

GAZETA  
BEZPŁATNA



# Centrum Laserowego Leczenia Oczu otwarte w Katowicach

s. 3



**BUKI W LESIE  
MURCKOWSKIM BĘDĄ  
CHRONIONE**

S. 3



**PRZYGOTOWANIA  
DO ŚNIADANIA  
WIELKANOCNEGO**

S. 5



**ZE ZDROWIEM  
PSYCHICZNYM CHCĄ  
WYJŚĆ DO LUDZI**

S. 6

fot. G. Bargieła/WKATOWICACH.eu

  
**WKATOWICACH.eu**

NR 4 (23) | 03.2024 r.  
ISSN 2956-3291  
redakcja@wkatowicach.eu



# Pokaż się w Katowicach

Przyślij nam swoje zdjęcie!



Masz zdjęcie i chcesz się nim podzielić z innymi?

Prześlij je przez formularz na portalu

[WKATOWICACH.eu](http://WKATOWICACH.eu)

lub oznacz nas w mediach społecznościowych, dodając **#pokazsiewkatowicach**

Do zdjęcia dopisz zgodę: *Wyrażam zgodę na publikację mojego wizerunku w wydaniu drukowanym gazety WKATOWICACH.eu oraz w mediach społecznościowych prowadzonych przez redakcję portalu WKATOWICACH.eu.*

## Katowickie murale

ul. Rolna 22



Mural został zainspirowany pracami uczniów Zespołu Szkół Zawodowych Specjalnych nr 6 w Katowicach. Powstał w 2012 r. Zaprojektowali i wykonali go studenci ASP w Katowicach we współpracy z Katowice Miasto Ogrodów.

fot. G. Bargieła/WKATOWICACH.eu

# Gliwicka 190 i 194





## Buki w Lesie Murckowskim

będą chronione



fol. GZM

UTWORZENIE DWÓCH ZESPOŁÓW PRZYRODNICZO-KRAJOBRAZOWYCH, ZAKWALIFIKOWANIE 300 DRZEW JAKO „DRZEW EKOLOGICZNE” ORAZ USTANOWIENIE 30 NOWYCH POMNIKÓW PRZYRODY – TO ZAŁOŻENIA PAKIETU PAKIET OCHRONNY DLA BUKÓW ZLOKALIZOWANYCH W LESIE MURCKOWSKIM. MIASTO KATOWICE WSPÓŁ Z NADLEŚNICTWEM KATOWICE CHCE WZIĄĆ POD OPIEKĘ CENNY STARODRZEW I USTRZEC GO PRZED POTENCJALNĄ WYCINKĄ.

– Las Murckowski, jeden z dwóch rezerwatów przyrody zlokalizowanych w Katowicach, został powiększony o ponad 40 ha, zyskał także otulinę, która stanowi dodatkową ochronę przed możliwością negatywnego oddziaływania czynników zewnętrznych w przyszłości. Teraz czas na kolejne działania, m.in. nadanie bukom statusu drzewa ekologicznego, a także utworzenie Alei Buków oraz dwóch zespołów przyrodniczo-krajobrazowych – mówi prezydent Katowic Marcin Krupa.

Pismo z prośbą o powołanie zespołów przyrodniczo-krajobrazowych wpłynęło do Urzędu Miasta. Zgodnie z planami stosowny projekt uchwały ma zostać przygotowany na marcową sesję Rady Miasta. Pierwszy obszar obejmuje 117 ha. Proponowana nazwa zespołu to MROKWA. Drugi będzie obejmował obszar 36 ha. Proponowana nazwa to SIĄGARNIA. To lokalnie znane i używane nazwy tych miejsc.

## Otwórz swój „Lokal na kulturę”

w katowickim TBS

Można już składać wnioski



fol. KAW

Właśnie rozpoczyna się program „Lokal na kulturę” Katowickiego TBS. Osoby poszukujące miejsca do prowadzenia działalności kulturalnej mogą ubiegać się o wynajem lokalu o powierzchni 51 m<sup>2</sup> znajdującego się przy ul. Pod Kasztanami 63. Poza działalnością kulturalną wynajmujący będzie mógł tam także prowadzić w ograniczonym zakresie działalność uzupełniającą. Warunkiem jest jednak, że pieniądze z niej uzyskane będą przeznaczone na wspomaganie działalności związanej z kulturą. Lokal usytuowany jest na parterze budynku z bezpośrednim wejściem z ulicy. Wysokość czynszu jest bardzo atrakcyjna, bo wynosi jedynie 8 zł netto/m<sup>2</sup> przez pierwsze 3 lata najmu. Oferty przyjmowane są do 11 marca 2024 roku.

Kacper Jurkiewicz

## Najnowocześniejsze w kraju Centrum Laserowego Leczenia Oczu

otwarte w Katowicach

TO JEDNO Z NAJNOWOCZEŚNIEJSZYCH TEGO TYPU MIEJSC W EUROPIE. OKRĘGOWY SZPITAL KOLEJOWY W KATOWICACH OTWORZYŁ W PIĄTEK, 2 LUTEGO, CENTRUM LASEROWEGO LECZENIA OCZU. NA TYM JEDNAK ROZWÓJ OKULISTYKI W TYM SZPITALU SIĘ NIE KOŃCZY. TO KOLEJNY KROK DO UTWORZENIA W TYM MIEJSCU EUROPEJSKIEGO CENTRUM OKULISTYKI W KATOWICACH. MIEJSCE JEST NIEPRZYPADKOWE. KATOWICCY LEKARZE JAKO JEDYNI W POLSCE WYKONUJĄ PRZESZCZEPY Z UŻYCIEM LASERA. ZADANIE W LATACH 2023-2025 MA KOSZTOWAĆ WOJEWÓDZTWO ŚLĄSKIE 19,5 MLN ZŁOTYCH.



fol. J. Dyl/WKATOWICACH.eu

– Po raz kolejny zwiększamy jakość usług medycznych w naszym mieście, ale nie tylko dedykowaną mieszkańcom Katowic, ale także całego regionu. O umiejętnościach pana profesora Wylęgały nikogo nie trzeba przekonywać. To jest kolejny ważny element na mapie medycznej naszego województwa – mówi prezydent Katowic Marcin Krupa.

W OSK pojawiło się już sporo nowych sprzętów medycznych, m.in.: tomo-

graf komputerowy, ultrasonograf, aparat do diatermii z wyposażeniem, unit okulistyczny, laser diodowy, angiograf szerokokątny, lampę szczelinową, tomograf optyczny.

Nadal trwają prace nad utworzeniem w Okręgowym Szpitalu Kolejowym w Katowicach Europejskiego Centrum Okulistyki jako wiodącej jednostki zaopatrującej mieszkańców województwa śląskiego, południowej Polski oraz pacjentów zagranicznych w najwyższej jakości specjalistyczne zabieg, leczenie chorób rogówki i przeszczepy rogówek. Zadanie w latach 2023-2025 ma kosztować województwo śląskie 19,5 mln złotych.

Mateusz Terech

# Uniwersytet Śląski

wybuduje Śląskie Interdyscyplinarne Centrum Chemii



fol. mat. Uniwersytetu Śląskiego

Uniwersytet Śląski wybuduje Śląskie Interdyscyplinarne Centrum Chemii. Teraz są na to pieniądze. Zarząd Województwa Śląskiego podjął decyzję o przyznaniu dofinansowania w wysokości 189,9 mln zł na budowę nowego budynku Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach, w którym uruchomione zostanie Śląskie Interdyscyplinarne Centrum Chemii.

