie w ścianie są w stanie sami rozpoznać problem i go rozwiązać. Na każdej z sekcji zabudowane są czujniki „RUFUS”, które sygnalizują prawidłowe lub nieprawidłowe rozparcie sekcji. Obserwacja prawidłowej pracy sekcji obudowy zmechanizowanej w ścianie jest bardzo prosta: czujnik wy-



Widok ekranu głównego oprogramowania

1. Nieprawidłowo rozparta sekcja obudowy zmechanizowanej.
2. Stan wizualny sekcji obudowy zmechanizowanej.
3. Awaria czujnika w jednym ze stojaków sekcji.

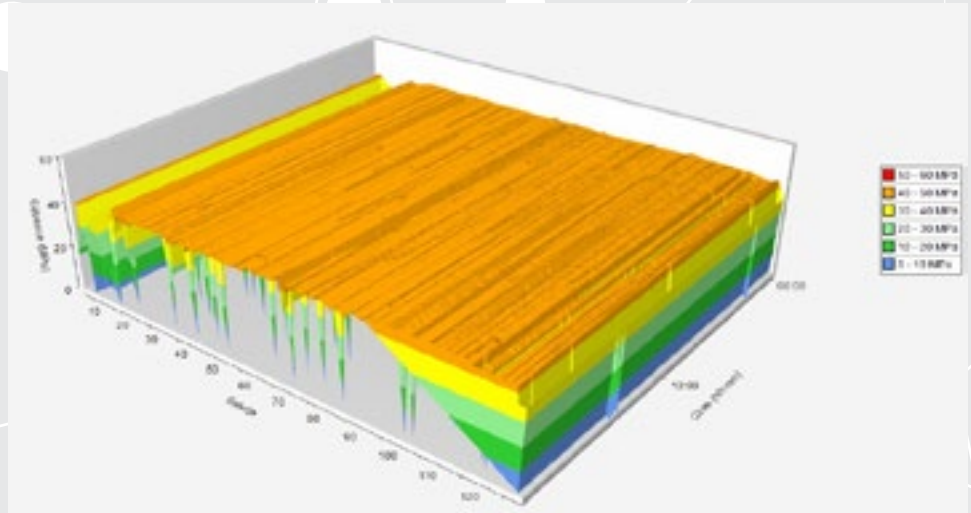


światła kolor zielony, sygnalizujący odpowiednie zabudowanie stojaka, lub kolor czerwony, który sygnalizuje złe rozparcie sekcji obudowy zmechanizowanej.

Ekran główny monitoringu sekcji obudowy zmechanizowanej

Dyspozytorzy energomechaniczni są bardzo dobrze wyszkoleni i znajdują pojawiającą się usterkę niemal natychmiastowo, co zapobiega rozprzestrzenieniu się awarii i ogranicza ilość postojów ściany wydobywczej. Z wykresów wygenerowanych w oprogramowaniu monitorującym sekcje obudowy zmechanizowanej możemy wyczytać wiele informacji i są to nie tylko dane z aktualnego stanu ściany, ale również dane historyczne, które pozwalają wyświetlić stan ściany sprzed kilku tygodni czy też miesięcy. Poniżej przedstawiony został wykres pracy czterech wybranych sekcji obudowy zmechanizowanej, co obrazuje schemat ośmiu przebiegów rozkładu ciśnień stojaków sekcji. Łatwo można z niego wyczytać, że w punkcie 1 nastąpił cykl produkcyjny w ścianie, a po nim zabudowa sekcji obudowy zmechanizowanej (cięcie kombajnu i podjazd sekcjami), zaś punkt 2 obrazuje prawidłowy przyrost ciśnień po zabudowie sekcji obudowy zmechanizowanej. Punkt 3 i 4 obrazuje zdiagnozowane usterki. Usterka z punktu 3 dotyczy uszkodzonego jednego ze stojaków sekcji obudowy zmechanizowanej, a usterka z punktu 4 uszkodzenie czujnika stojaka. Tak zobrazowany wykres pozwala wykryć awarie z poziomu dyspozytorni energomechanicznej.

– Nie ma wątpliwości, że dużo rzadziej zatrzymywaliśmy pracę kompleksu ścianowego niż w przeszłości, więc korzyści będą



Wykres 3D rozkładu ciśnień w ścianie wydobywczej podczas postoju.

z pewnością wymierne – zapewnia Krzysztof Augustyniak, kierownik Działu Energetyczno-Maszynowego w ruchu „Ziemowit”.

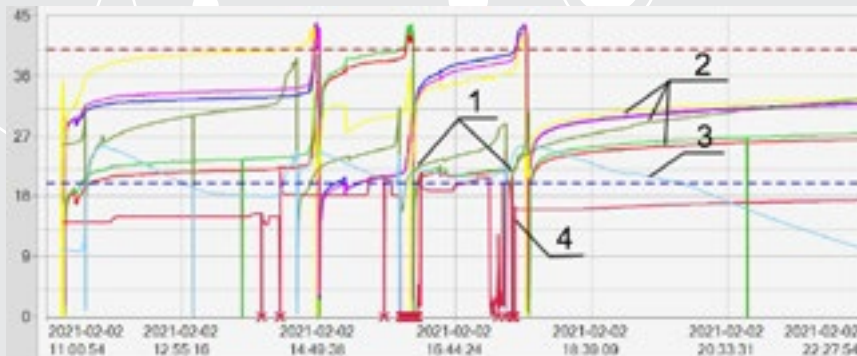
Oprogramowanie pozwala również na generowanie wykresów 3D, w których można zauważyć rozkład naprężeń stropowych na ścianę wydobywczą. Wyżej przedstawiony wykres obrazuje ścianę podczas trzeciego dnia postoju. Ciśnienia nie zwiększają się do zakresów powyżej 50MPa ze względu na dobrze działające zawory upustowe w ścianie.

