

Nr 3 (163)

Marzec 2026

ISSN 2299-291X
gazeta bezpłatna

GŁOS ŻYWIECKI
miesięcznik regionalny
www.glos24.pl



ŻYWIEC • ŚLEMIEŃ • GIŁOWICE • ŁĘKAWICA • ŁODYGOWICE • UJSOŁY • RAJCZA
MILÓWKA • WĘGIERSKA GÓRKA • RADZIECHOWY-WIEPRZ • ŚWINNA • JELEŚNIA • KOSZARAWA • LIPOWA

ŚWIĘTO SPORTU NA ŻYWIECCZYŹNIE

Jubileuszowy półmaraton przyciągnął tłumy

22 marca br. Żywiec zamienił się w arenę sportowych emocji. Jubileuszowy 25. PKO Półmaraton dookoła Jeziora Żywieckiego przyciągnął rekordową liczbę uczestników – na starcie stanęło aż 2 543 biegaczy, bijąc historyczny rekord z 2016 roku (2 244 zawodników). Trasa o długości 21 km i 97,5 m prowadziła wokół malowniczego Jeziora Żywieckiego, oferując zawodnikom nie tylko wymagające podbiegi i zmienne nawierzchnie, ale też przepiękne panoramy Beskidu Żywieckiego, malownicze zakola jeziora i fragmenty lasów, gdzie cieniste ścieżki wymagały od biegaczy koncentracji.

dokończenie na str. 2 »

PROMEDICA24

**PRACA
W OPIECE
NIEMCY**

**NOWE STAWKI!
WYŻSZE ZAROBKI!**

**ZADZWOŃ! KRAKÓW
TEL. 516 058 225**

**OKNA DRZWI
PODŁOGI
BRAMY ROLETY
listwy, parapety
karnisze**

ul. Nimasów 1A
FACH DOM
SEWERYN PORĘBSKI SYLWESTER MAJDA
503 530 199 515 045 906
tel.: 33/861 21 01

PROMOCJE Dla klientów którzy
przyjdą z tą gazetą:

dodatkowy RABAT na drzwi wewnętrzne

DARMOWY podkład pod panele
podłogowe

biuro@fachdom.com.pl
Żywiec, ul. Nimasów 1A (dawny Blachdom, obok skrótu na Leśniankę)

montaż gratis!

BESKID MEDIA

8 GIGA?

OGARNĘLIŚMY!

Teraz 8 Gb/s w cenie 1 Gb/s przez 12 miesięcy

beskidmedia.pl [beskidmedia](https://facebook.com/beskidmedia) [beskidmedia.pl](https://twitter.com/beskidmedia) (33) 333 88 88

**OCIEPLANIE
PIANĄ**

NAJWYŻSZA JAKOŚĆ GWARANTOWANA

- PODDASZY
- FUNDAMENTÓW
- ŚCIAN W DOMACH DREWNIANYCH

TEL. **530 530 162**
www.ocieplaniepiana.pl

*Wesołych
Świąt
Wielkanocnych!*

Tomek-oil

Węgierska Górka, ul. Zielona 333
tomek-oil@wp.pl
☎ 510 105 118

**NAJWIĘKSZA HURTOWNIA OLEJÓW
SAMOCHODOWYCH W REGIONIE**

SERWIS SAMOCHODOWY ZAPRASZAMY!

klocki | tarcze | filtry | części i chemia samochodowa
oleje silnikowe | przekładnikowe | hydrauliczne płyny chłodnicze



Niech te Święta Wielkanocne
przyniosą radość,
nadzieję i spokój.

Wesołego Alleluja!

- OLEJ 10 W40 **18ZŁ/L**
- OLEJ 5W30 1L **30ZŁ**
- PŁYN DO SPRYSKIWACZY LETNI 5L **9ZŁ**
- PŁYN DO CHŁODNIC G12 5L **35ZŁ**
- WIOSENNA WYMIANA OPON



Święto sportu na Żywiecczyźnie. Jubileuszowy półmaraton przyciągnął tłumy

» dokończenie ze str. 1

Zawodnicy podkreślali, że trasa była wymagająca, ale pełna atrakcji wizualnych: „Każdy kilometr miał swój urok. Podbiegi nad jeziorem, lekkie zbiegi między lasem i wąskie ścieżki – to było prawdziwe wyzwanie i przyjemność jednocześnie” – mówił jeden z uczestników.

Start, doping i emocje na trasie

Punktualnie o godzinie 11:45 z żywieckiego Rynku ruszył tłum biegaczy. Zanim jednak zawodnicy wystartowali, uczestniczyli we wspólnej rozgrzewce poprowadzonej przez Pawła Zyglińskiego – półfinalistę programu Ninja Warrior Polska. Muzyka góralskiej kapeli SOPA z przyjaciółmi rozbrzmiewała nad Rynkiem, a na telebimach kibice mogli śledzić przebieg rywalizacji na trasie.

Na trasie dopingowali mieszkańcy, wolontariusze i uczestnicy Strefy Kibica, które rywalizowały o tytuł Najlepszej Strefy Kibica Półmaratonu. Transparenty, bębny, okrzyki i głośne okrzyki „Dawaj!” towarzyszyły zawodnikom na każdym kilometrze. Szczególnie przy malowniczych punktach widokowych nad Jeziorem Żywieckim atmosfera była niemal festiwalowa – biegacze często

reagowali uśmiechem, machali do kibiców lub pozowali do zdjęć.

Nie brakowało też emocji podczas mijania podbiegów czy wymagających fragmentów w lesie. „To były moje pierwsze 21 km w Żywcu i każdy podbieg dawał mi w kość, ale doping ludzi sprawiał, że bieгло się łatwiej” – opowiadała jedna z zawodniczek. Dzieci, seniorzy i grupy przyjaciół tworzyli na trasie wyjątkowy klimat – niektórzy przebrani w kolorowe stroje dodawali humoru i motywacji uczestnikom.

Zwycięzcy i rekordy

W rywalizacji mężczyzn najszybszy był Albert Kipkorir Tonui z Kenii, reprezentujący klub Benedek-Team z Debreczyna (Węgry), który trasę pokonał w 1:05:14. Tuż za nim finiszowali jego rodacy John Chege Waweru (1:05:49) i Edward Kimetto (1:06:30). Wśród kobiet padł nowy rekord trasy – Jecinta Mwende Kamau z Kenii osiągnęła czas 1:13:15, poprawiając wynik Barsosi Stellah Jepnegetich z 2016 roku (1:14:15). Drugie miejsce zajęła Loise Wambui Kiarie (1:13:45), a trzecią lokatę wywalczyła Caren Chepkemai Chepkwony (1:14:57).

Polscy zawodnicy również pokazali klasę. Najszybszym Polakiem był Mateusz Mrówka

z Rybnika (1:07:42), przed Bartoszem Rynkowskim (1:10:31) i Tomaszem Fijakiem z MKS Żywiec, który ustanowił rekord powiatu żywieckiego – 1:11:05. Wśród kobiet najlepszą Polką była Monika Szorek (1:24:33), przed Anną Pawlikowską (1:25:09) i Katarzyną Golbą (1:26:11). W klasyfikacji mieszkańców powiatu żywieckiego triumfowała Magdalena Gaber z Glinki (1:35:00).

Nie brakowało emocji i radości na mecie. Wielu zawodników podkreślało satysfakcję z ukończenia półmaratonu: „To była walka z samym sobą, ale atmosfera i doping sprawiły, że każdy kilometr był wart wysiłku” – mówił jeden z uczestników.

Atrakcje, strefy i jubileuszowy klimat

Na Rynku w Żywcu czekały liczne atrakcje dla kibiców i zawodników. Funkcjonowała Strefa Regeneracji przygotowana przez Szpital w Żywcu, Hotel Żywiecki Medical Spa & Sport oraz Fizjoterapię Urbański – można było skorzystać z masażu, rozciągania i specjalistycznych porad fizjoterapeutów.