Nowy budynek będzie miał powierzchnię ponad 30 000 m<sup>2</sup>, znajdą się w nim pomieszczenia dydaktyczne, laboratoria, pracownie komputerowe i badawcze. W Śląskim Interdy-

scyplinarnym Centrum Chemii mieścić będą się między innymi pomieszczenia pracowni materiałów dla fotoniki i optoelektroniki, spektroskopii molekularnej i analiz elektrochemicznych, ultraszybkiej spektroskopii laserowej, analizy strukturalnej,

syntezy fotoluminescencyjnych i biologicznie aktywnych związków koordynacyjnych metali przejściowych, syntezy materiałów krystalicznych.

Olga Krzyżyk



# Zaglądamy do Centrum Powiadomienia Ratunkowego



fot. J. Dyl/WKATOWICACH.eu

CENTRUM POWIADAMIANIA RATUNKOWEGO W KATOWICACH ZNAJDUJE SIĘ W BUDYNKU ŚLĄSKIEGO URZĘDU WOJEWÓDZKIEGO W KATOWICACH. NA KILKUDZIESIĘCIU STANOWISKACH PRACUJĄ TU PRZEZ CAŁĄ DOBĘ OPERATORZY ODBIERAJĄCY TELEFON, KIEDY KTOŚ W NASZYM REGIONIE DZWONI POD NUMER ALARMOWY.

Tak naprawdę do CPR w Katowicach trafiają nie tylko osoby dzwoniące pod nr 112, ale także pod nr 997 (kiedyś policja), 998 (kiedyś straż pożarna) oraz 911 (numer alarmowy w niektórych krajach – m.in. w USA). Pod numerem 999 nadal zgłaszają się dyspozytorzy medyczni wykwalifikowani do tego, żeby udzielać instrukcji osobom zgłaszającym zagrożenie życia i zdrowia.

Operatorzy są na posterunku we wszystkie dni w roku, przez całą dobę. Pracują na 12-godzinnych zmianach – w Katowicach między 7:00 a 19:00 lub między 19:00 a 7:00. Przez cały ten czas kilkanaście lub kilkadziesiąt osób zasiada przy stanowiskach wyposażonych w specjalne systemy umożliwiające przyjmowanie, weryfikowanie i przekazywanie zgłoszeń. Operatorzy nie decydują o zadyspono-

waniu służb – tym zajmują się dyspozytorzy poszczególnych jednostek, których dotyczy zgłoszenie. Informacja przyjęta przez operatora w CPR jest więc przekazywana policjantom, strażakom, pogotowiu ratunkowemu lub innym służbom, które muszą reagować w sytuacjach zagrożenia.

– Zdarza się, że ktoś zaczyna rozmowę z operatorem numeru alarmowego w zupełnie niespodziewany sposób. Wtedy musimy zadać pytanie: „czy potrzebuje pan/pani pomocy?”. Jeśli pada odpowiedź, że tak, to wszystkie kolejne pytania staramy się zadawać tak, by można było odpowiedzieć „tak” lub „nie”. Trzeba też znaleźć sposób, by uzyskać adres zagrożonej osoby – opowiada koordynator-trener w CPR w Katowicach Agnieszka Wolny.

Często operatorzy numerów alarmowych muszą się wykazywać nie tylko wielkim opanowaniem, ale i kwalifikacjami. Zwykle zgłoszenie przyjmuje się w czasie 1-2 minut, ale zdarza się, że rozmowy trwają nawet kilka godzin. Numer 112 poznają już przedszkolaki. Nie brakuje także sytuacji, w których kilkulatki zostają bohaterami, wybierając numer alarmowy.

**Mateusz Terech**

## Finał IEM Katowice 2024



fot. M. Ostrowska-Lindner/  
WKATOWICACH.eu



Trzy dni wielkich emocji w Spodku i Międzynarodowym Centrum Kongresowym w Katowicach. Intel Extreme Masters Katowice przyciągnęło tysiące fanów gier i e-sport. W finałowych rozgrywkach Counter-Strike 2 z udziałem publiczności w Spodku, zmierzyli się Team Spirit i FaZe Clan. Zwycięzcą okazał się Team Spirit, wygrywając 3:0. Ostatniego dnia walczone również w finałach StarCraft II, a o nowoczesną pracownię gamingową rywalizowali katowiccy uczniowie. Zwycięzcą Intel Extreme Masters Katowice 2024 okazał się Team Spirit, wygrywając 3:0. W ramach Esportowej Ligi Szkół w Brawl Stars najlepsi okazali się uczniowie Technikum nr 2 Zespołu Szkół Ekonomicznych im. Wojciecha Korfantego. Dzięki wygranej otrzymają gamingowe wyposażenie do sali komputerowej w swojej szkole.

Oprócz rozgrywek odbył się także panel dyskusyjny „Starcie ludologów – o społecznej funkcji gier” zorganizowany w strefie Miasta Katowice. W panelu udział wzięli: Patryk ROJO Rojewski, Michał Kłosiński i Agata Waszkiewicz. Panel moderował Łukasz Żółciak.

Rozmowy toczyły się na temat zmian w postrzeganiu graczy, gier komputerowych i ich roli oraz relacji między badaniami a doświadczeniami graczy.

**Kacper Jurkiewicz**



fot. J. Dyl/WKATOWICACH.eu



fot. KAW

– Zima jest zawsze dla budownictwa okresem niesprzyjającym, szczególnie dla drogownictwa. Musimy drogi utrzymywać, żeby nie były białe i były przejezdne, szczególnie tam, gdzie jest komunikacja publiczna. Wymaga to sypania środkami chemicznymi, które pozwolą uszorstkować jezdnię. Woda

dostaje się w każdą szczelinę i następnie w momencie „przejścia przez zero”, minusowych temperatur, dochodzi do wzmożonej degradacji dróg. Od listopada do lutego w kraju jest mało słonecznych dni. Większość to ślota, dni deszczowe i wilgotne, które nie sprzyjają ani naprawom, ani żeby drogi się utrzymały i były w całkiem dobrym stanie – mówi nam dyrektor MZUiM w Katowicach Piotr Handwerker.

## Sporo dziur i dużo pracy

### MZUiM w Katowicach całym potencjałem na drogach

OD WIELU DNI CODZIENNIE OD 25 DO NAWET 30 PRACOWNIKÓW Z 6 BRYGAD MIEJSKIEGO ZARZĄDU ULIC I MOSTÓW PROWADZI NAPRAWY USZKODZONYCH NAWIERZCHNI DRÓG. UZUPEŁNIANE SĄ DZIURY I WYRWY PRZEDZ WSZYSTKIM NA GŁÓWNYCH TRASACH, GDZIE PANUJE NAJWIĘKSZE NATĘŻENIE RUCHU, ALE NIE TYLKO. PRACOWNICY PROWADZĄ TEŻ DZIAŁANIA NA MNIEJ UCZĘSZCZANYCH DROGACH W POSZCZEGÓLNYCH DZIELNICACH.

Do tej pory prace prowadzone były na ponad 200 ulicach, m.in.: Armii Krajowej, Rolnej, Uniwersyteckiej, Markiełki, Wiosny Ludów, Robotniczej, Miłowickiej czy Niezapominajek. Ponadto codziennie jedna brygada patroluje główne trasy w Katowicach jak DK86, DTŚ, Chorzowska, Bągienna, Kościuszki, al. Różdzieńskiego, Bocheńskiego, Bracka czy Mikołowska, by na bieżąco kontrolować stan dróg.