Raport trójwymiarowy jest obrazem, w którym można przeanalizować, jak następował cykl produkcyjny w ścianie, i w których momentach znajdował się kombajn ścianowy podczas eksploatacji. Wyżej przedstawiony raport jest obrazem wykresów o współrzędnych X, Y, Z.

Współrzędna X jest przypisana do sekcji obudowy zmechanizowanej, współrzędna Y to występujące ciśnienia w stojakach

sekcji obudowy zmechanizowanej obrazowane w MPa, zaś współrzędna Z jest odpowiedzialna za okres czasu. Ściana zawalowała podczas normalnego swego cyklu produkcyjnego charakteryzuje się ciągłą zmiennością rozkładu ciśnień w ścianie. Wszystko spowodowane jest ciągłymi podjazdami sekcji obudowy zmechanizowanej, jak i samą eksploatacją w rejonie monitorowanej sekcji. Systemy monitoringu pozwalają dokładnie określić miejsce, w którym znajduje się kombajn ścianowy, jak również możliwy jest odczyt oddziaływania ciśnienia rabowanej sekcji obudowy zmechanizowanej, które przenosi się na sekcję sąsiadującą.

Ponieważ w naszych publikacjach staramy się promować nowatorskie spojrzenie i interesujące rozwiązania wprowadzane przez kadrę inżynierską PGG, zaznaczymy, że omawiany system został opracowany i wdrożony przez zespół osób kierownictwa kopalni „Piast-Ziemowit”. We wprowadzeniu nowej technologii w ruchu „Ziemowit” uczestniczyli również pracownicy działu energomechanicznego oraz górniczego. Górnicy, jak i mechanicy pracujący w ścianie 922 potwierdzają, że innowacyjne rozwiązanie ułatwia ich prace i pozwoliło zapobiec wielu awariom.



Diagnostyka stojaków hydraulicznych poprzez wykresy 2D.

ZBIGNIEW PIKSA



CZY WIEDZIAŁEŚ, ŻE...

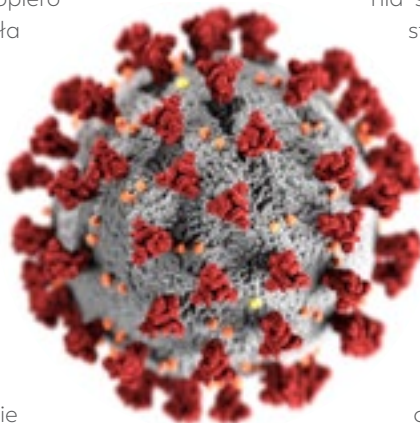
Powłoki samoczyszczące w walce z wirusami

Niby wszyscy o tym wiedzieliśmy, ale dopiero pandemia covidowa dobitnie pokazała nam, w jak brudnym otoczeniu żyjemy. Nawet pozornie najbardziej czysta powierzchnia pełna jest różnego rodzaju wirusów, bakterii i innych mikroorganizmów. Myjemy ręce, dezynfekujemy, co się da, a te paskudztwa ciągle są wśród nas. Szczególnie dotkliwe jest to w szpitalach i innych placówkach służby zdrowia, które nieustannie z determinacją walczą o higienę. O tym, jak mało skuteczna jest ta walka, informuje Europejskie Centrum ds. Zapobiegania i Kontroli Chorób (ECDC): w samej Unii rocznie około 3 milionów ludzi ulega zakażeniu w środowiskach szpitalnych, co dla 25 tysięcy z nich kończy się śmiercią.

W ramach finansowanego ze środków UE projektu SELF-CLEAN grupa naukowców opracowała antybakteryjny materiał, który może być stosowany na powszechnie używanych powierzchniach. Podczas testów przeprowadzanych w szpitalach wynaleziona substancja ograniczyła ryzyko zakażenia o ponad 60%.

Powłoka składająca się z nanocząsteczek dwutlenku tytanu (TiO_2) osadzonych w matrycy cynowo-niklowej inicjuje proces fotokatalizy. Proces ten reaguje na typowe dla pomieszczeń spektrum światła widzialnego i promieniowanie ultrafioletowe, nadając materiałowi zdolność samoczyszczenia i właściwości antybakteryjne.

W publikacjach naukowych pojawiły się informacje o tym, że proces galwanizacji z wykorzystaniem prądu impulsowego pozwolił osiągnąć wysoką prędkość osadza-



nia się nanocząsteczek TiO_2 i jednorodną strukturę matrycy.