Dużą popularnością cieszyły się strefy aktywności: ścianka wspinaczkowa, cyfrowa strzelnica, videobudka 360 stopni, a także konkursy

sprawnościowe i zabawy dla dzieci. Partnerzy półmaratonu przygotowali także stoiska promocyjne, gdzie można było zdobyć gadzety i spróbować swoich sił w mini wyzwaniach sportowych.

Po biegu medale i nagrody wręczali przedstawiciele władz i partnerów półmaratonu: Starosta Żywiecki Adrian Midor, Burmistrz Miasta Żywca Antoni Szlagor, Senator RP Andrzej Kalata, Poseł na Sejm RP Małgorzata Pępek, dyrektor biegu Mirosław Dziergas oraz przedstawiciele firm wspierających wydarzenie – PKO BP, Żywiec Zdrój, Arcyksiążęcy Browar w Żywcu i inne. Wolontariusze oraz służby porządkowe dbali o sprawny przebieg imprezy, a mieszkańcy zapewnili niezapomniany doping.

W jubileuszowym 25. PKO Półmaratonie dookoła Jeziora Żywieckiego wystartowało 2 620 osób, a ukończyło rywalizację 2 531 – nowy rekord frekwencji. Trasa, doping kibiców, muzyka, atrakcje i malownicze krajobrazy stworzyły niezapomnianą atmosferę. Żywiec po raz kolejny udowodnił, że jest prawdziwą biegową stolicą regionu, a jubileuszowa edycja 25. półmaratonu zapisze się w pamięci uczestników na długo.

Autor: Norbert Kwiatkowski,
Źródło oraz foto: Miasto Żywiec



ŻYWIEC Targi Pracy i Edukacji



W piątek (20 marca) w Zespole Szkół Ekonomiczno-Gastronomicznych w Żywcu odbyły się Targi Pracy i Edukacji – wydarzenie skierowane do młodzieży stojącej przed wyborem dalszej ścieżki kształcenia oraz kariery zawodowej.

Tegoroczna edycja zgromadziła szerokie grono wystawców. Wśród nich znalazły się szkoły ponadpodstawowe, uczelnie wyższe, służby mundurowe, a także pracodawcy z regionu. Uczestnicy mieli możliwość zapoznania się z bogatą ofertą edukacyjną i zawodową oraz prowadzenia bezpośrednich

rozmów z przedstawicielami poszczególnych instytucji.

Targi stanowiły cenną okazję do zdobycia informacji na temat kierunków kształcenia, wymagań rynku pracy oraz możliwości rozwoju zawodowego. Bezpośredni kontakt z wystawcami pozwolił młodym ludziom lepiej poznać specyfikę wybranych zawodów i świadomie planować swoją przyszłość.

Organizacja tego typu inicjatyw sprzyja wspieraniu młodych mieszkańców w podejmowaniu przemyślanych decyzji dotyczących ich dalszej edukacji i kariery zawodowej.

Źródło oraz foto: Miasto Żywiec

Wernisaż wystawy „Związek w Zamku”

21 marca br. w Muzeum Miejskim w Żywcu odbył się wernisaż wystawy pt. „Związek w Zamku” – prezentującej zbiór prac ponad trzydziestu artystów związanych ze Związkiem Polskich Artystów Plastyków Okręg Zakopane.

Ekspozycja stanowi przekrojowy przegląd malarstwa, rysunku, rzeźby oraz grafiki. Ukazuje zarówno przywiązanie twórców do tradycji, jak i ich indywidualne poszukiwania artystyczne, charakterystyczne dla środowiska zakopiańskiego.

Wystawa została zorganizowana z okazji dwóch ważnych jubileuszy: 115-lecia Związku Polskich Artystów Plastyków oraz 90-lecia

Muzeum Miejskiego w Żywcu. To wyjątkowe zestawienie podkreśla znaczenie obu instytucji dla rozwoju kultury i sztuki w regionie.

Prezentowane prace pozwalają dostrzec różnorodność podejść do materii artystycznej oraz bogactwo form wyrazu. Ekspozycja pokazuje, że środowisko zakopiańskie nie ogranicza się do jednego stylu, lecz obejmuje zarówno kontynuację tradycji, jak i śmiałe eksperymenty.

Wystawa „Związek w Zamku” stanowi interesującą propozycję dla wszystkich miłośników sztuki, dając możliwość poznania współczesnej twórczości plastycznej regionu w jej różnorodnych odsłonach.

Źródło oraz foto: Miasto Żywiec



Wielkanoc 2026

Szanowni Mieszkańcy,

*Święta Wielkanocne to czas nadziei i refleksji
nad tym, co najważniejsze.*

*Niech przyniosą spokój, bliskość i wytchnienie,
a budząca się wiosna inspirowe do nowych działań
i umacniania naszej wspólnoty.*

Przewodniczący Rady Miejskiej w Żywcu
Jarosław Gowin
z Radnymi



Burmistrz Żywca
Antoni Szlagor
ze Współpracownikami



Mieszkańcy posprząтали Żywiec



20 i 21 marca odbyła się kolejna edycja akcji Generalnego Sprzątania Miasta Żywca. W piątek działania objęły całe miasto – uczestnicy pracowali w wyznaczonych rejonach, porządkując najbliższe otoczenie oraz wspólną przestrzeń. Z kolei w sobotę akcja była kontynuowana w rejonie Wilczego Jaru.

W przedsięwzięciu wzięło udział liczne grono mieszkańców, a sprzyjająca pogoda dodatkowo zachęcała do aktywnego udziału. Frekwencja pokazała, że troska o wspólne otoczenie jest dla żywczan ważna i stanowi istotny element lokalnej odpowiedzialności.

– Serdecznie dziękuję wszystkim uczestnikom za poświęcony czas, energię i gotowość do działania. Szczególne słowa uznania kieruję do pracowników Urzędu Miejskiego, jednostek oraz spółek miejskich, którzy nie tylko czuwali nad organizacją i przebiegiem akcji, ale przede wszystkim aktywnie włączyli się w sprzątanie, dając przykład i realnie wspierając całe przedsięwzięcie – podkreślił burmistrz Żywca Antoni Szlagor.

Podziękowania skierowano również do

druhów z Ochotniczych Straży Pożarnych: OSP Żywiec-Sporysz, OSP Żywiec-Oczków oraz OSP Żywiec-Moszczanica, a także członków Młodzieżowych Drużyn Pożarniczych. W akcję włączyli się także ratownicy Beskidzkiego WOPR Oddział Rejonowy w Żywcu i Wodnego Pogotowia Ratunkowego Oddział Żywiec, a także przedstawiciele służb i organizacji wspierających działania na rzecz środowiska.

W sprzątaniu uczestniczyli również wędkarze zrzeszeni w lokalnych kołach Polskiego Związku Wędkarskiego oraz członkowie Społecznej Straży Rybackiej Powiatu Żywieckiego, którzy aktywnie zaangażowali się w porządkowanie terenów nad wodą.

Dzięki wspólnemu wysiłkowi udało się uporządkować wiele miejsc na terenie całego miasta oraz znaczną część obszaru przy Wilczym Jarze. Efekty akcji są widoczne i stanowią dowód na to, że wspólne działania mieszkańców mogą realnie wpływać na poprawę stanu środowiska.

Organizatorzy podkreślają, że takie inicjatywy budują poczucie wspólnoty i odpowiedzialności za przestrzeń publiczną, a także zachęcają do dalszych działań na rzecz miasta.

Źródło oraz foto: Miasto Żywiec

II Forum Sołtysów Ziemi Żywieckiej za nami

14 marca br. w Auli Zespołu Szkół Mechaniczno-Elektrycznych w Żywcu odbyło się II Forum Sołtysów Ziemi Żywieckiej – spotkanie poświęcone wymianie doświadczeń, rozmowie o wyzwaniach lokalnych społeczności oraz roli sołtysów w rozwoju naszych miejscowości.

W spotkaniu wzięli udział sołtysi z Żywiecczyny, Burmistrz Miasta Żywca Antoni Szlagor i Senator RP Andrzej Kalata. Powiat Żywiecki reprezentowali Starosta Żywiecki Adrian Midor, Wicestarosta Stanisław Kucharczyk i Przewodniczący Rady Powiatu Wiesław Sypta.