**Kamil Zatoński**



## Górnośląskie Centrum Zdrowia Dziecka w Katowicach pomaga najmłodszym pacjentom od 25 lat!

SAMODZIELNY PUBLICZNY SZPITAL KLINICZNY NR 6 ŚLĄSKIEGO UNIwersYTETU MEDYCZNEGO W KATOWICACH GÓRNOŚLĄSKIE CENTRUM ZDROWIA DZIECKA IM. JANA PAWŁA II, TO SZPITAL W CAŁOŚCI DEDYKOWANY DZIECIOM I ICH PROBLEMOM ZDROWOTNYM. SZPITAL DZIAŁA OD 1994 ROKU, KIEDY TO OTWARTO PIERWSZĄ W POŁUDNIOWEJ POLSCE PRACOWNIĘ REZONANSU MAGNETYCZNEGO.

Po ponad 30 latach od powstania koncepcji budowy specjalistycznego szpitala dla dzieci z naszego regionu, 29 maja 1999 roku odbyło się uroczyste,



fol. mat. GCZD

skie Centrum Zdrowia Dziecka w Katowicach jest naprawdę szeroki. W szpitalu działa kilkanaście oddziałów, m.in. Szpitalny Oddział Ra-

oficjalne otwarcie Górnośląskiego Centrum Zdrowia Dziecka i Matki. Na tamten moment funkcjonowała jedynie część niska szpitala. Przekazanie części „wysokiej” odbyło się w 2000 roku. Oddano wówczas do użytkowania 10-kondygnacyjny budynek główny, w którym mieszczą się dzisiaj kliniki i oddziały.

W maju tego roku przypada więc 25-lecie działalności GCZD w Katowicach. W tym czasie bardzo wiele się zmieniło – w szpitalu ciągle pojawia się najnowocześniejszy sprzęt medyczny, a lekarze wprowadzają najbardziej innowacyjne metody leczenia różnych chorób. Zakres pomocy udzielanej przez Górnoślą-

bilitacji Neurologicznej, Oddział Kardiochirurgii Dziecięcej, Oddział Kardiologii Dziecięcej, Oddział Diabetologii Dziecięcej i Pediatrii, Oddział Gastroenterologii i Pediatrii, Oddział Pediatrii i Neurologii Wieku Rozwojowego, Oddział Neonatologii i Intensywnej Terapii Noworodka. W GCZD funkcjonuje także m.in. wiele poradni specjalistycznych, pracownie diagnostyczne oraz apteka szpitalna. O jakości usług medycznych, które gwarantuje pacjentom od ćwierć wieku Górnośląskie Centrum Zdrowia Dziecka, świadczą przyznawane szpitalowi nagrody, certyfikaty i wyróżnienia.

Mateusz Terech

## Metropolitalne Śniadanie Wielkanocne

dla Samotnych 2024 w Katowicach

Przygotowania już rozpoczęte

Święta to piękny czas, choć dla wielu osób bywa trudny. Fundacja Wolne Miejsce chce to zmienić, wypełniając czyjąś samotność dobrym słowem oraz obecnością wolontariuszy i życzeniami. Przedstawiciele fundacji chcą zaprosić każdą potrzebującą osobę, która z powodu sytuacji życiowej, materialnej czy rodzinnej, nie może pozwolić sobie na organizację Wielkanocy w gronie najbliższych i do spędzenia jej razem z nimi.

Metropolitalne Śniadanie Wielkanocne dla Samotnych 2024 rozpocz-



fol. G. Bargieła/WKATOWICACH.eu

nie się o godzinie 9:00 w niedzielę, 31 marca, w Międzynarodowym Centrum Kongresowym w Katowicach.

Organizatorzy zapraszają chętnych do wolontariatu. Pomóc można również poprzez zakup konkretnych produktów.

Olga Krzyżyk

## Płać podatki w Katowicach

Warto przekazać swoje 1,5%

OPLACAJĄC PODATKI, NIE TYLKO WYPEŁNIAMY OBOWIĄZKI OBYWATELSKIE, ALE RÓWNIEŻ AKTYWNI PRZYCZYNIAMY SIĘ DO TWORZENIA LEPSZEGO OTOCZENIA DLA SIEBIE I SWOJEJ RODZINY! DZIĘKI PIENIĄDZOM Z PODATKÓW MOŻEMY KORZYSTAĆ Z MIEJSKIEJ INFRASTRUKTURY TAKIEJ JAK DROGI, PARKI CZY SZKOŁY, A MIASTO MOŻE FINANSOWAĆ PROJEKTY MAJĄCE NA CELU JEGO ROZWÓJ. DZIĘKI WIĘKSZEJ LICZBIE OSÓB ODPROWADZAJĄCYCH PODATKI W KATOWICACH, ZWIĘKSZAJĄ SIĘ DOCHODY BUDŻETU MIASTA, CO PRZEKŁADA SIĘ NA WIĘKSZE INWESTYCJE NA RZECZ JEGO MIESZKAŃCÓW.



fol. G. Bargieła/WKATOWICACH.eu

Prognozowane na rok 2024 wpływy z PIT szacuje się na 763 mln zł, co stanowi około jednej czwartej całkowitego budżetu Katowic. Dlatego też miasto zachęca wszystkich mieszkańców do rozliczania podatków właśnie tutaj, podkreślając, że warto przekazać 1,5% podatku na wsparcie lokalnych organizacji pozarządowych. – *By miasto mogło się rozwijać, by mogły powstawać kolejne baseny, boiska i place zabaw, potrzebne są środki finansowe. Najważniejszym z elementów budżetu miasta jest udział w podatku dochodowym PIT, dlatego im większa liczba osób mieszkających w Katowicach wskaże do rozliczeń katowicki urząd skarbowy, z tym większą korzyścią będzie to dla miasta i jego mieszkańców. Rozliczając podatek w Katowicach, mamy możliwość wyrobienia Katowickiej Karty Mieszkańca, która daje nam zniżki na baseny, koncerty, obiekty sportowe. Uzupełniając swoje zeznanie podatkowe, warto także wskazać organizację, która może otrzymać 1,5% naszego podatku. Pamiętajmy w tym momencie o katowickich NGO-sach! Zachęcam, rozlicz podatek blisko! To nic nie kosztuje, a zyskasz!* – mówi prezydent Katowic Marcin Krupa.

**CZY MUSISZ BYĆ ZAMELDOWANY W KATOWICACH, BY ZŁOŻYĆ TUTAJ PIT?**

By złożyć PIT w Katowicach nie trzeba być tu zameldowanym. Miejsce zamieszkania dla celów podatkowych to zgodnie z ustawą o PIT ośrodek interesów życiowych – osobistych i gospodarczych.

UM Katowice zachęca, by podczas składania zeznania podatkowego zwracać uwagę na adres, który w nim mamy. Większość z nas korzysta z platformy rządowej ([podatki.gov.pl/pit](http://podatki.gov.pl/pit)), w której możemy edytować nasz adres zamieszkania i oświadczyć, że na dzień 31 grudnia 2023 r. byliśmy mieszkańcami Katowic.

Zmiana urzędu skarbowego jest prosta – podczas składania rocznego zeznania PIT, wystarczy w formularzu podatkowym podać swój adres zamieszkania w Katowicach, oraz wskazać urząd skarbowy przypisany do miejsca zamieszkania.

**PRZEKAŻ SWÓJ 1,5% PODATKU**

Rozliczając podatek, mamy możliwość wskazania organizacji pożytku publicznego, której działalność statutowa zostanie wsparta 1,5% naszego podatku. NGO pomagają osobom chorym, z niepełnosprawnościami, bezdomnym, wspierają seniorów, współpracują ze społecznością lokalną, chronią środowisko, chronią zwierzęta lub je szkolą, wspomagają rozwój sportu, promują różne formy aktywności, działają w obszarze edukacji, kultury i podtrzymywania tradycji narodowej oraz rozwoju świadomości obywatelskiej, organizują wolontariat.