Mówiąc bardziej zrozumiałym językiem: powłoki samoczyszczące mają zdolność do rozkładania zanieczyszczeń, co sprawia, że pokryte nimi powierzchnie na długo pozostają czyste. Są bardzo łatwe w aplikacji, dlatego cieszą się dużą popularnością wśród inwestorów prywatnych i biznesowych. Wystarczy pokryć nimi wybraną powierzchnię i cieszyć się multifunkcyjnością produktu.

Uczni wykonali powłokę dla płytek kontaktowych, klamek do drzwi i uchwytów meblowych, czyli miejsc najczęściej dotykanych, gdzie zarazki panoszą się w największym stopniu. Nowy materiał zapewnia korzyści zdrowotne i ekonomiczne. Powłoka w znaczny sposób ogranicza ryzyko zakażenia bakteryjnego, jednocześnie rokując wysoką rentowność przedsięwzięcia dla partnerów z sektora małych i średnich przedsiębiorstw. Co również ważne, powłokę projektowano z myślą o trwałości i estetycznym wyglądzie, a efekt spełnił oba te kryteria.

Na polskim rynku pojawił się niedawno innowacyjny produkt: antybakteryjna folia samoprzylepna, wyposażona w specjalną powierzchnię, która zabija SARS-CoV-2 i inne wirusy, zapobiegając dodatkowo rozwojowi bakterii, wirusów i grzybów. Już po 10 minutach od wyklejenia powierzchni ponad 90% wirusów koronawirusa oraz ponad 95% wieloopornych zarazków szpitalnych zostaje unicestwionych. Wyniki te zostały potwierdzone przez specjalistyczne testy i badania, przeprowadzone przez niezależny instytut badawczy biotechnologii w Niemczech.

Ochrona przy użyciu tej folii może zostać z powodzeniem zapewniona w takich miejscach, jak: urzędy, szpitale, przychodnie, szkoły, apteki, poczekalnie, galerie handlowe, banki, komunikacja miejska i wielu innych. Dosłownie wszędzie tam, gdzie ludzie są szczególnie narażeni na kontakt z wirusami. Folia antybakteryjna doskonale sprawdzi się do oklejenia blatów, biurka, poręczy, klamek, drzwi, wind, łóżek itp. Jeśli wierzyć zapewnieniom producenta, folia jest na tyle plastyczna i łatwa w użytkowaniu, że bez problemu zabezpieczy takie przedmioty, jak: terminal płatniczy, książki, opakowania produktów służących do higieny czy menu w restauracji.



Zbigniew Piksa

O sowieckiej zbrodni przypominają znaczki poczty podziemnej

Po napaści Związku Sowieckiego na Polskę 17 września 1939 r. aresztowano blisko 200 tys. Polaków, w tym oficerów Wojska Polskiego, funkcjonariuszy policji, ziemian, księży, prawników, reprezentantów wolnych zawodów i przedstawicieli szeroko pojętej inteligencji.

W latach 1940–1941, w wyniku czterech deportacji, ponad 800 tys. Polaków trafiło w głąb Związku Sowieckiego, gdzie wykorzystywano ich do niewolniczej pracy przy zagospodarowaniu dalekowschodnich obszarów ZSRS.

Ponadto ok. 22 tys. obywateli Polski, wśród których było 10 tys. oficerów Wojska Polskiego i funkcjonariuszy policji, zostało uśmierconych na rozkaz Stalina w 1940 r. Decyzja o ich zamordowaniu zapadła 5 marca 1940 r. na podstawie pisma, które Ławrientij Beria, ludowy komisarz spraw wewnętrznych, skierował do Stalina. Szef NKWD pisał, że Polacy „są zatwardziały-

mi, nierokującymi poprawy wrogami władzy sowieckiej”, wnioskował o rozpatrzenie ich spraw w trybie specjalnym „z zastosowaniem wobec nich najwyższego wymiaru kary” – czyli rozstrzelania. Beria podkreślał, że sprawy Polaków należy rozpatrzyć bez wzywania aresztowanych, bez przedstawiania zarzutów, decyzji o zakończeniu śledztwa oraz aktu oskarżenia.

3 kwietnia 1940 r. rozpoczęto likwidację polskich jeńców. Wyroki wykonywali funkcjonariusze NKWD, strzelając w potylicę. Polacy byli mordowani m.in. w Smoleńsku, Charkowie i Twerze. Symbolem tej zbrodni stał się Katyń niedaleko Smoleńska, gdzie wiosną 1943 r. odkryto masowe groby polskich oficerów.

Polskie podziemie antykomunistyczne nigdy nie zapomniało o tysiącach Polaków zamordowanych przez Sowieców na nieludzkiej ziemi. Dowodem tego są nie tylko książki dotyczące zbrodni katyńskiej, drukowane w drugim obiegu, ale również znaczki poczty podziemnej, wydawane w latach osiemdziesiątych ubiegłego stulecia.

Śląskie Centrum Wolności i Solidarności posiada w swoich zbiorach liczne znaczki poświęcone ofiarom sowieckiej zbrodni. Część z nich można zobaczyć na wystawie on-line, którą ŚCWIS udostępnił na kanale Youtube. Wirtualna wystawa nosi tytuł „Przemilczane historie na znaczkach Poczty Podziemnej z lat osiemdziesiątych XX wieku”.