Forum rozpoczęło się uroczystym otwarciem, po którym uczestnicy obejrzeli film przygotowany przez Stowarzyszenie Sołtysów Ziemi Żywieckiej. W dalszej części odbyła się prelekcja przedstawiciela Sieci Obywatelskiej Watchdog Polska dotycząca przejrzystości życia publicznego i dostępu do informacji, która była wstępem do ciekawej i inspirującej dyskusji.

– Dziękujemy wszystkim sołtysom oraz zaproszonym gościom za obecność, aktywny udział i merytoryczną rozmowę. Takie spotkania są ważną przestrzenią do współpracy, wymiany doświadczeń i budowania silnych lokalnych wspólnot – podkreślono w komunikacie.

Źródło oraz foto: Powiat Żywiecki



Nordic walking. Jak zacząć, trenować i czerpać radość z ruchu



Nordic walking to jedna z najbardziej dostępnych i bezpiecznych form aktywności dla osób po 60. roku życia. Łączy ruch na świeżym powietrzu z pracą całego ciała, a przy tym pozwala łatwo dopasować tempo i długość trasy do możliwości. Wiosna jest szczególnie dobrym momentem, by zacząć przygodę z tym sportem.

Skąd się wziął nordic walking i jak rozwinął się w Polsce

Nordic walking narodził się w Finlandii jako metoda treningowa dla narciarzy biegowych, którzy poza sezonem śnieżnym chcieli podtrzymać formę. Współczesna forma rekreacyjna zaczęła rozwijać się w latach 90., gdy chodzenie z kijkami zaczęło promować jako aktywność prozdrowotną dla szerokiej grupy odbiorców – nie tylko sportowców.

Do Polski nordic walking trafił na początku XXI wieku i szybko zyskał popularność, szczególnie wśród seniorów. Powstawały kluby i sekcje przy uniwersytetach trzeciego wieku, a także imprezy rekreacyjne i zawody. Dziś treningi grupowe można znaleźć w wielu miastach, a sama dyscyplina ma zarówno wymiar rekreacyjny, jak i sportowy – również w kategoriach masters.

Seniorzy z medalami – aktywność bez metryki

W zawodach nordic walking regularnie startują osoby po 60., a nawet 70. roku życia. W klasyfikacjach wiekowych często pojawiają się seniorzy związani z klubami sportowymi i uniwersytetami trzeciego wieku, którzy traktują marsze jako pasję i sposób na utrzymanie wysokiej sprawności.

W Polsce można wskazać przykłady senierek i seniorów, którzy zaczęli trenować po 60. roku życia i sięgali po medale w rywalizacji amatorskiej oraz masters. Historie takich osób – budowane na konsekwencji i poprawnej technice – pokazują, że rozwój sportowy nie jest zarezerwowany wyłącznie dla młodszych.

Co mówią eksperci: korzyści dla zdrowia fizycznego i psychicznego

Rehabilitanci zwracają uwagę, że nordic walking angażuje znaczną część mięśni całego ciała, a jednocześnie może być łagodniejszy dla stawów niż bardziej dynamiczne formy ruchu. To ważne szczególnie dla osób z przeciążeniami kolan czy bioder oraz dla tych,

którzy wracają do aktywności po dłuższej przerwie.

Psychologowie podkreślają natomiast, że regularna aktywność na świeżym powietrzu wspiera zdrowie psychiczne, pomaga obniżyć poziom stresu i zmniejsza poczucie izolacji. Dodatkowym atutem nordic walkingu jest wymiar społeczny: wspólne treningi, spotkania w grupie i umawianie się na spacery wzmacniają relacje i ułatwiają utrzymanie motywacji.

Wiosna – najlepszy moment, żeby zacząć

Idealnym momentem, aby rozpocząć wyprawę w plener jest właśnie wiosna: przyroda budzi się do życia, dni są dłuższe, a młoda zieleń, śpiew ptaków i zapach lasu sprzyjają poprawie samopoczucia. Warto wybierać trasy w naturze i umawiać się na wędrowki ze znajomymi – wspólne wyjścia pomagają utrzymać regularność i motywację. Wiele osób utrzymuje systematyczność właśnie dlatego, że spacer jest stałym punktem tygodnia i okazją do rozmowy. Marsz przestaje być „obowiązkiem”, a staje się formą odpoczynku.

Trasy w Małopolsce i wybór terenu

W wielu miejscach w Małopolsce dostępne są gotowe, wyznaczone i oznakowane trasy nordic walking – m.in. w parkach, lasach czy terenach rekreacyjnych. Jeśli w pobliżu domu nie ma oficjalnej ścieżki, warto przetestować leśne dukty i polne drogi, a następnie wybrać trasy najbezpieczniejsze i najwygodniejsze.

Przy planowaniu należy uwzględnić:

- wzniesienia i spadki – trasa powinna być dopasowana do kondycji i stopnia wytrenowania;
- warunki po opadach – wiosną i po deszczach niektóre odcinki mogą być podmokłe albo bardzo trudne do przejścia;
- bezpieczeństwo – lepiej unikać chodzenia po chodnikach przy drogach o dużym natężeniu ruchu.

Jeśli wychodzimy na spacer wieczorem, warto mieć odblaski i latarkę czołową, aby być dobrze widocznym i bezpiecznie poruszać się po słabiej oświetlonych odcinkach.

Co zabrać na trening

Nawet krótki marsz będzie wygodniejszy i bezpieczniejszy, gdy przygotujemy podstawowy zestaw:

- woda,
- niewielka przekąska,
- okulary przeciwsłoneczne,
- lekka kurtka od deszczu lub wiatru,
- latem – nakrycie głowy.

Jaki sprzęt wybrać: kijki, buty i końcówki

Kijki: regulacja i dopasowanie

Dla początkujących szczególnie praktyczne są kijki z regulacją długości, bo można je łatwiej dopasować do wzrostu i preferowanego stylu marszu.

Przykładowe długości:

- przy wzroście 164 cm – kijki ok. 105 cm,
- przy wzroście 170 cm – kijki ok. 110 cm.

W nordic walkingu stosuje się pasek na nadgarstek. Jego rola jest bardzo praktyczna: dłoń jest stabilnie połączona z kijkiem, dzięki czemu nie trzeba stale mocno zaciskać uchwytu. W momencie odepchnięcia ręka może się rozluźnić i częściowo otworzyć, a kijek pozostaje „pod kontrolą”. To ułatwia prawidłową pracę ramion i zmniejsza zmęczenie dłoni.

Warto zwrócić uwagę na końcówki kijków:

- groty sprawdzają się na miękkim podłożu (ścieżki leśne, ziemia),
- nakładki gumowe są przydatne na twardych nawierzchniach (asfalt, kostka), poprawiają komfort i stabilność.

Buty

Na wędrowki z kijkami najlepsze będą buty stabilne, z dobrą przyczepnością i amortyzacją. Wygoda jest ważniejsza niż „sportowy wygląd”. Dobrze sprawdzają się buty oddychające i wodoodporne.

Gdzie kupować w Polsce

Najbardziej rozpoznawalną opcją jest Decathlon, ale sprzęt i odzież sportowa bywają też dostępne w sklepach takich jak 4F. Kijki i akcesoria można spotkać sezonowo również w dyskontach i dużych supermarketach w działach sportowych. Warto pamiętać, że dobrej jakości kijki, właściwie użytkowane, mogą służyć przez wiele lat.

Jak prawidłowo chodzić z kijkami

Podstawą jest naturalny krok i naprzemienna praca rąk oraz nóg. Najważniejszy element techniki to wbijanie kijków za linią bioder, a nie przed sobą. Kijki mają wspierać odepchnięcie i uruchomić górną część ciała, a nie służyć wyłącznie jako podparcie.

To częsty błąd u początkujących: trzymanie kijków jak lasek i niemal nieruchome ręce. Jeśli mamy problem, jak chodzić prawidłowo, można obejrzeć filmy instruktażowe na popularnych platformach w internecie lub po prostu poprosić o poradę kogoś, kto już uprawia ten sport. W wielu miejscowościach w ramach wsparcia aktywności seniorów organizowane są wspólne treningi, np. w ramach Uniwersytetów Trzeciego Wieku, na których można zdobyć podstawowe informacje o prawidłowym używaniu kijków.