Nasze wsparcie z pewnością wspomogę dalszy rozwój i różne formy aktywności kierowane do katowiczian. Zostaw swoje 1,5% podatku katowickim organizacjom pozarządowym!



# Ze zdrowiem psychicznym chcą wyjść do ludzi

„Zrozumienie” w Katowicach, czyli pracownia Patrycji Bujarskiej i Moniki Wójcik

fot. G. Bargieła/  
WKATOWICACH.eu

MONIKA WÓJCIK I PATRYCJA BUJARSKA SĄ PSYCHOLOŻKAMI I UCZESTNICZKAMI SZKOŁY PSYCHOTERAPII POZNAWCZO-BEHAWIORALNEJ UNIWERSYTETU SWPS W KATOWICACH ORAZ SZKOŁY PSYCHOTERAPII POZNAWCZO-BEHAWIORALNEJ TER-COGNITA W KRAKOWIE. MIESIĄC TEMU PODJĘŁY DECYZJĘ O TYM, ŻE CHCĄ POSTAWIĆ NA SWOJĄ DZIAŁALNOŚĆ I NA WŁASNYCH ZASADACH MÓWIĆ O ZDROWIU PSYCHICZNYM. NAJWAŻNIEJSZĄ WARTOŚCIĄ, JAKĄ WYZNAJĄ, JEST ZROZUMIENIE. TAK TEŻ NAZYWA SIĘ MIEJSCE, KTÓRE ZNAJDZIEMY PRZY UL. STAROMIEJSKIEJ 7 ORAZ UNICZOWSKIEJ 25 W KATOWICACH.

## Skąd decyzja, żeby otworzyć własny gabinet?

Monika Wójcik: Od początku naszej znajomości wiedziałyśmy, że myślimy podobnie i byłyśmy dla siebie dużym wsparciem. Niecały miesiąc temu o 4:00 nad ranem zaproponowałam Patrycji otwarcie wspólnego gabinetu i dziś jesteśmy właśnie tutaj. Chcemy stworzyć takie miejsce, gdzie psychoterapia jest na wysokim poziomie, współpracując z psychoterapeutami różnych nurtów, ale dodatkowo chcemy zajmować się szkoleniami. Chcemy działać na rzecz poprawy jakości życia i promocji zdrowia psychicznego.

**Jeśli zdecydowaliście się na otwarcie własnego biznesu, to może jest coś, co w poprzednim miejscu nie działało. Albo chcieliście to zrobić inaczej, na swoich zasadach.**

Patrycja Bujarska: Odpowiedź tkwi w nazwie naszego miejsca. Zrozumienie to dla nas najważniejsza wartość. Pacjent powinien czuć się wysłuchany, nieoceniany i bezpieczny na tyle, żeby mógł się przed terapeutą otworzyć. Drugi komponent polega na tym, żeby pacjent z każdej sesji wychodził z wiedzą o sobie, z której może korzystać poza gabinetem, która pomaga w dłuższej perspektywie zostać swoim własnym terapeutą. My dajemy narzędzia i materiały, żeby pacjent lepiej rozumiał siebie.

MW: Zrozumienie to nasza przestrzeń, którą tworzymy od samego początku, mając małą grupę terapeutów, dbając o wszystko od najmniejszych szczegółów. Zależy nam na naszych pacjentach i na zespole.

PB: To widać też na naszych mediach społecznościowych. Komunikaty, które tworzymy rzeczywiście kie-

rujemy do samego pacjenta. Nie ma tam treści pod tytułem – przyjdź do nas, bo u nas jest najlepsza terapia, w najlepszej cenie.

**Trudno też mówić o terapii jak o biznesie.**

PB: Dla nas ważniejsze były wartości tego miejsca. Dopiero potem zaczęłyśmy się zastanawiać nad aspektem biznesowym.

**Jak jest ze zrozumieniem właśnie, jeśli chodzi o dbanie o głowę? Idziemy do psychiatry i psychoterapeuty jak do hardiologa, fizjoterapeuty, czy raczej dalej jest blokada?**

PB: Chciałabym, żeby „Zrozumienie” było aktywne w Katowicach. Planujemy wydarzenia psychoedukacyjne, warsztaty, gdzie mówienie o zdrowiu psychicznym jest normą. Mam poczucie, że stało się modne przyznawanie się do tego, że dbam o swoje zdrowie psychiczne. Bardzo mi się ten trend podoba. Są osoby, które twierdzą, że teraz jest moda na szukanie problemów w sobie. Ja uważam, że to nie jest moda, a uważność. Warto poświęcić te 50 minut tylko dla siebie. Pomyśleć o swoim funkcjonowaniu, zastanowić się nad swoimi myślami.

MW: Dla mnie uderzające jest, jak słyszę od pacjentów, że nie wiedzą, czy ich problem jest wystarczający, żeby zgłosić się na terapię. Tak jakbyśmy sami sobie zaczęli umniejszać. Jeśli czuję, że mam jakąś trudność, to jest to wystarczające do poszukiwania pomocy. Bardzo bym chciała, żeby ludzie wiedzieli, że jeśli czują się przytłoczeni, smutni i czują, że potrzebują wsparcia, żeby o to wsparcie potrafili prosić. Żeby

zaczęli traktować swoje zdrowie psychiczne jak zdrowie fizyczne. Jeśli coś nas boli, to idziemy do lekarza. Podobnie powinno być z naszą psychiką.

**Co ludziom najbardziej doskwiera? Z jakimi zaburzeniami przychodzą do gabinetu?**

PB: Myślę, że często pojawiają się problemy związane z zaburzenia nastroju i zaburzeniami lękowymi.

MW: Bardzo często są to zaburzenia lękowe, ale i perfekcjonizm. Do każdej osoby podchodzimy indywidualnie i staramy się ustalić takie cele terapeutyczne, które pozwolą poprawić jakość życia.

**>> PB: Mam poczucie,**

**ŻE WIĘKSZOŚĆ MŁODYCH LUDZI, KTÓRZY TRAFIĄ DO GABINETU, ZMAGA SIĘ Z NISKĄ SAMOOCENĄ. A PRZYNAJMNIEJ NIE TAKĄ, JAKĄ BY CHCIELI MIEĆ. JAKBYM MIAŁA PODAĆ OBSZAR, NAD KTÓRYM MOŻNA PRACOWAĆ Z KAŻDYM PACJENTEM, TO JEST WŁAŚNIE KWESTIA WŁASNEJ SAMOOCENY.**

**Możemy już mówić o terapeutach „nowej generacji”? Takich, którzy może nie muszą, ale powinni być w mediach społecznościowych?**

PB: Jeszcze zanim zaczęłam pracować jako psycholog, mój profil obserwowała spora liczba osób. Większość moich pacjentów znała mnie z treści, które na nim publikowałam. Miałam jedną rozmowę z pacjentem, który powiedział o tym, że znajomość moich mediów społecznościowych, na których pojawiają się treści związane ze zdrowiem psychicznym, ułatwiła mu otwarcie się i mówienie o swoich problemach. Zdziwiłam się, bo na pierwszym spotkaniu była to osoba raczej otwarta i sprawiała wrażenie pewnej siebie.

MW: Myślę, że to zależy od samego terapeuty i tego, czy ma gotowość do tworzenia swojej marki w me-



diach społecznościowych. Wiele rzeczy może to ułatwiać, ale są terapeuci, którzy nie mają swoich profili, a wykonują swoją pracę bardzo dobrze.