Szczepionka przeciw COVID-19

FAKTY I MITY

Niebezpieczne, eksperymentalne i zmieniające nasze DNA - to tylko niektóre z teorii krążących wokół tematu szczepień przeciw COVID-19. Po wielu miesiącach ograniczeń w życiu społecznym oraz wobec braku skutecznego leczenia choroby wywołanej przez koronawirusa, w końcu po kilku miesiącach od rozpoczęcia badań nad szczepionką pojawił się pierwszy, skuteczny preparat. Ludzie na całym świecie tęsknią za normalnością, dlatego z procesem szczepienia społeczeństwa wiążą się ogromne nadzieje, choć nie brakuje też wspomnianych teorii spiskowych, emocji i pytań. Ważne jest, aby decydując się na szczepienie, mieć pewność, że podjęliśmy właściwą decyzję, dlatego na podstawie źródeł naukowych oraz po konsultacji z lekarzem obalamy najbardziej powszechne mity oraz potwierdzamy fakty dotyczące szczepionki przeciw COVID-19.

MIT nr 1 Szczepionka przeciw COVID-19 jest niebezpieczna, ponieważ została opracowana tak szybko. Zwykle badania nad szczepionką powinny trwać przynajmniej około 10 lat, a nie zaledwie kilka miesięcy, jak w przypadku tego preparatu.

FAKT Szczepionka jest bezpieczna i skuteczna. Chociaż została opracowana w rekordowym czasie, przeszła przez ten sam rygorystyczny proces co każda inna szczepionka, spełniając wszystkie standardy bezpieczeństwa. Żadne kroki nie zostały pominięte. Powstała w kilka miesięcy, ponieważ w odróżnieniu od tradycyjnych szczepionek szczepionki mRNA mogą mieć krótszy okres produkcyjny. Ponadto dla szybkiego zapewnienia dostępności skutecznej i bezpiecznej szczepionki skrócone zostały przede wszystkim terminy administracyjne, jednak ułatwienia te absolutnie nie obniżają obowiązujących wymogów dotyczących bezpieczeństwa i skuteczności preparatu! Co więcej, już w 2003 roku podczas wybuchu epidemii SARS (również wywołanej przez koronawirusa) rozpoczęto prace nad szczepionką opartą na mRNA, jednak po ustaniu epidemii badania wstrzymano. Wyniki jednak pozostały, więc naukowcy teraz mogli z tej wiedzy skorzystać.

MIT nr 2 Szczepionki przeciwko koronawirusowi nie będą nigdy skuteczne, ponieważ wirus stale mutuje. Szczepionka nie jest zatem w stanie zatrzymać siły ewolucji wirusa.

FAKT Koronawirus rzeczywiście się zmienia, czego przykładem są chociażby nie-

dawno odkryte mutacje z Wielkiej Brytanii, Brazylii czy Republiki Południowej Afryki. Jednym ze sposobów działania szczepionek jest skłonienie układu odpornościowego do wytworzenia przeciwciał, które blokują wirus przed zakażeniem komórek. Jeżeli chodzi o koronawirusa SARS-CoV-2, jego tzw. kolec (ang. spike), czyli białko fuzyjne lub glikoproteina powierzchniowa – odpowiedzialne za interakcję z receptorem na powierzchni komórek, wobec którego wytwarzane są w naszym organizmie przeciwciała po podaniu szczepionki, nie ma raczej skłonności do mutacji. Istnieje zatem ogromna szansa, że szczepionka będzie trwale skuteczna. Co istotne, naukowcy alarmują, że zbyt wolne rozpowszechnianie szczepionki na świecie daje wirusowi ogromną szansę ucieczki i tym samym dalszej mutacji.

MIT nr 3 Szczepionka mRNA jest nieznaną, niedokładnie opracowaną i nieprzebadaną jeszcze nowinką technologiczną. Zawiera geny wirusa, więc może modyfikować genetycznie ludzkie DNA.

FAKT Okazuje się, że prace badawcze nad szczepionką mRNA były prowadzone już wiele lat, zanim w ogóle pojawił się wirus SARS-CoV-2, jednakże badania nad żadną ze szczepionek wyprodukowanych w tej technologii nie zaszły tak daleko, jak w przypadku tej przeciw COVID-19. Absolutną nieprawdą jest, że szczepienie może w jakikolwiek sposób zmienić nasz

materiał genetyczny! Oczywiście, materiał genetyczny – mRNA – jest składnikiem szczepionki, ale tylko w zakresie swego rodzaju instrukcji, która wskazuje komórkom, aby wytworzyły białko znalezione w nowym koronawirusie. Kiedy układ odpornościowy rozpoznaje to białko, buduje odpowiedź immunologiczną poprzez tworzenie przeciwciał – ucząc organizm, jak chronić się przed przyszłą infekcją. mRNA nigdy nie dostaje się do jądra komórki, w którym jest przechowywane nasze DNA, wnika zaledwie do cytoplazmy. Nasze ciało pozbywa się mRNA wkrótce po zakończeniu stosowania instrukcji.

MIT nr 4 Po otrzymaniu szczepionki przeciw COVID-19 nie trzeba nosić masek ochronnych.