Prawidłowe odepchnięcie z tyłu:

- uruchamia barki i plecy,

- poprawia postawę,
- odciąża kręgosłup i stawy poprzez bardziej równomierny udział mięśni całego ciała.

Najczęstsze błędy początkujących

1. Zbyt krótkie lub zbyt długie kijki.
2. Wbijanie kijków przed sobą zamiast za linią bioder.
3. Sztywne ręce i brak pracy ramion.
4. Zbyt szybkie tempo na początku.
5. Pomijanie rozgrzewki i rozciągania.

Plan treningowy na pierwszy miesiąc

Tydzień 1

- 3 spacery po 20–25 minut
- spokojne tempo, nauka techniki

Tydzień 2

- 3–4 treningi po 25–30 minut
- krótkie odcinki nieco szybszego marszu

Tydzień 3

- 4 treningi po 30–35 minut
- lekkie urozmaicenie terenu

Tydzień 4

- 4 treningi po 35–40 minut
- jeden dłuższy spacer weekendowy

W nordic walkingu na początku ważniejszy jest czas aktywności niż dystans. Z czasem można stopniowo zwiększać tempo i pracować na wyższym tętnie, jednak w przypadku chorób przewlekłych lub wątpliwości warto skonsultować się z lekarzem. Osoby, które już uprawiają inne formy aktywności, mogą wydłużać trasy i zwiększać częstotliwość treningów, pamiętając o stopniowaniu obciążenia.

Ruch, który łączy pokolenia

Nordic walking nie wymaga drogiego sprzętu ani specjalnych warunków, a może być świetnym pretekstem do wspólnego spędzania czasu. W wyborze kijków mogą pomóc dzieci lub bliscy, którzy – jeśli chcą – mogą też sfinansować sprzęt seniorowi jako praktyczny prezent. Wspólne pierwsze spacery często są najlepszą motywacją, by utrzymać regularność i potraktować aktywność jako przyjemny rytuał.

Źródła i materiały eksperckie

- Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) – rekomendacje dotyczące aktywności fizycznej osób starszych
- Polskie Towarzystwo Rehabilitacji – materiały edukacyjne o aktywności seniorów
- Europejska Federacja Nordic Walking – opracowania dotyczące techniki i korzyści zdrowotnych
- publikacje naukowe z zakresu gerontologii i fizjoterapii dotyczące aktywności marszowej

Marzena Gitler, fot.: depositphotos





Medal dla druha Słowika i rekordowy rok OSP Żabnica

Podczas walnego zebrania sprawozdawczo-wyborczego, które odbyło się 21 marca br., wyróżniono druha Kamila Słowika, odznaczonego Medalem za Ofiarność i Odagę za jego zaangażowanie i odwagę w działaniach ratowniczych. Spotkanie było również okazją do podsumowania działalności Ochotniczej Straży Pożarnej w Żabnicy w 2025 roku oraz wyboru władz jednostki na kolejną kadencję.

W spotkaniu uczestniczyli licznie zaproszeni goście. Jak co roku głos zabrał Wójt Gminy Węgierska Górka, który w imieniu samorządu i mieszkańców podziękował druhom za ich ofiarną służbę i gotowość do niesienia pomocy w każdej sytuacji.

W minionym roku jednostka brała udział w 35 akcjach ratowniczych, w tym w 14 pożarach oraz 21 miejscowych zagrożeniach. Strażacy wspierali także działania poza terenem gminy, m.in. podczas ćwiczeń w Złatnej.

Druhowie systematycznie podnosili swoje kwalifikacje, uczestnicząc w szkoleniach

dowódców, kursach podstawowych i recertyfikacjach z zakresu kwalifikowanej pierwszej pomocy. Prowadzono także szkolenia dla członków jednostki i młodzieży, rozwijając kompetencje nowego pokolenia strażaków.

Rok 2025 przyniósł jednostce znaczące wzmocnienie wyposażenia i sprzętu ratowniczego, w tym ubrania specjalne, sprzęt medyczny, ratowniczy i techniczny oraz wyposażenie dla Młodzieżowej Drużyny Pożarniczej, pozyskane ze środków własnych, gminnych i dzięki wsparciu sponsorów.

Wykonano również prace remontowe i modernizacyjne przy pojazdach, sprzęcie oraz w budynku remizy, poprawiając warunki funkcjonowania jednostki. Strażacy aktywnie uczestniczyli w życiu społeczności, biorąc udział w uroczystościach religijnych i patriotycznych oraz współpracując z lokalnymi organizacjami.

W wyniku wyborów prezesem OSP Żabnica został Leszek Kupczak, vice prezesem – Elżbieta Krzus, a funkcję naczelnika objął Marek Wojtyła.

Źródło oraz foto: Gmina Węgierska Górka



Nie żyje wychowawczyni wielu pokoleń młodzieży w Węgierskiej Górze

Z głębokim smutkiem przyjęliśmy wiadomość o śmierci Pani Lucyny Śleziak, wieloletniej Dyrektorki Zespołu Szkół Zawodowych w Węgierskiej Górze, która odeszła 13 marca br. w wieku 54 lat.

Pani Lucyna Śleziak była związana z Zespołem Szkół Zawodowych w Węgierskiej Górze od 1996 roku. Swoją drogę zawodową rozpoczęła jako nauczycielka historii, pracując również w II Liceum Ogólnokształcącym w Żywcu (w Zespole Szkół Medycznych). Od początku dała



się poznać jako osoba niezwykle zaangażowana, oddana młodzieży oraz pracy dydaktycznej.

Funkcję Dyrektorki Zespołu Szkół Zawodowych w Węgierskiej Górze pełniła od 2008 roku. Przez niemal dwie dekady z ogromnym poczuciem odpowiedzialności kierowała szkołą, dbając o jej rozwój, wysoki poziom nauczania oraz przyjazną atmosferę sprzyjającą zarówno uczniom, jak i nauczycielom.

Była osobą pełną pasji, życzliwości i otwartości. Zawsze znajdowała czas na rozmowę, wspierała uczniów w codziennych wyzwaniach, a nauczycieli inspirowała do rozwoju oraz poszukiwania nowych metod pracy. Dzięki Jej determinacji i zaangażowaniu szkoła stale się rozwijała, stając się miejscem nowoczesnym i przyjaznym dla całej społeczności.

Zapamiętamy Ją jako doskonałego pedagoga i sprawnego organizatora, a przede wszystkim jako człowieka o wielkim sercu, który swoją postawą budował relacje oparte na szacunku, zaufaniu i wzajemnym wsparciu.

Jej odejście jest ogromną stratą nie tylko dla społeczności szkolnej, ale także dla całego regionu.

Źródło oraz foto: Gmina Węgierska Górka



Zabytkowa kapliczka odzyskała dawny blask

W ramach realizacji projektu RIPT, kolejny punkt na mapie gminy Jeleśnia przeszedł gruntowną renowację. Zabytkowa kapliczka w Sopotni Wielkiej została oficjalnie odebrana przez Wójta Gminy Jeleśnia, Annę Wasilewską.

Efekty prac zachwycają i stanowią doskonały przykład dbałości o lokalne dziedzictwo. Renowacja obiektu łączy tradycyjne rzemiosło z troską o historyczny charakter budowli. Elewacja kapliczki została odtworzona przy użyciu ręcznie wykonanej zaprawy tynkarskiej, co nadaje obiektowi autentyczny i szlachetny wygląd sprzed lat.

Szczególną uwagę poświęcono zabytkowemu dzwonowi – niememu świadkowi historii Sopotni Wielkiej, który od pokoleń towarzyszy mieszkańcom w codziennym życiu oraz uroczystościach religijnych.

Renowacja kapliczki w Sopotni Wielkiej jest nie tylko działaniem konserwatorskim, lecz także gestem w stronę tradycji i lokalnej historii. Przywrócenie blasku obiektom, które

są fundamentem tożsamości gminy, podkreśla znaczenie zachowania dziedzictwa kulturowego dla przyszłych pokoleń.