#### **To jak w życiu znaleźć balans?**

MW: Myślę, że pomocne może być zrozumienie i poznanie swoich wartości. Bardzo często rozmowa o nich ułatwia stworzenie celów terapeutycznych. Nie musimy ich porównywać do potrzeb i wartości innych osób, a w szczególności zastanawiać się, czy są spójne z wartościami terapeuty.

#### **A Wy, jak dbacie o „głowę”?**

MW: Dbam o ilość procesów terapeutycznych. Nasza praca nie ogranicza się tylko do rozmów w gabinecie. Nie spędzamy tutaj ośmiu godzin dziennie, pięć dni w tygodniu. Nasza praca to również przygotowywanie materiałów dla pacjentów, ciągła nauka, szkolenia i superwizja – grupowa lub indywidualna. Musimy dbać przy tym o swoje potrzeby i pozostałe obszary życia. Dbam o odpoczynek i nie traktuję go jako coś niewłaściwego.

#### **Znane przekonanie – na odpoczynek trzeba sobie zasłużyć.**

PB: Tak, to bardzo częste przekonanie pacjentów.

#### **Czego ludzie na terapii obawiają się najbardziej? Jakie są mity, z którymi do gabinetu przychodzą pacjenci?**

PB: Ludzie obawiają się bycia ocenianym. Pojawiają się też często pytania o to, jak długo będziemy musieli się spotykać, żeby osiągnąć cele. To jest szczególnie widoczne u osób zmagających się z perfekcjonizmem, które bardzo szybko chcą rozwiązać problem. Są też obawy dotyczące uzależnienia od terapeuty, jednak naszym zadaniem jest pokazać pacjentowi jak może zostać swoim własnym terapeutą, korzystając później z wiedzy, narzędzi i umiejętności, które poznał w czasie spotkań.

MW: Spotykam się też z obawą, co powiedzą inne osoby, kiedy dowiedzą się, że zmagam się z problemem, z którym nie potrafię poradzić sobie sam. Dla wielu pacjentów trudnym momentem jest płacz lub wybuch złości w gabinecie. W terapii i wsparciu psychologicznym są to bardzo ważne momenty, które pomagają poznać i zrozumieć nasze przekonania. Często są związane z tym, co słyszeliśmy od otoczenia, na przykład z ocenami takimi jak: co się mażesz, złość piękności szkodzi i te wszystkie uogólnienia. Praca na przekonaniach jest stałym elementem terapii poznawczo-behawioralnej.

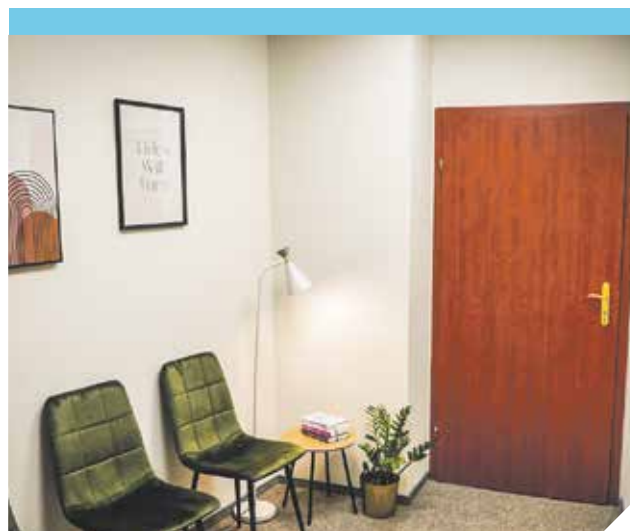
#### **Wspomniałście o wydarzeniach, które chcecie zorganizować w przestrzeni Katowic. Co to będzie?**

PB: Tworzenie przestrzeni do tego, żeby mówić o emocjach i nauczyć ludzi, że każda emocja jest właściwa. Bardzo często dorosłe osoby są wręcz zaskoczone, że mogą mieć prawo do gniewu czy smutku. Każda emocja o czymś nam mówi i ma swoją funkcję. Marzy mi się połączenie sztuki z mówieniem o emocjach. Żebyśmy mogli pokazać swoje emocje przy użyciu obrazów, rzeźb. Bardzo bliskie są mi też rozmowy

z kobietami w kontekście depresji poporodowej, czy w ogóle przygotowania do rodzicielstwa, starania się o dziecko. Taką przestrzeń chcielibyśmy stworzyć – pełną otwartości na mówienie o tym, co czujemy, myślimy, bez lęku przed oceną, a chęcią zrozumienia i poznania innych osób. To ogromna wartość pracy w grupie.

#### **Zastanawia mnie jedno. Są osoby, które trafiają do gabinetu, bo czują, że coś chcą zmienić, czy raczej jest tak, że dzieje się to wtedy, kiedy przysłowiowe „błoto” nas zaleje i jesteśmy już w głębokim kryzysie?**

PB: Mam poczucie, że to w dużej mierze zależy od osobowości i doświadczeń danej osoby. Jeśli ktoś ma rys depresji perfekcyjnie ukrytej, gdzie ten perfekcyj-



nizm jest nadmiernie rozkręcony, to prawdopodobnie przyjdzie do nas w ostatecznej ostateczności. Z drugiej strony na myśl przychodzą mi osoby uważne, wrażliwe na swoje emocje i takie reagują od razu i poszukują odpowiedniego wsparcia, również w gabinecie psychologa lub psychoterapeuty.

MW: Ważnym elementem naszej pracy jest konceptualizacja. Bardzo często okazuje się, że osoba, która zgłasza się np. z atakami paniki, odkryje w procesie terapeutycznym inne cele. Zastanawiamy się wspólnie, co wydarzyło się w życiu tej osoby i w jaki sposób to na nią oddziałuje. Staramy się zrozumieć jak najlepiej problem, z którym zgłasza się pacjent. Pytamy m.in. o ważne wydarzenia życiowe, choroby towarzyszące, sposoby radzenia sobie, zasoby

pacjenta, problemy, które obecnie dostrzega i z czasem widzimy cel, do którego chce dążyć i przeszkody, które mogą to utrudniać. Wtedy, żeby cokolwiek zmienić, trzeba zrozumieć, dlaczego reagujemy albo czujemy się w taki, a nie inny sposób. Myślę, że często ktoś zgłasza się do nas z problemem na tu i teraz, ale w procesie okazuje się, że musimy popracować nad czymś jeszcze – regulacją emocji, przekonaniami, lękiem, trudnymi doświadczeniami z przeszłości.

#### **Nadal więcej w gabinetach jest kobiet?**

MW: Rzeczywiście większość moich pacjentów to kobiety, ale mężczyźni też korzystają z konsultacji, z czego bardzo się cieszę. Sama jestem z pokolenia, gdzie przyjęło się, że mężczyźni nie za bardzo mogą pozwolić sobie na reagowanie smutkiem lub płaczem, a to nieprawda.

#### **Często spotykacie się z takim myśleniem, że terapeuta to taki cyborg bez problemów?**

PB: Mnie ta dzisiejsza rozmowa stresuje, więc to pokazuje, że mam emocje. My też mamy gorsze dni i sama często pozwalam sobie na otwarcie kawałka siebie w rozmowie z pacjentami. Myślę, że pacjenci czują, że jesteśmy autentyczne. Jeśli byłabym pacjentką i nie ufałabym swojemu terapeutce i postrzegala go jako osobę idealną, bez problemów i bez emocji, to czułabym jeszcze większą złość i poczucie niesprawiedliwości. I tu znowu wracamy do tego zrozumienia. My nie jesteśmy porcelanowymi lalkami i zdecydowanie mamy emocje, które pojawiają się na każdym spotkaniu z pacjentem.