FAKT Szczepienie nie daje Ci całkowitej gwarancji, że nie zachorujesz. Zapewnia jednak dużo mniejsze ryzyko zachorowania, a w przypadku choroby – łagodniejszy jej przebieg i mniej powikłań. Szczepienie wymaga przyjęcia dwóch zastrzyków, podawanych w 3–4-tygodniowych odstępach czasowych. Efekt działania szczepienia nie jest natychmiastowy, zwykle należy odczekać nawet kilka tygodni po podaniu drugiej dawki. Dlatego nadal istnieje szansa, że osoby zaszczepione mogą przez pewien czas chorować i zarażać, nie mając jednocześnie żadnych symptomów. Noszenie masek, dezynfekcja czy zachowanie dystansu społecznego są koniecznością,



dopóki wystarczająca liczba osób nie zostanie uodporniona.

MIT nr 5 **Poprzez szczepionkę do organizmu wstrzyknięty zostaje koronawirus SARS-CoV-2, ponieważ jest jej składnikiem, dlatego po zaszczepieniu istnieje wysokie ryzyko, że od razu zachorujesz na COVID-19.**

FAKT Szczepionka przeciw COVID-19, jak każda inna, składa się z kilku istotnych elementów, z których najważniejszym jest zawartość antygenów (żywych lub zabitych), czyli substancji, które po podaniu do organizmu wywołują reakcję immunologiczną, aby wytworzyć przeciwciała. Jeśli chodzi o szczepionkę przeciw koronawirusowi, została ona wyprodukowana i pozyskana w zupełnie inny sposób, gdyż nie zawiera antygenów w ogóle. Zawiera jedynie informację nt. białka, które po wprowadzeniu do organizmu jest produkowane w celu wytworzenia odporności. Preparat szczepienny nie wywoła zatem bezpośrednio

choroby. Możliwe jest jednak zarażenie się wirusem, zanim szczepionka zdąży w pełni chronić organizm.

MIT nr 6 **Nie należę do grupy podwyższonego ryzyka, nie zagrażają mi poważne powikłania po zachorowaniu na COVID-19, więc szczepionka nie jest mi potrzebna.**

FAKT Niezależnie od ryzyka nadal możesz zarazić się infekcją i przenieść ją na inne osoby, dlatego ważne jest, aby się zaszczepić. Zaleca się, aby czym prędzej jak najwięcej kwalifikujących się osób dorosłych ją otrzymało. Ma chronić nie tylko Ciebie, ale także Twoją rodzinę i całą społeczność.

MIT nr 7 **Szczepionka przeciw COVID-19 może wywołać poważne skutki uboczne, zwłaszcza ostre reakcje alergiczne, a nawet bezpłodność u kobiet.**

FAKT Każda szczepionka może powodować tzw. efekty uboczne. Mogą to być m.in. ból głowy, ból w miejscu iniekcji, zmęcze-

nie, dreszcze, gorączka czy bóle mięśni. Należy pamiętać, że w momencie podjęcia przez układ immunologiczny funkcji następuje odpowiedź w postaci jakiejś reakcji. Również w przypadku alergików czy osób przewlekle chorych nie ma raczej przeciwwskazań do szczepień, jest jedynie zalecenie, aby tuż po zaszczepieniu osoba pozostała w przychodni na obserwacji przynajmniej piętnaście minut. Nie bez powodu szczepienie poprzedzone jest wizytą u lekarza, który po przeprowadzeniu kwalifikacji zadecyduje o możliwości podania szczepionki, biorąc pod uwagę stan zdrowia oraz możliwe skutki uboczne konkretnego pacjenta. Obecnie nie ma żadnych dowodów naukowych na to, aby szczepienie wpływało na płodność. Natomiast kobiety w ciąży nie mogą przyjąć szczepionki, gdyż na tej grupie osób, z uwagi na nieprzewidywalne skutki, badania kliniczne nie były prowadzone.

KATARZYNA ROGUS



The logo for GIIG (Instytut Badawczy) features the letters 'GIIG' in a bold, green, sans-serif font. The 'I' is a solid black vertical bar. The logo is positioned in the top left corner of the page, which has a white background that tapers to a point on the right.

Instytut
Badawczy



Wielkanoc to radosne święto,
a Niedziela Zmartwychwstania
niesie czas przebudzenia
po smutkach Wielkiego Postu.
W tym roku symbolika ta jest ważna
w wyjątkowy sposób.
Patrząc na budzącą się przyrodę
napelnijmy się radością i nadzieją.

Niech te Święta będą dla nas wszystkich
pełne miłości, wyciszenia oraz przyniosą
pozytywne spojrzenie w przyszłość!

Wesołego Alleluja!

Dyrekcja i Pracownicy
Głównego Instytutu Górnicтва

SZARLEJ

Witejcie moi rostromili, po krotki pauzie zaś mogecie cosik ciekawego poczytać. Na świecie czyhały downi na ludzi różnorake demony, straszdyta i inksze paskudy.

Tako ciekawostka: wycie, że 90 procent demonów to były baby? Ale dzisiaj poczytacie się o chopskim demonie podziemi, ale niy będzie tu godki to Skarbniku, bo to był dobry duch podziemi. Dowiycie się cosik... to SZARLEJU.

Wtoż to boł?

Boł to ponoć demon we ludzki postaci, wielce szpetny postury – jedni widzieli go ponoć jako siwego, drudzy jako ryszawego chopa – zamiast prawy nogi miał krowske kopyto, ślypia wybałuszone, czerwone jak u hazoka, siorpoł siarom i zgrziłoł gošno zymskami – normalnie... istno szkarada, taki dzioboł, szło się wystraszyć.