Źródło oraz foto: Gmina Jeleśnia



Odszedł strażnik wyjątkowych tradycji

Z ogromnym żalem informujemy, że 8 marca br. pożegnaliśmy wyjątkową postać – śp. Józefa Byrtka, skrzypka z Pewli Wielkiej i współzałożyciela słynnej Kapeli Byrtków. Miał 93 lata, z których większość poświęcił pielęgnowaniu muzyki i tradycji naszej ziemi.

Jego odejście to ogromna strata dla lokalnej społeczności – Pewel Wielka straciła wybitnego mieszkańca, a cała gmina artystę, którego pasja i talent inspirowały kolejne pokolenia do kochania folkloru. Muzyka śp. Józefa była czystym głosem serca Żywiecczyny, w której każdy dźwięk skrzypiec niósł historię i ducha regionu.

Życie i muzyczna droga

Józef Byrtek urodził się 25 lutego 1933 roku w Pewli Wielkiej, w rodzinie chłopskiej. W pierwszych latach życia opiekowała się nim babcia, Agnieszka Byrtek, a pierwsze lekcje gry na skrzypkach pobierał od ojczyma, Karola Byrtka. Już jako młody chłopak

muzykował wraz z braćmi – Edwardem i Władysławem – występując na weselach i lokalnych uroczystościach.

W latach 70. rozpoczął współpracę z zespołami regionalnymi. Grał w kapeli zespołu Sędzioty z Żywca u boku Jana Brodki, a później w Regionalnym Zespole Pieśni i Tańca Jeleśnianka w Jeleśni, gdzie występował wraz z Władysławem Plutą.

Był laureatem licznych nagród indywidualnych, m.in. podczas Festiwalu Folkloru Górali Polskich w Żywcu czy Konkursu Gry na Unikatowych Instrumentach Ludowych. Jego zespoły zdobywały też uznanie na scenach krajowych i międzynarodowych, m.in. na Międzynarodowym Festiwalu Folkloru Ziemi Górskich w Zakopanem.

Rodzinie, przyjaciółom oraz wszystkim bliskim śp. Józefa Byrtka składamy najgłębsze wyrazy współczucia. Dziękujemy za każdą nutę, którą podzielił się z nami – jego muzyka pozostanie w sercach mieszkańców Żywiecczyny na zawsze.

Źródło oraz foto: Fundacja Górom



O tych tradycjach Wielkanocnych z Europy mogliście nie słyszeć...

Dzieciaki przebrane za czarownice, taniec kościotrupów do samego rana, czy może kłapsowy atak własnoręcznie wykonaną wiązką – to tylko nieliczne przykłady nietypowych tradycji Wielkanocnych z jakimi można spotkać się na terenie całej Europy.

Przysłowie: „co kraj, to obyczaj” wyjątkowo trafnie definiuje najróżnorodniejsze zwyczaje związane ze świętami Wielkanocnymi w wielu europejskich krajach. Każde niezwykle oryginalne – część być może bardziej przerażających, inne pomysłówych – jednak w ostatecznym

rozrachunku mają służyć jako element ubarwiający w tym najważniejszym dla wszystkich katolików okresie całego roku.

„Atak małych czarownic” – Finlandia

Finlandia to kraj zdecydowanie mocniej kojarzony ze świętami Bożego Narodzenia. W końcu to właśnie na terenie tego kraju ma swoją siedzibę pewien starszy jegomość z brodą, który jak nikt inny docenia grzeczne dzieci na całym świecie. Niemniej tradycje Wielkanocne są tu niezwykle ciekawe, a przoduje w nich przebieganie dzieci za czarownice.

Nie ma w tym jednak nic strasznego, choć

sam kontekst został zapożyczony z Halloween. Mieszkańcy tego kraju w Niedzielę Palmową (Finlandia Wschodnia) oraz w Wielką Sobotę (Finlandia Zachodnia) tworzą ze swoich pociech wiedźmy z prawdziwego zdarzenia. Im bardziej przerażający kostium, tym lepiej.

Małe czarownice pukają do drzwi swoich sąsiadów, by życzyć im zdrowia oraz serdeczności. W zamian za dekoracyjną gałązkę oczekują odrobiny przyjemności i rekompensaty w postaci pisanki, czekolady czy monety.

„Dansa de la mort” – Hiszpania

Mroczne tradycje to nie tylko domena północnej Europy. Swoją wyjątkowo nietuzinkową tradycję mają również Hiszpanie. W katalońskim mieście Verges (Girona) co roku w Wielki Czwartek odbywa się tradycyjny taniec śmierci „dansa de la mort”.

Wszyscy zaangażowani w ten zwyczaj ubierają się w kostiumy szkieletów, a następnie paradują ulicami miasta. Wygląda to na coś podobieństwa procesji, która jednak ma dużo bardziej przerażający finał.

Punktualnie o północy rozpoczyna się taniec śmierci i trwa do samiułkowego rana. By zrozumieć jego genezę musimy cofnąć się kilkaset lat wstecz. W XIV wieku na terenie ówczesnej Europy wybuchła epidemia dżumy, która pochłonęła aż 30-60% ludności. Ze względu na swoje brutalne żniwo, została nazwana „czarną śmiercią”.

„Czeskie kłapsy” – Czechy

Swoją nietypową tradycję mają również nasi południowi sąsiedzi. Mieszkańcy Pragi i wszyscy

Czeši mają osobliwą tradycję związaną ze świętami wielkanocnymi. W okresie świątecznym symbolicznie smaga się kobiety własnoręcznie wykonanymi wierzbowymi wtkami (coraz częściej kupuje się je również na jarmarkach).

Wszystko to ma swój cel – według legendy wierzba to drzewo, które jako pierwsze budzi się do życia na wiosnę. Witki z wierzby mają „przekazywać” przedstawicielkom płci pięknej płodność, vitalność i młodość. Za takie smaganie kobiety wręczają mężczyznom pisanki, przekąski lub wstążki.

Włochy – wybuchowy wózek

Na półwyspie apenińskim istnieje wiele zwyczajów Wielkanocnych. W końcu tutaj ma swoją siedzibę papież, a Watykan to stolica chrześcijańska. My jednak przenosimy się niecałe 300 km na północ, a mianowicie do Florencji.

Mieszkańcy tego włoskiego regionu posiadają 350-letnią Wielkanocną tradycję zwaną Scoppio del Carro, co w wolnym tłumaczeniu oznacza „eksplozja wózka”. Ozdobny, 9-metrowy pojazd o nazwie Brindellone jest ciągnięty przez miasto przez parę białych wołów. Jego trasa rozpoczyna się w okolicach magazynów Il Prat, dalej woły kierują się na Piazza Duomo, by pozostawić wózek między katedrą a baptysterium.

Następnie arcybiskup Florencji przy ołtarzu zapala „Colombinę”, rakietę w kształcie gołębia, która biegnie wzdłuż kabla przymocowanego do Brindellone. Zapalnik uruchamia fajerwerki zamontowane na wózku i rozpoczyna się spektakularny pokaz sztucznych ogni.

Autor: Norbert Kwiatkowski
Foto: Wikimedia Commons



Notatki z radiowozu

■ Nietrzeźwi rowerzyści zatrzymani

Policjanci z powiatu żywieckiego zatrzymali w pierwszej połowie marca trzech rowerzystów, którzy zdecydowali się poruszać po drogach publicznych będąc pod wpływem alkoholu. Każdy z nich został ukarany bardzo wysokim mandatem. Przypominamy, że jazda rowerem po alkoholu jest wykroczeniem i stanowi poważne zagrożenie dla bezpieczeństwa w ruchu drogowym.

Do pierwszej interwencji doszło 9 marca około godziny 19:40 w Sopotni Małej. Policjanci z Komisariatu Policji w Jeleśni zatrzymali do kontroli 43-letniego mieszkańca powiatu żywieckiego, który poruszał się rowerem. Badanie stanu trzeźwości wykazało, że miał w swoim organizmie około 0,95 promila alkoholu.