MW: Jesteśmy ludźmi, więc odczuwamy emocje. One naprawdę są nam potrzebne do zrozumienia tego, co się wokół nas dzieje i odpowiedniego reagowania. Często słyszę od pacjentów, że chcieliby nie czuć złości albo lęku. Zastanówmy się jednak, o czym ten lęk albo złość może nam mówić – na pewno o czymś dla nas ważnym.

#### **Macie kogoś, kto jest Waszym zawodowym mentorem?**

MW: Będąc na MISH-u (Międzywydziałowe Indywidualne Studia Humanistyczne – przyp. red.) zajmowałam się twórczością Edwarda Stachury. Interesowała mnie historia jego życia i dalej w jakiś sposób jest mi bliski. To postać, dzięki której rozumiałam, że warto jest starać się zrozumieć, z czego coś może wynikać. Kiedy starałam się zrozumieć, z czym się zmagał, to bardziej rozumiem też jego twórczość.

PB: Judith Beck. Bardzo ważna postać w nurcie poznawczo-behawioralnym.

#### **Czego Wam mogę życzyć?**

MW: Żebyśmy dalej były pełne pasji i chęci rozumienia i poznawania ludzi. Tego najbardziej. Tego, co teraz mamy w sobie.

PB: Żeby osoby, które potrzebują pomocy, dały nam szansę. Żebyśmy mogły im pomóc.

fot. mat. prasowe



## Mecz Harlem Globetrotters

**24.04.2024**

Spodek, Katowice

Harlem Globetrotters nikomu specjalnie przedstawiać nie trzeba. Legendarny zespół koszykarskich talentów, który od lat oczarowuje widzów na całym świecie, wiosną przyjedzie do Polski i da występy w aż dziesięciu miastach. Po raz pierwszy w historii z Polakiem w składzie – Pawłem Kidoniem. To nie jest zwyczajna koszykówka. To wyjątkowe show dla całych rodzin, podczas którego zawodnicy prezentują najbardziej zadziwiające tricki z piłką, szalone popisy sportowe i swoje fenomenalne umiejętności gimnastyczno-koszykarskie. W ich wykonaniu wszystko wygląda na łatwe, choć takie w rzeczywistości nie jest. Koszykówka jest centralnym punktem każdego występu, jednak celem Harlem Globetrotters jest zapewnienie wszystkim widzom wyjątkowej rozrywki. Zawodnicy włączają w akcję publiczność, więc niezależnie od tego, czy ktoś interesuje się koszykówką, czy nie i tak da się wciągnąć do zabawy.

## Tydzień Liczb w Mieście Nauki

Katowice

**11-17.03.2024**

Celem Tygodnia Liczb jest pokazanie, że towarzyszą nam one przez cały czas, nie tylko podczas lekcji matematyki w szkole. Uczestnicy będą się mogli dowiedzieć, jakimi zagadnieniami i badaniami zajmują się śląscy naukowcy. Do najmłodszych skierowane będą m.in. proste konkursy matematyczne, informatyczna minigra terenowa czy budowanie robotów z klocków Lego, które mają pokazać, że nauki ścisłe mogą być ciekawe. Licealiści będą mogli zapoznać się

z bardziej zaawansowanymi zagadnieniami dotyczącymi eksploatacji baz danych czy wykorzystania druku 3D w lotnictwie i astronautyce. Oprócz tego będą m.in. zajęcia z komputerowej obróbki obrazu i wykłady poświęcone zagadnieniom finansowym.

fot. mat. Organizatora



fot. Jarmarki Śląskie



## Jarmark Wielkanocny w Katowicach 2024

**14.03.-1.04.2024**

Rynek, Katowice

W centrum miasta pojawią się wystawcy z wyjątkowymi produktami niezbędnymi do udekorowania wielkanocnego koszyczka. To jednak nie wszystko! Na mieszkańców Katowic czekać będą też atrakcje: karuzela, Ślonski Młyn, kolejka elektryczna, statyczne i interaktywne dekoracje wielkanocne. Na Jarmarku możemy znaleźć produkty na stół wielkanocny, takie jak: wędliny, sery, baby wielkanocne i wypieki, ale też produkty docenione przez konsumentów w poprzednich latach np. oleje tłoczone na zimno, tureckie chałwy i baławy, miody pitne i nalewki. Na smakośzy w strefie gastronomicznej czekać będą m.in. podplomyki, pierogi, żurek, grill, grzane wino, likiery, owoce w czekoladzie, frytki belgijskie, oscypki z grilla, kawa, czekolada. Wizyta na katowickim Jarmarku Wielkanocnym to też okazja do kupienia wyjątkowych upominków dla najbliższych. W ubiegłym roku były to np. biżuteria artystyczna srebrna, z koralików, minerałów czy stali szlachetnej, witraże, obrazy, wyroby drewniane, świece z wosku pszczolego, artystyczne wyroby wielkanocne, kompozycje zapachowe, ceramika użytkowa - w tym także słynna ceramika z Bolesławca.

## Dawid Górny - Muzyka Organowa u Świętej Rodziny

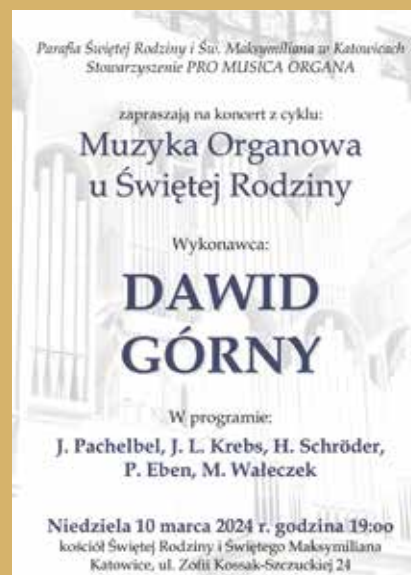
 kościół Świętej Rodziny,  
Katowice ul. Zofii Kossak-  
Szczuckiej 24

**10.03.2024**

Podczas koncertu z cyklu „Muzyka Organowa u Świętej Rodziny” wykonawcą będzie absolwent Akademii Muzycznej im. Karola Szymanowskiego w Katowicach w klasie organów asystenta dra Michała Duźniaka – Da-

wid Górny. W programie m.in. utwory takich twórców, jak: Johann Ludwig Krebs (1713-1780) – Preludium chorałowe: Ach Herr mich armen Sünder Krebs-WV 514, Johann Pachelbel (1653-1706) – Partita Ach was soll ich Sünder machen, Petr Eben (1929-2007) – Hiob: IV Longing for death, Hermann Schröder (1904-1984) – Die Marianische Antiphonen: Variationen Ave regina coelorum Michał Wałęczek (\*1999) – Toccata Laetare Jerusalem, Johann Ludwig Krebs – Preludium chorałowe: Ach Herr mich armen Sünder Krebs-WV 515.

fot. mat. Organizatora





## Międzynarodowe święto łyżwiarstwa figurowego na lodowisku Jantor

OD 20 DO 24 LUTEGO W KATOWICACH ODBYŁY SIĘ MIĘDZYNARODOWE ZAWODY W ŁYŻWIARSTWIE FIGUROWYM – 2ND EDGE CUP 2024 & OPEN POLISH NATIONAL SOLO DANCE CHAMPION-



fol. M. Ostrowska-Lindner/WKATOWICACH.eu

SHIPS 2024. DO UDZIAŁU W ZAWODACH ZOSTALI ZAPROSZENI ŁYŻWIARZE Z RÓŻNYCH ZAKĄTKÓW EUROPY.