Tyn to SZARLEJ rządzioł we bytomskich grubach srybra i rud cynku – rządzioł, ale jak.

Ponoć w 1367 roku we siyrpniu sześć dwadziestego dnia bytomscy mieszczańie utopiylu dwóch duchownych Piotra i Mikołajaja, bo wykryli, iż ci łokrodaję kościoł z daniny.

To boło zaś okazjom dlo SZARLEJA, kery zaproponołoł im (tym mieszczańom) spółka w wydobywaniu kruszców srebra i rud cynku. Skusioł ich tyż potymu, coby ich dusze potym sprowadzić do piekła.

Przez duge lata dobrze im się wiodło, ale jak SZARLEJ zbadoł, że łoni tyż go cyganiom, to wtynczos dosięgła ich zymsta czartowsko.

JAKO NIEGDYŚ W BYTOMIU, GDY TEŻ WYRZĄDZILI ZŁOŚĆ TAKOWEMU DUCHOWI, KTÓREGO TAM ZWALI SZARLEJEM ZATOPIŁ IM WODĄ WSZYSTKIE KRUSZCE, CZEGO ZNAKI ZOSTAŁY NA TYM MIEJSCU JESZCZE.

Ja, ja to ponoć prowda, zaloł to wszystko w pierony, bo SZARLEJ boł wielce mściwy i pamiyntliwy – ale gwarłom, kerzy robiyli na dole, odpuściłoł – nojprzod kozoł wylyż im na wiyrch.

Łon zaś ponoć som łostoł we podziemiach i robiłoł na złość berkmonom – jak chcieli na nowo kopać złoza.

Zawaloł im chodniki, truł smrodami znaczny się gazami, cichtowoł na jejich życie.

A wszystko to wydarzyło się wele PIEKOR, kaj do dzisiaj jedna z dzielnic nazywo się SZARLEJ.

Możecie w to wierzyć, abo i niy, ale nojlepi będzie, jakbyście się przekonali sami.

Jak się tam znojdziecie, to klyknijcie na prawe kolano i przyłóżcie lewe ucho do ziymi, to może usłyszycie bicie serca Szarleja – słychać take klupanie.

Na koniec ciekawostka.

Jak tyn SZARLEJ zoł, to za żywota uszporowoł kupa kibli strzybła. Jedyn farorz ponoć znod te bogactwo i wybudowoł za to święty kościółek na piekarskij gorce.

I to by boło tyła na dzisiaj. Do miłego zaś.

A mono spotkomy się we Piekarach?

Poznomy się, wycie po czym, niy?

JESZCZE ROZ DO MIŁEGO NA ZAŚ
DZIADEK EDEK Z KRAINY BOJEK



Atlanta znalazła sposób na problem ubóstwa żywnościowego



ŹRÓDŁO: <https://edition.cnn.com/travel/article/voyager-station-space-hotel-scni/index.html>

Na wakacje w kosmos

Jeśli myślisz, że wakacje na Hawajach czy Karaibach są szczytem naszych obecnych możliwości, to firma Orbital Assembly Corporation właśnie znacznie podniosła poprzeczkę. W 2026 roku zamierza rozpocząć budowę kosmicznego hotelu, a podróż w przestrzeń kosmiczną ma być możliwa już w 2027 roku. Wnętrze hotelu ma niespecjalnie różnić się od tych bardzo luksusowych na Ziemi, widoki z okien będą jedynie nieco bardziej malownicze, jakby... nie z tego świata! Goście będą spać w normalnych łóżkach i korzystać ze zwykłych pryszniców, ale nie zabraknie dla nich atrakcji i rozmaitych rozrywek podkreślających fakt, iż znajdują się poza polem grawitacji. W hotelowej restauracji serwowane będą specjalty kuchni kosmicznej, np. liofilizowane lody. Cena pokoju hotelowego nie jest na chwilę obecną znana i chociaż zespół dowodzący

Atlanta, stolica amerykańskiego stanu Georgia, ze względu na panujący tam pustynny klimat i tym samym brak żyznej gleby pod uprawę roślin, zmagają się z poważnym problemem ubóstwa żywnościowego. Departament Rolnictwa Stanów Zjednoczonych szacuje, że nawet 125 tysięcy osób ma ograniczony dostęp do żywności w tym regionie. W odpowiedzi na tę sytuację miasto podjęło inicjatywę w postaci zagospodarowania terenu lasu Brown Mills jako miejsca, w którym każda osoba w potrzebie będzie miała nieograniczony dostęp do zdrowych i pożywnych produktów spożywczych. Las w Brown Mills jest nazywany lasem żywności, a zamiast jego funkcjonowania opiera się na sadzeniu drzew i roślin odpowiadających tym, które naturalnie występują w danym ekosystemie. Co ważne, las spożywczy jest nie tylko miejscem, z którego można pozyskiwać plony, ale też miejscem edukacji i komunikacji. Na jego terenie organizowane są m.in. zajęcia rolnicze, a dzieci i dorośli znajdują tam przestrzeń do zabawy, odpoczynku czy rekreacji. Zainteresowani mogą wybierać spośród 2500 gatunków drzew i roślin jadalnych oraz o właściwościach leczniczych. Ponadto jest to miejsce wysoce organiczne, w którym przy pielęgnacji roślin nie ma mowy o stosowaniu szkodliwych nawozów czy konserwantów. Realizacja tej wspaniałej inicjatywy udała się dzięki współpracy publicznych i prywatnych podmiotów.