Kolejne zdarzenie miało miejsce 11 marca około godziny 7:45 w Wieprzu na ulicy Figurów. Patrol Wydziału Ruchu Drogowego Komendy Powiatowej Policji w Żywcu zatrzymał do kontroli 50-letniego mieszkańca powiatu żywieckiego, który również kierował rowerem będąc pod wpływem alkoholu. Badanie wykazało w jego organizmie ponad 2 promile alkoholu.

Trzeciego nietrzeźwego rowerzystę policjanci zatrzymali 12 marca około godziny 17:20 w Juszczynie. Funkcjonariusze z Komisariatu Policji w Jeleśni zatrzymali do kontroli 36-letniego mieszkańca powiatu żywieckiego, który poruszał się rowerem po drodze publicznej mając w organizmie około 2,5 promila alkoholu.

Wszyscy trzej mężczyźni zostali ukarani mandatami w kwocie 2 500 złotych.

Przypominamy, że jazda rowerem pod wpływem alkoholu jest nie tylko wykroczeniem, ale przede wszystkim poważnym zagrożeniem dla bezpieczeństwa na drodze. Rowerzysta, który znajduje

się pod wpływem alkoholu, ma znacznie ograniczoną zdolność oceny sytuacji, gorszą koordynację ruchową oraz wydłużony czas reakcji.

Źródło: KPP w Żywcu

■ Tymczasowy areszt za groźby karalne

Policjanci z Komisariatu Policji w Rajczy zatrzymali 40-letniego mieszkańca powiatu żywieckiego, który kierował groźbą pozbawienia życia wobec swoich rodziców. Zebrany materiał dowodowy pozwolił na przedstawienie mu zarzutów, a decyzją sądu mężczyzna został tymczasowo aresztowany.

Na początku marca policjanci z Rajczy zostali powiadomieni o groźbach kierowanych przez 40-letniego mężczyznę wobec jego rodziców. Z przekazanych informacji wynikało, że groził im pozbawieniem życia, czym wzbudził u nich realną obawę spełnienia tych groźb.

Policjanci niezwłocznie udali się do miejsca zamieszkania mężczyzny. Po przeprowadzeniu niezbędnych ustaleń oraz potwierdzeniu zgłoszenia przez pokrzywdzonych funkcjonariusze zatrzymali

40-latkę. Mężczyzna został następnie doprowadzony do policyjnego pomieszczenia dla osób zatrzymanych.

Zebrany w sprawie materiał dowodowy pozwolił na przedstawienie mu zarzutu kierowania groźb karalnych. Na wniosek śledczych oraz prokuratora Sąd Rejonowy w Żywcu zastosował wobec podejrzanego środek zapobiegawczy w postaci tymczasowego aresztowania na okres trzech miesięcy.

Za popełnione przestępstwo grozi mu kara do 3 lat pozbawienia wolności. Z uwagi na to, że mężczyzna był już wcześniej karany, wymiar kary może zostać zwiększony nawet o połowę.

Źródło: KPP w Żywcu

■ Motocykl elektryczny nie nadawał się do jazdy

Policjanci z Wydziału Ruchu Drogowego Komendy Powiatowej Policji w Żywcu zatrzymali do kontroli pojazd przypominający rower elektryczny, który poruszał się z prędkością, która zwróciła ich uwagę. Jak się okazało, kierował nim 12-latek, a dalsza kontrola ujawniła szereg poważnych nieprawidłowości.

Do zdarzenia doszło 19 marca br. na ulicy Isep w Żywcu. Podczas patrolu policjanci zwrócili uwagę na motocykl elektryczny, którego sposób poruszania się wzbudził ich podejrzenia. Po zatrzymaniu pojazdu do kontroli okazało się, że kierującym jest 12-letni chłopiec. W trakcie dalszych czynności funkcjonariusze ujawnili kolejne nieprawidłowości.

Pojazd posiadał częściowo nieczytelny numer VIN i nie był zarejestrowany. To z kolei oznacza, że powinien posiadać ważne badanie techniczne oraz obowiązkowe ubezpieczenie OC. Kierujący takim pojazdem musi także posiadać odpowiednie uprawnienia. W tym przypadku żadnego z tych wymogów nie spełniono. Sprawa będzie miała dalszy

ciąg, a odpowiedzialność dotyczyć będzie również rodzica małoletniego, który zakupił ten pojazd. Wszystkie ujawnione nieprawidłowości mogą zakończyć się bardzo wysoką karą finansową. Dodatkowo z uwagi na brak możliwości ustalenia na miejscu dokładnych parametrów pojazdu został on zabezpieczony i odholowany na policyjny parking celem dalszych czynności.

Źródło oraz foto: KPP w Żywcu



ogłoszenia
drobne

USŁUGI

• GAZY TECHNICZNE, MATERIAŁY SPAWALNICZE.

Atrakcyjne ceny, tel. 602-695-059

• WODA ŹRÓDLANA DLA TWOJEGO DOMU I FIRMY. Dostawa gratis! tel. 886-773-658

**Szybka
Linia**
głos24



666 97 24 24

zadzwoń lub wyślij informację na Whatsappie

Zgłoś zdarzenie, ciekawą informację lub problem na Szybką Linię Głos24!

głos24
ŻYWIECKI

Głos Żywiecki

ul. Rękawka 17,
30-535 Kraków

www.glos24.pl

Redakcja:

tel. 12 269 90 31

e-mail:

redakcja@zywiecki.glos24.pl

Dział reklamy:

tel. 608 877 002

e-mail:

r.pioro@glos24.pl

Druk: POLSKA PRESS Sp. z o.o.,
Oddział Poligrafia,
Drukarnia Sosnowiec

Głos Żywiecki

Miesięcznik regionalny.
ISSN: 2299-291X

Wydawca: Głos24 Media Sp. z o.o.
ul. Rękawka 17, 30-535 Kraków.

Redaktor naczelny:
Mateusz Łysik

Foto: Agey, grafika: Mateusz Łysik,
Piotr Kulig

Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych oraz zastrzega prawo do ich przeredagowania i skracania.

Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczanych ogłoszeń.

Rozpowszechnianie materiałów redakcyjnych bez zgody wydawcy jest zabronione.

Żywiecki kościoły

Dzięki nieustannym pomysłom i pracy na rzecz swojej parafii Księdza Kanonika Grzegorza Gruszeckiego, Proboszcza Katedry w Żywcu i Dziekana Dekanatu Żywieckiego, powstała nieprawdopodobnie interesująca książka pod nazwą „ŻYWIECKIE KOŚCIOŁY”, prezentująca miejsca, ludzi i historię kościołów, kaplic oraz cmentarzy całego Dekanatu Żywieckiego.

Znakomite teksty w poszczególnych częściach przygotował zespół dziewięciu autorów, a całość została opracowana pod redakcją Grzegorza Szczepaniaka – Prezesa Przewodników Oddziału Babiogórskiego PTTK w Żywcu, autora przewodników turystycznych. Książka została oprawiona w twarde okładki, a na ostatniej stronie widnieje pieczęć: „Parafia Katedralna Narodzenia N. M. P. w Żywcu”.

Na stronie 208 podano nazwiska autorów wraz z zakresem przygotowanych tekstów, autorów zdjęć oraz adres wydawcy: Parafia Narodzenia NMP w Żywcu. Przy końcu książki znajdują się również sylwetki osób współpracujących – oprócz wydawcy i redaktora – w tym niezwykle życzliwego i zawsze służącego pomocą Burmistrza Miasta, Antoniego Szlagora, oraz Doroty Firlej – kustosa Muzeum Miejskiego w Żywcu, dysponującej ogromną wiedzą nie tylko o Żywcu, ale i tutejszych zabytkach.

Książka zawiera XIII rozdziałów oraz końcowe części: Posłowie i Indeks. Prezentowane są kościoły parafialne oraz przynależne do nich kaplice i cmentarze. Przy każdym obiekcie czytelnik zapoznaje się zarówno z historią, jak i z artystycznymi walorami tych miejsc.

Zawartość książki

Pierwszy rozdział prezentuje historię i teraźniejszość Żywca, zakończoną świetną mapą rozciągającą się na dwóch stronach, na której czytelnik może zobaczyć lokalizację opisywanych zabytków.