### PONAD 400 ŁYŻWIARZY FIGUROWYCH ZMIERZYŁO SIĘ W JANTORZE

W ciągu 5 dni trwania zawodów widzowie mogli zobaczyć ponad 400 zawodników w konkurencjach sportowych – zarówno solistów, jak i par tanecznych. Zawodnicy biorący udział w zawodach pochodzą z wielu krajów – m.in. z Czech, Słowacji, Niemiec, Finlandii, Francji, Serbii, Węgier i Wielkiej Brytanii. Na listach startowych byli również mieszkańcy i członkowie klubów z Katowic.

Podczas tegorocznych zawodów, oprócz tradycyjnej rywalizacji w ramach EDGE CUP, odbyły się także

pierwsze w historii Otwarte Mistrzostwa Polski w Tańcu Solo. Ta konkurencja polega na samodzielnym tańcu na lodzie. Zawodnicy prezentują przygotowany wcześniej układ, który następnie jest oceniany m.in. za wykonanie zgodne z muzyką, elementy obowiązkowe czy umiejętności łyżwiarskie. Wśród startujących aż 11 było z Klubu „EDGE” Skating Academy, który trenuje zawodników w ramach Sekcji Tańców na Lodzie. Organizatorzy przygotowali medale dla wszystkich łyżwiarek i łyżwiarzy w poszczególnych kategoriach wiekowych, a dla trzech pierwszych miejsc przewidziano puchary i nagrody.

## Nowy rozgrywający Rebels już w Katowicach!

### To Jordan Ambrose z Teksasu

SILESIA REBELS KATOWICE, AKTUALNI WICEMISTRZOWIE POLSKI W FUTBOLU AMERYKAŃSKIM, PRZYGOTOWUJĄ SIĘ DO ZBLIŻAJĄCEGO SIĘ SEZONU. JEST O CO WALCZYĆ, PONIEWAŻ NA OTWARCIU POLSKIEJ FUTBOL LIGI 1 ZOBACZYMY WIELKI REWANŻ ZA UBIEGŁOROCZNY POLISH BOWL. JUŻ 7 KWIETNIA REBELIANCI BĘDĄ PODEJMOWAĆ DRUŻYNĘ LOWLANDERS BIAŁYSTOK.



fol. D. Murska/Sport Foto

– Spodobało mi się w Polsce już od pierwszego dnia. Jedzenie, krajo-  
braz, po prostu wszystko było miłe i sprawiało dobre wrażenie. Zespół wydaje się być jak rodzina, a ja spodziewam się wygrania meczów i prawdziwego życia się z drużyną w trakcie tego sezonu. Moim celem na ten sezon jest wygranie mistrzostwa PFL1 – mówi nowy rozgrywający Silesia Rebels Katowice Jordan Ambrose.

– Już po pierwszych jednostkach treningowych było widać, że Jordan ma ogromny potencjał i bardzo dobrze przygotował się do przyjazdu do Katowic. Myślę, że z czasem płynność w zespole będzie wzrastać, a nowy rozgrywający zaskoczy nie jednego kibica naszej drużyny – dodaje prezes zarządu Silesia Rebels Katowice Jarosław Kopciuch.

Drużyna katowickich futbolistów jest już po pierwszym zgrupowaniu z nowym rozgrywającym Jordanem Ambrose. 22-latek z Teksasu to obiecujący i perspektywiczny zawodnik, który na pewno będzie starał się doprowadzić zespół do kolejnego finału Polish Bowl.

Kamil Zatoński

## Młoda GieKSa zyska nowe boisko treningowe

ZAWODNICY WIELOSEKCYJNEJ AKADEMII „MŁODA GIEKSA” ZYSKAJĄ NOWE MOŻLIWOŚCI ROZWOJU. PRZY UL. BUKOWEJ WYBUDOWANE ZOSTANIE NOWE BOISKO TRENINGOWE, KTÓRE W SEZONIE JESIENNO-ZIMOWYM BĘDZIE ZADASZANE Z WYKORZYSTANIEM HALI PNEUMATYCZNEJ, TZW. BALONEM. ZADANIE ZOSTANIE DOFINANSOWANE ZE ŚRODKÓW FUNDUSZU ROZWOJU KULTURY FIZYCZNEJ W RAMACH PROGRAMU ROZWOJU INFRASTRUKTURY PIŁKARSKIEJ – EDYCJA 2022.



fol. KAW

– O tym, że Katowice stawiają na sport, nie trzeba nikogo przekonywać. Oddane do użytku przede wszystkim mieszkańcom naszego miasta trzy baseny, kompleks sportowy przy ul. Asnyka czy liczne remonty przyszłych boisk, to przykłady infrastruktury sportowej, która w ostatnich latach mocno się w Katowicach rozwinęła. Oczywiście największą inwestycją w tym zakresie jest budowany miejski kompleks sportowy z halą widowiskowo-sportową i stadionem – mówi prezydent Katowic Marcin Krupa. Nowy obiekt powstanie obok istniejących już boisk treningowych na terenie wykorzystywanym między innymi podczas rozgrzewek. Inwestycja zostanie przeprowadzona w trybie zaprojektuj i wybuduj, a efektem prac będzie boisko piłkarskie o polu gry 26x52m z nawierzchnią ze sztucznej trawy, zabezpieczone piłkochwytnymi, z systemem drenażu i oświetleniem zewnętrznym.

W okresie jesienno-zimowym montowana będzie hala pneumatyczna o szerokości 29 metrów i długości 61 metrów, której wysokość sięgnie około 8-9 metrów. Tzw. balon również zostanie wyposażony w oświetlenie. Dodatkowo wykonana zostanie modernizacja terenów zielonych, które służyć będą przeprowadzaniu rozgrzewek i treningów piłkarskich.



# Pani Foremka w Katowicach już otwarta



– Chciałabym wypuścić moje desery w świat. Myślę, że Katowice dadzą mi taką możliwość – mówi Pani Foremka, czyli Sylwia Grodzka-Haba. Jej monodesery to hit. Gdy na nie spojrzymy, możemy zapytać: czy to ciasto? Teraz mieszkańcy Katowic i przebywający w stolicy Górnego Śląska będą mieli lepszą okazję, by się z nimi zapoznać. 10 lu-



fot. M. Ostrowska-Lindner/WKATOWICACH.eu

tego Pani Foremka otworzyła swój lokal w Katowicach.

Chętnych do spróbowania słodkości nie brakowało. Jedni kupowali desery na wynos, inni zdecydowali się przysiąść przy stolikach i spróbować wypieków wraz z kawą lub herbatą. Jabłuszko, piłka tenisowa, bałwanek, filiżanka czy orzeszek – to tylko kilka kształtów monodeserów, które tworzy Pani Foremka. Pani Foremka to manufaktura. Sylwia tworzy swoje ciastka własnoręcznie. Pomaga jej głównie pracowniczka Paula.

– Każdy z deserów składa się z minimum czterech warstw. Czasem jest ich nawet siedem. Nie tworzymy

ciastek masowo. Pomagają mi także dziewczyny, które obsługują gości w kawiarni. Ważna jest jakość, a nie ilość. Dbam o każdy detal deseru, bo jest to dla mnie bardzo ważne – podkreśla Pani Foremka.

W niedalekiej przyszłości pojawi się również ciastko związane z naszym miastem.