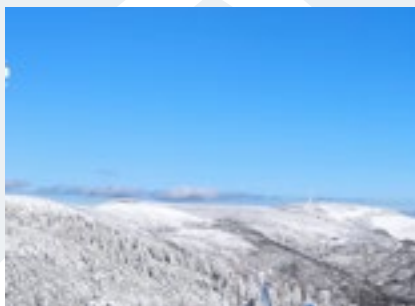
chciałby, aby koszt był porównywalny z tym za rejs statkiem, to niestety należy liczyć się ze znacznie wyższym wydatkiem, nawet rzędu 250 tys. dolarów. Obecnie projektowane są

narzędzia, które pozwolą na szybką budowę konstrukcji hotelu. Kolejny etap to pozyskanie większej liczby inwestorów oraz przystąpienie do testowania w terenie.

ŹRÓDŁO: <https://edition.cnn.com/travel/article/voyager-station-space-hotel-scni/index.html>

Akcja sprzątania himalajskich szczytów

○ tym, że śmieci zalegają na szczycie Mount Everestu, a nawet w przestrzeni kosmicznej pisaliśmy już w styczniowym numerze magazynu. Okazuje się, że problem zanieczyszczenia Himalajów jest na tyle duży, że nepalskie wojsko postanowiło zorganizować akcję sprzątania sześciu szczytów. Mimo iż taka kampania odbyła się już dwa lata temu, to odpadów przybywa na tyle szybko, że szacowana ilość zbioru w tym roku może wynieść nawet 50 ton. Nie bez powodu zatem coraz częściej Mount Everest nazywany jest „najwyższą położonym na świecie wysypiskiem śmieci”...



... Wielkie sprzątnięcie rozpocznie się 13 kwietnia, a zakończy 5 czerwca w Światowy Dzień

ŹRÓDŁO: <https://thehimalayantimes.com/business/nepali-army-to-clean-six-peaks-this-year>

Środowiska. W sprzątnięcie zaangażowana będzie 43-osobowa ekipa, składająca się z wojskowych alpinistów, szerpów i innych ochotników. Zalegające śmieci, w postaci m.in.: opakowań po produktach spożywczych czy zepsutego sprzętu, są w większości porzucane w okolicach szczytów przez turystów. Mimo iż tak wiele mówi się o walce z nadmiernymi odpadami, które są szkodliwe dla środowiska naturalnego, to nie powstrzymuje to – w tym przypadku – himalaistów przed wyrzuceniem ich na łono natury.

NIE dla jednorazówek

Jeszcze w tym roku w Kanadzie zacznie obowiązywać zakaz stosowania produktów jednorazowego użytku, m.in. plastikowych torebek i reklamówek, plastikowych opakowań, puszek czy naczyń, chyba że plastik, z którego zostały wyprodukowane, pochodzi z recyklingu. Tego typu działania wprowadzane i praktykowane są w coraz większej liczbie państw. Dla przypomnienia – w naszym kraju wchodzi w życie Polski Pakt Plastikowy. Jak wynika ze statystyk przedstawionych przez The Great Canadian Shoreline Cleanup (kanadyjski program ochrony przyrody), większość plastikowych odpadów zamiast na wysypiska, trafia do oceanu, zagrażając tym samym wodnemu ekosystemowi, ale także ludziom. Kanadyjski rząd postanowił więc ograniczyć powiększającą się ilość plastikowych śmieci w środowisku, tj. miejscu, w którym w ogóle nie powinny się znaleźć. Obok zakazu używania plastikowych „jednorazówek” zwiększona ma zostać ilość produktów pochodzących z recyklingu, a na produkcję produktów nieprzetworzonych nałożony zostanie pewien limit. Ponadto docelowo do 2030 roku w Kanadzie przynajmniej połowa wyprodukowanych plastikowych towarów ma pochodzić z recyklingu.

ŹRÓDŁO: <https://www.chatelaine.com/news/canada-single-use-plastic-ban-faq/>

Energia z pomarańczy

Chociaż wiosną ulice Sewilli (miasta w południowej Hiszpanii) pachną kwiatem budzącej się do życia słodkiej pomarańczy, to jesienią opadające ok. 6 milionów kilogramów tego owocu stanowi nie lada wyzwanie dla służb sprzątających. Pomarańcze opadają na ulice, na których są rozjeżdżane przez samochody, nawierzchnia staje się lepiała od słodkiego soku i czarna od owadów lgnących do owocowych resztek. Miasto postanowiło zaradzić temu problemowi, uruchamiając pilotażowy projekt wykorzystania metanu wytwarzanego podczas fermentacji owoców do wytwarzania czystej energii elektrycznej. Proces produkcji „owocowej energii” polega na dostarczeniu owoców do obiektu wytwarzającego energię z produktów organicznych, a wytworzony podczas fermentacji metan



będzie napędzać generator prądu. Początkowo wykorzystanych zostanie zaledwie 35 ton pomarańczy, a wytworzona z nich energia zasili jedną z miejskich oczyszczalni wody. Z czasem jednak planowane jest wykorzystanie wszystkich zepsutych owoców, a ewentualna nadwyżka wyprodukowanej z nich energii zostanie przesłana do sieci. Naukowcy szacują, że z jednej tony owocowych odpadów można wyprodukować 50 kWh energii, co jest ilością wystarczającą do zapewnienia jej dziennych dostaw do pięciu domów.