Drugi rozdział przedstawia Kościół Katedralny pw. Narodzenia Najświętszej Marii Panny przy Rynku w Żywcu wraz z przynależnymi budowlami. Dzięki pomysłowi i ogromnemu zaangażowaniu Księdza Kanonika Grzegorza Gruszeckiego, 6 lutego 2020 roku wieża katedry została oddana do użytku. Od tego czasu każdy może wejść na taras widokowy i spojrzeć z góry na miasto oraz okolicę

z cudownymi Beskidami w tle. W rozdziale opisano również najstarszą świątynię Żywca – kościół pw. św. Krzyża, kościół św. Marka, cmentarny kościół Przemienienia Pańskiego oraz kościół Matki Boskiej Nieustającej Pomocy w dzielnicy Kocurów. Organy w czterech kościołach przynależnych do katedry zaprezentował Andrzej Gardaś – nauczyciel muzyki w Szkole Muzycznej I i II stopnia w Żywcu, organista kościoła św. Krzyża i św. Marka.

Trzeci rozdział przedstawia pozostałe żywieckie parafie: w dzielnicy Zabłocie (w rejonie dworca PKP), w Sporyszu (kierunek: Jelesnia – Korbielów), w Moszczanicy (ponad cmentarzem w Żywcu) i w Oczkowie (nad jeziorem). Przy parafiach opisano również przynależne kaplice.

Czwarty rozdział wspomina budowle, które nie przetrwały do dzisiejszego dnia.

Piąty rozdział prezentuje cmentarze obecne oraz te, które nie dotrwały do naszych czasów. Omówiono tu również Kirkut w dzielnicy Zabłocie oraz cmentarz żołnierzy radzieckich z II wojny światowej w dzielnicy Moszczanica.

Szósty rozdział zaprasza turystów i krajoznawców do przykatedralnych obiektów.

Siódmy rozdział przedstawia kapłanów od czasu powstania Diecezji Bielsko-Żywieckiej (od 1992 roku) oraz aktualnie pracujących w katedrze. Zawiera także wywiady z poprzednim księdzem proboszczem Władysławem Fidelusem i aktualnym proboszczem Grzegorzem Gruszeckim.

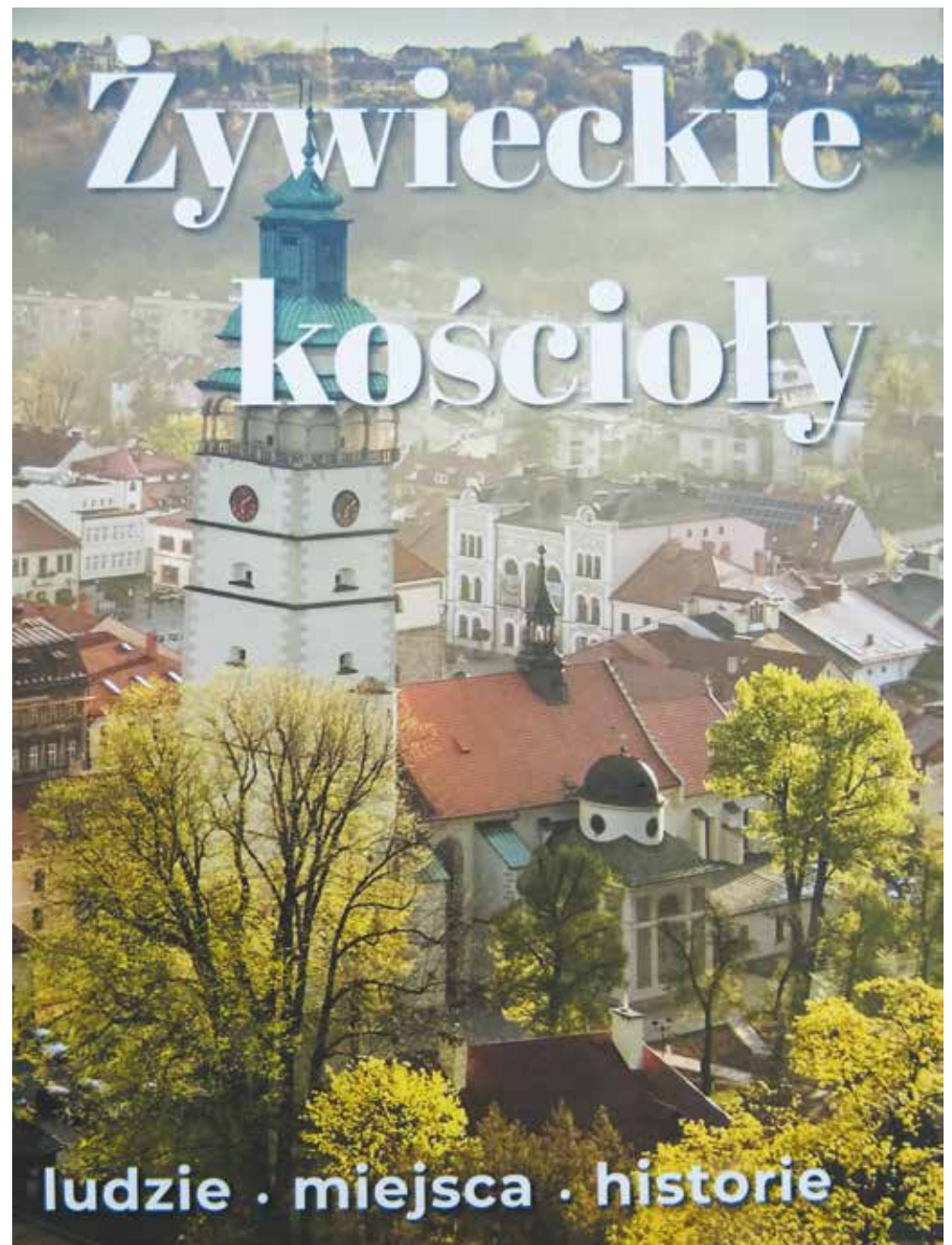
Ósmy rozdział zapoznaje czytelnika z zakonami pracującymi w miejscowych kościołach: siostrami Szarytkami, Serafitykami i Salwatoriankami.

Dziewiąty rozdział, autorstwa ks. Zbigniewa Hodera, prezentuje świętych i błogosławionych związanych z Żywcem.

Dziesiąty rozdział przybliża coroczną pielgrzymkę z Żywieckiej Parafii na Jasną Górę w Częstochowie, której początki sięgają XVII wieku (1608 r.).

Jedenasty rozdział opisuje wizytę Ojca Świętego Jana Pawła II w Żywcu 22 maja 1995 roku. Miejsce pobytu na scenie pod dzwonnica od strony Rynku upamiętniono monumentalnym pomnikiem autorstwa prof. Czesława Dźwigaja, słynnego rzeźbiarza Akademii Sztuk Pięknych w Krakowie.

Dwunasty rozdział przedstawia Asystę Żywiecką w niezwykłych strojach Mieszczan Żywca, która uszlachetnia uroczystości



kościelne i świeckie. Strój ten decyzją Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego z 28 czerwca 2023 roku wpisano na Krajową Listę niematerialnego dziedzictwa kulturowego.

Trzynasty rozdział zawiera kalendarium Katedry w latach 1992–2025.

Na końcu książki znajdują się rozdziały: Posłowie oraz Indeks. Książka bogato ilustrowana jest pięknymi fotografiami.

Każdy zainteresowany może nabyć tę wszechstronną i ciekawą publikację w kawiarni

„Przystań” w Domu Katolickim, przy katedrze, przy wejściu do Zabytkowego Parku. W kawiarni prezentowane były przepiękne, duże fotografie autorstwa redaktora książki – Grzegorza Szczepaniaka, przedstawiające skarby sztuki sakralnej w opisywanych kościołach. Na ekranach można także oglądać transmisję z wieży katedralnej, pokazującą bieżący widok z czterech stron.