– Pojawi się coś nowego i będzie to taka bomba, ale jeszcze nie mogę zdradzać, co to będzie. Mogę ujawnić, że będzie to coś w 100% katowickiego. Zostaliśmy zaproszeni do jego stworzenia. Traktuję to osobiście jako ogromne wyróżnienie i szczerze mówiąc, nie spodziewałam się też tak ciepłego przyjęcia tutaj – mówi nam z uśmiechem Sylwia Grodzka-Haba.

**Kacper Jurkiewicz**



## Poszетка mała wielka firma z Katowic



KLASYKA, ELEGANCJA, STYL – TAK MOŻNA OPISAĆ MAŁĄ WIELKĄ FIRMĘ, KTÓREJ SERCE OD POCZĄTKU BIJE W KATOWICACH, A DOKŁADNIE NA KOSZUTCE.

Joanna Krajewska-Godziek i Tomasz Godziek mają salon przy ulicy Morcinka 23. Poszетка to rodzinna firma, która w swojej ofercie ma ubrania – klasyczną modę męską. Znajdziemy tutaj m.in. marynarki, koszule, krawaty, muchy, kapelusze, eleganckie buty, całe garnitury i właśnie poszетки, ale także kurtki, kamizelki, spodnie. To kolekcje, których myślą przewodnią jest hasło *everyday classic*, czyli klasyczna elegancja, którą można nosić na co dzień.

Salon marki Poszетка mieści się przy ul. Morcinka już od przeszło 10 lat. Sklep na Koszutce powstał w miejscu z historią. W lokalu wcześniej przez lata mieścił się zakład krawiectwa ciężkiego, gdzie szyte były mundury górnicze.

– Urządzając tę przestrzeń, zdecydowaliśmy się pozostawić ten nieco industrialny, wpisujący się w nasze wyobrażenie współczesnego Śląska, klimat. Zachowaliśmy też wiele elementów z dawnego wystroju takie jak haki, lampy i bednarkę, do której się przypinały dawniej krawcowe – mówi Tomasz Godziek, właściciel marki Poszетка.

Poszетка to też sklep internetowy – Poszетка.com. Marka znana jest w całej Polsce, ale też na świecie. Właściciele podejmują również różne współprace, których efektem są wyjątkowe kolekcje m.in. kolekcja stworzona we współpracy z Michałem Kędziórą, autorem bloga Mr.Vintage. Inspiracją było jesienne wybrzeże Morza Bałtyckiego.

Niektóre krawcowe są w Poszettekce od samego początku. To one obszywają poszетки i krawaty już od prawie 15 lat. Ta ręczna praca wyróżnia markę. Właści-

ci Poszettekki współpracują też z wieloma instytucjami, klubami sportowymi, blogerami, którzy ubierają się właśnie w Poszettekce. Firma stawia na lokalną pomoc – wspiera m.in. GKS Katowice, wcześniej Spartę, a także Dom Aniołów Stróżów. W salonie i w sklepie internetowym można kupić charytatywną poszettekę „Dzieci z Pochodniami” Tadeusza Markowskiego, z której dochód ze sprzedaży przekazywany jest na działalność Stowarzyszenia Pomocy Dzieciom i Młodzieży „Dom Aniołów Stróżów”.

### POSZETKA CONCEPT

Tuż za ścianą salonu Poszетка powstała nowa przestrzeń, naturalne rozszerzenie marki – Poszетка Concept. W sklepie tym znajdziemy autorską selekcję produktów od innych, często lokalnych marek – to m.in. ubrania dla kobiet (takich marek jak np. Elementy i She Is Sunday), biżuteria, akcesoria, zabawki, ceramika i rękodzieło.

**Olga Krzyżyk**



fot. G. Bargieła/WKATOWICACH.eu



# Kato w budowie



fot. G. Bargieła/WKATOWICACH.EU

## NOWA ELEWACJA STADIONU MIEJSKIEGO

Jest czarna, elegancka i coraz większa. Mowa o elewacji, która pojawiła się na nowym stadionie miejskim oraz hali sportowej w Katowicach. Budowa obiektów cały czas trwa. Wykonawca jest na zaawansowanym etapie robót murowych, czyli wykonywania wewnętrznych ścian działowych. Obecnie powstają one na ostatnim piętrze.



fot. KAW

## PARK PRZY UL. WANTUŁY

Atrakcje dla dzieci, masa zieleni i hotele dla owadów – trwają ostatnie prace budowlane w parku przy ul. Wantuły. Wiosną tego roku mieszkańcy będą mieli do dyspozycji nowe miejsce do wypoczynku lub aktywnego spędzania czasu wśród zieleni. Park ma powierzchnię prawie 34 tys. m<sup>2</sup>, a koszt jego zagospodarowania to ponad 5,5 mln zł.



fot. G. Bargieła/WKATOWICACH.EU

## BOISKO NA KOSTUCHNIE

Prace nad nowym boiskiem do piłki nożnej przy ul. Boya-Żeleńskiego w katowickiej Kostuchnie trwają pełną parą i przebiegają zgodnie z harmonogramem. Inwestycja ma zostać ukończona w najbliższych miesiącach, co oznacza, że dzieci i młodzież już tego lata będą mogły spędzać aktywnie czas na nowoczesnym i bezpiecznym obiekcie.

## NOWY PARKING W KATOWICE AIRPORT

W KTW trwa realizacja programu inwestycyjnego na lata 2024–2028. Jedną z realizacji jest budowa parkingu w okolicach lotniska. Nowy asfaltobetonowy parking będzie w całości oświetlony, monitorowany i wyposażony w nowoczesny system parkingowy. Liczba miejsc, w których będzie można zaparkować samochody, powiększy się o kolejne 757. Nowy parking zostanie oddany do użytku w czerwcu 2024 r. Koszt inwestycji wynosi 15 mln zł brutto.



fot. P. Adamczyk/Katowice Airport

 WKATOWICACH.EU

[www.wkatowicach.eu](http://www.wkatowicach.eu)



[www.facebook.com/wkatowicach.eu](https://www.facebook.com/wkatowicach.eu)

 KATOWICE  
dla odmiany

[www.katowice.eu](http://www.katowice.eu)



[www.facebook.com/Katowice.eu](https://www.facebook.com/Katowice.eu)

**Wydawca:** Katowicka Agencja Wydawnicza • ul. Warszawska 4 • 40-006 Katowice • e-mail: [redakcja@wkatowicach.eu](mailto:redakcja@wkatowicach.eu)

**Redaktor Naczelny:** Kamil Zatoński

**Redakcja:** WKATOWICACH.EU

**Sekretarz redakcji:** Malwina Kaczor

**Korekta:** Klaudia Grabarczyk

**Wydawca:** Olga Krzyżyk

**Dziennikarze:** Kacper Jurkiewicz, Mateusz Terech, Marta Paluch, Jakub Dyl

**Dział wideo i foto:** Grzegorz Bargieła, Maja Ostrowska-Lindner

**Druk:** EMART DESIGN – skladgazet.pl

**Nakład:** 20 tys.

Gdzie nas  
znajdziesz





# X Parkowe Hercklekoty

## za nami

W tym roku odbyła się już X edycja biegu. W sobotę 10 lutego na linii startu w Dolinie Trzech Stawów ustały się dzieci, a w sobotę 11 lutego pobiegli dorośli oraz odbył się marsz nordic walking. Panowała fantastyczna atmosfera.

fot. J. Dyl/WKATOWICACH.eu



## XI Bieg Fundacji Śląskie Anioły

21 lutego biegacze w przebraniach aniołów lub ubraniach ozdobionych detalem symbolizującym anielskość pobiegli już po raz 11. Dochód z biegu przeznaczony został na rzecz podopiecznych Fundacji.

fot. G. Bargieła/WKATOWICACH.eu