ŹRÓDŁO: <https://www.theguardian.com/environment/2021/feb/23/how-seville-is-turning-leftover-oranges-into-electricity>

OPRAC.: KATARZYNA ROGUS



Bo w życiu warto walczyć **o wszystko z całych sił**



W zespole siła! Zdobyte doświadczenie
owocuje w pojedynkach.

Aleksander Jasiewicz to niespełna 29-letni bokser walczący obecnie w kategorii wagowej lekkopółśredniej. Pochodzi z Łędzin, a swoją przygodę z boksem rozpoczął w wieku 15 lat, kiedy to pod okiem niezwykłego już trenera Józefa Maczugi dał początek swojej pięściarskiej przygodzie w Klubie MOSiR Mysłówice-Wesoła. Już wówczas odnosił pierwsze, duże sukcesy, zdobywając jako junior trzy złote medale Mistrzostw Śląska oraz brązowy Mistrzostw Polski.

Na co dzień Aleksander łączy swoje sportowe zamiłowanie z obowiązkami zawodowymi. Od 2012 roku pracuje jako górnik oddziału GRP3 w ruchu „Ziemowit” kopalni „Piast-Ziemowit”. Jak sam wskazuje, godzenie ciężkiej pracy górnika z równie trudnymi treningami nie jest proste. Wymaga to pełnej mobilizacji, bardzo dobrej organizacji czasu oraz wyznaczenia sobie konkretnych celów, a następnie dążenia do ich jak najlepszej realizacji.

Miłość do boksów zaszczerpił w Aleksandrze jego tata, również ogromny pasjonat tego sportu, a zwłaszcza aktywności bokserskiej polskich zawodników. Ojciec Aleksandra urodził się i wychował w Gilowicach. To właśnie w tej małej miejscowości na Śląsku Aleksander lubił spędzać sporo wolnego czasu podczas wakacji czy ferii szkolnych. Okazuje się, że również z Gilowic pochodzi Tomasz Adamek, polski bokser, który stał się dla naszego górnika-boksera prawdziwą inspiracją i autorytetem. Aleksander tym bardziej czuł się zafascynowany tym sportem, gdyż w 2005 roku spotkał w Gilowicach swojego idola, tuż po wygranej walce z Australijczykiem Paulem Briggssem o pas mistrza świata WBC.

Doświadczenie oraz stale wydłużająca się lista osiągnięć w boksie amatorskim zostały dostrzeżone przez grupę Tymex Boxing Promotion, z którą od 2019 roku Aleksander oficjalnie współpracuje. Treningi pod okiem trenera Daniela Pilca pochłaniają sporo czasu - odbywają się pięć razy w tygodniu, każdy z nich trwa przynajmniej dwie godziny. Ponadto po pracy pięściarz doskonali stabilizację



Kolejny ciężki trening zaliczony

i zręczność. Jednak doskonalenie sztuki bokserskiej nie jest przykrym obowiązkiem dla kogoś, kto tak jak Aleksander kocha to robić.

Aleksander jest niewątpliwie przykładem człowieka, który udowodnił, że jeżeli się czegoś bardzo pragnie, to ciężką pracą można to osiągnąć. Sport kształtuje nie tylko naszą sylwetkę, ale też pewne cechy charakteru. Czego więc bokser nauczył górnika? – *Boks nauczył mnie szacunku, determinacji w dążeniu do celu, pokory i dyscypliny na najwyższym poziomie* – stwierdza Jasiewicz. Co najważniejsze, w praktykowaniu swojej pasji może liczyć na wsparcie rodziny oraz jej szacunek do tej nieco brutalnej dyscypliny - poza złamaniem kciuka i nosa bokser jak dotąd nie odniósł na szczęście poważniejszych obrażeń.

Poza ringiem Olek przyznaje, że bywa nieco zmęczony, ale to nie determinuje jego pozytywnego nastawienia do życia, uśmiech nie znika z jego twarzy. W wolnym czasie lubi czytać książki oraz zdobywać górskie szczyty. Ponoć dobry też z niego tancerz!

KATARZYNA ROGUS



Aleksander z trenerem Danielem Pilcem



#SZCZEPIMYSIĘ

WWW.GOV.PL/SZCZEPIMYSIE

JAK SIĘ ZASZCZEPIĆ?

Proces szczepień jest realizowany etapami. Od 15 stycznia możesz zgłosić chęć zaszczepienia się przeciw COVID-19 przez formularz online. W momencie, kiedy szczepienia będą dostępne dla Twojej grupy – dostaniesz maila!



**INTERNET
GOVERNANCE
FORUM
POLAND**
INTERNET UNITED

GDZIE?

W województwie śląskim na ten moment przygotowano 671 punktów szczepień. Szczegółowa lista tych miejsc dostępna jest na stronie Ministerstwa Zdrowia, gdzie na bieżąco jest aktualizowana.