Tekst i zdjęcia: Krzysztof Staszkiwicz



Polsko-słowacka współpraca wzmacnia bezpieczeństwo regionu

Międzynarodowy projekt „Poprawa współpracy w zakresie zarządzania kryzysowego polskich i słowackich służb ratowniczych”, realizowany w ramach Programu Interreg Polska – Słowacja 2021–2027, zakończył się 31 marca 2026 roku. Projekt był współfinansowany przez Unię Europejską i trwał od stycznia 2024 roku do marca 2026 roku.

W przedsięwzięciu uczestniczyło sześć partnerów z przygranicznych miejscowości: Miasto Krásno nad Kysucou, Miasto Čadca, Gmina Ošćadnica, Gmina Skalité, Gmina Milówka oraz Gmina Rajcza. Celem projektu było wzmocnienie współpracy transgranicznej służb ratowniczych oraz zwiększenie gotowości regionu na sytuacje nadzwyczajne, które w ostatnich latach pojawiają się coraz częściej w związku ze zmianami klimatycznymi.

Wspólny system alarmowania

Jednym z kluczowych efektów projektu jest uruchomienie wspólnego systemu alarmowania ratowniczego. Technologia umożliwia szybkie

powiadamianie i mobilizację jednostek po obu stronach granicy. Strażacy ochotnicy z Polski i Słowacji mogą teraz sprawniej reagować w sytuacjach kryzysowych i wzajemnie sobie pomagać, co jest szczególnie ważne w regionach przygranicznych, gdzie najbliższe jednostki ratownicze często znajdują się po drugiej stronie granicy.

Projekt przewidywał także modernizację wyposażenia technicznego ochotniczych straży pożarnych. Zakupiono nowe pojazdy, sprzęt techniczny i wyposażenie ratownicze, co zwiększa możliwości reakcji podczas pożarów, powodzi, wichur oraz innych zdarzeń nadzwyczajnych. Nowe wyposażenie pozwala służbom lepiej przygotować się na skutki ekstremalnych zjawisk pogodowych.

Wymiana doświadczeń i szkolenia

W ramach projektu zorganizowano szereg spotkań, pokazów i zawodów strażackich w Krásnie nad Kysucou, Milówce i Rajczy. Uczestnicy mogli wymieniać doświadczenia, doskonalić umiejętności ratownicze i prezentować swoją pracę szerokiej publiczności. Spotkania przyczyniły się do

budowania wzajemnego zaufania i wzmocnienia współpracy między społecznościami po obu stronach granicy.

Projekt uwzględniał również działania edukacyjne skierowane do dzieci. W szkołach podstawowych przeprowadzono zajęcia poświęcone bezpieczeństwu w sytuacjach kryzysowych, podstawom udzielania pierwszej pomocy oraz zapobieganiu zagrożeniom. Dzieci otrzymały także materiały edukacyjne, które w przystępny sposób przypominały zasady bezpieczeństwa.

Podsumowanie w Čadcy

25 listopada 2025 roku w Čadcy odbyła się

konferencja podsumowująca projekt. Przedstawiono na niej rezultaty współpracy, omówiono dotychczasowe działania oraz wskazano możliwości dalszego rozwoju wspólnych inicjatyw w zakresie zarządzania kryzysowego i ochrony mieszkańców regionu.

Projekt pokazał, że transgraniczna współpraca służb ratowniczych zwiększa bezpieczeństwo regionu. Dzięki modernizacji sprzętu, wspólnym systemom alarmowania, ćwiczeniom oraz edukacji najmłodszych, region staje się bardziej odporny na skutki ekstremalnych zjawisk pogodowych i innych zagrożeń.

Źródło oraz foto: Gmina Rajcza



KORYTA MIĘSNE® NA KAŻDĄ OKAZJĘ

Bogaty zestaw 14 rodzajów wybornych i grillowanych, pieczonych i smażonych mięs w jednym korycie oraz 4 gratisowe dodatki.

serwujemy 3,5 porcji mięsa
na 1 osobę + dodatki

tel. **694 914 012**
www.KorytaMiesne.pl

BISTRO BLARD



GORĄCY DOWÓZ
do 60km
TEMPERATURA MIĘS
PO DOSTARCZENIU
min 65st C

RZETELNA Firma

- zamów przez internet
i zyskaj **30%** rabatu!



MILÓWKA

Święto Pań w Nieleddwi

W dniu 18 marca br. w Szkole Podstawowa im. Jana Brzechwy w Nieleddwi odbyła się wyjątkowa uroczystość z okazji Dnia Kobiet. Szkoła wypełniła się kolorowymi dekoracjami i radosną atmosferą, a wydarzenie zgromadziło uczniów, nauczycieli oraz lokalną społeczność.

Występy przygotowane przez uczniów dostarczyły licznych emocji i wzruszeń, a starannie przygotowane dekoracje podkreślały wyjątkowość święta. Szczególną uwagę zwrócił humorystyczny mini spektakl zaprezentowany przez Panie z Koła Gospodyń Wiejskich w Nieleddwi, który nie tylko rozbawił publiczność, lecz także ukazał dystans do siebie, poczucie humoru i energię, jaką można czerpać z aktywności społecznej w każdym wieku.

W wydarzeniu wzięli udział również przedstawiciele Etnoschola, którzy wyrazili swoje uznanie dla organizatorów oraz atmosfery całego spotkania.

Święto kobiet w Polsce ma długą i ciekawą

tradycję – jego początki sięgają roku 1910, kiedy to Międzynarodowy Kongres Kobiet w Kopenhadze zaproponował ustanowienie specjalnego dnia dla upamiętnienia osiągnięć kobiet oraz walki o ich prawa. W Polsce Dzień Kobiet po raz pierwszy obchodzono w okresie międzywojennym, zyskując na popularności w latach powojennych jako okazja do wyrażenia szacunku i uznania dla pań w życiu rodzinnym, społecznym i zawodowym.

Obecnie Dzień Kobiet w Polsce to przede wszystkim czas celebracji i serdecznych gestów – kwiatów, drobnych upominków i słów wdzięczności, które mają pokazać, że każda kobieta jest ważna i doceniana. Tradycja tego święta łączy w sobie elementy historyczne i współczesne, przypominając o postępach w równouprawnieniu, ale również o codziennej roli kobiet w kształtowaniu życia społecznego i rodzinnego. To dzień, który nie tylko cieszy, ale też inspirowanie do refleksji nad znaczeniem szacunku, wsparcia i równości w każdej sferze życia.

Źródło oraz foto: Gmina Miłówka



Wesołych Świąt!

Z okazji Świąt Wielkanocnych życzymy naszym Czytelnikom, Partnerom, Współpracownikom i Klientom dużo spokoju, dobrych chwil oraz wiosennej energii.

Niech ten świąteczny czas będzie momentem oddechu od codziennego pośpiechu, a nadchodzące dni przyniosą nowe pomysły, inspiracje i motywację do realizacji planów.

Dziękujemy, że jesteście z nami – życzymy radosnych, pogodnych i pełnych nadziei Świąt Wielkanocnych.

głos²⁴ Redakcja

Czy wiedzieliście że...

W malowniczej wsi Złatna w Beskidzie Żywieckim znajduje się urokliwy kościół pw. Matki Bożej Częstochowskiej, który powstał w 1938 roku dzięki inicjatywie mieszkańców i lokalnych fundatorów. Drewniana świątynia w typowym dla regionu stylu góralskim zachwyca detalami architektury – od starannie wykonanych ścian ze świerkowego drewna po tradycyjne zdobienia wnętrza.

Kapliczka stoi w centrum wsi, otoczona trzema starymi lipami,

tworzącymi naturalną „bramkę” do tego wyjątkowego miejsca. Co ciekawe, w przeszłości odwiedzili ją kardynał Karol Wojtyła, późniejszy papież Jan Paweł II oraz kardynał Franciszek Macharski, co nadaje temu miejscu szczególne znaczenie dla lokalnej społeczności.

Dziś kościół jest nie tylko miejscem kultu, ale również atrakcją turystyczną, ukazującą piękno beskidzkiej architektury sakralnej i historię mieszkańców Złatnej.

Foto: Domena publiczna
(Autor: Pudelek)



ogłoś się

608 877 002