

ŁUDZIE SPORTU Z GMINY KRASZEWICE UHONOROWANI II Gala Sportu Gminy Kraszewice

Dokończenie ze str. 1.

Wyróżnienia

- Miłosz Pilarczyk - LKS Łużyczanka Kuźnica Grabowska.
- Szymon Maciejewski - LKS Łużyczanka Kuźnica Grabowska.
- Wiktoria Zmyślona - LKS Łużyczanka Kuźnica Grabowska.
- Dominika Szuleta - KS Play Basket Kraszewice.
- Martyna Jastrzębska - KS Play Basket Kraszewice.
- Bartosz Piądko - LZS Masovia Kraszewice.
- Mariusz Wabnik - LZS Masovia Kraszewice.
- Patryk Krawczyk - LZS Masovia Kraszewice.

- Sport to wspaniała droga przez życie i sposób na życie.

Kto raz połąknał tego bakcyła, już się od niego nie uwolni - podkreślali obecni na uroczystości goście.

A my dodajmy, że sport wyzwala pozytywne emocje, hartuje ducha i ciało, daje radość i poczucie tożsamości - z klubem, drużyną, gminą, powiatem, narodem...

Ten rok, choć nadal pandemicz-



ny, niesie ze sobą wiele sportowych wydarzeń, jak choćby zbliżające się Mistrzostwa Europy w Piłce Nożnej czy nieco później w siatkówce, ale najważniejsze z nich to igrzyska olimpijskie w Tokio (początek 23 lipca). Oby duch sportu i walki fair

przyświecał temu wydarzeniu i nie został niczym zakłócony.

Ludziom sportu z gminy Kraszewice serdecznie gratulujemy otrzymanych wyróżnień.

(js)

EUROS
KONSTRUKCJE STALOWE

EUROS Sp. z o.o.
Rojów, ul. Hetmańska 12
63-500 Ostrzeszów
TEL: 62 730 25 04
e-mail: kadry@euros-konstrukcje.pl

Producent konstrukcji stalowych poszukuje kandydatów.

| Stanowisko: | Wynagrodzenie Brutto: |
|--|-----------------------|
| Ślusarz | od 5600 zł |
| Spawacz | od 6000 zł |
| Operator suwnic | od 5000 zł |
| Operator piły taśmowej | od 5300 zł |
| Monter rusztowań (na terenie kraju) | od 6000 zł |
| Monter konstrukcji stalowej | od 6000 zł |
| Kierowca kat. C+E | od 6300 zł |
| Tokarz/frezer | od 5600 zł |
| Pomocnik malarza | od 4900 zł |
| Operator maszyny CNC | od 5900 zł |

Na poszczególnych stanowiskach wskazane:

- doświadczenie,
- umiejętności czytania rysunku technicznego

Oferujemy:

- przyuczenia do ww. stanowisk pracy,
- zatrudnienie w ramach umowy o pracę,
- atrakcyjne wynagrodzenie adekwatne do posiadanych kwalifikacji,
- zdobywanie nowych i ciekawych doświadczeń zawodowych,
- możliwość rozwoju kariery zawodowej w dynamicznie rozwijającej się firmie.

ŚWIATOWY DZIEŃ BEZ TYTONIU

Co warto wiedzieć, jeśli trudno nam „rzucić”?

Światowy Dzień bez Tytoniu obchodzony **31 MAJA** zwraca uwagę na powszechność nałogu palenia i związane z paleniem tytoniu negatywne skutki zdrowotne. Czy i jak palaczom może pomóc rozwój technologiczny?

Przyjrzyjmy się alternatywom dla palaczy. Niedawno prof. Frank Baeyens z Katolickiego Uniwersytetu w Leuven (Belgia) poinformował, że prowadzone na jego macierzystym uniwersytecie badania dowodzą, iż 40 proc. Belgów, którzy podjęli zakończoną sukcesem próbę rzucenia palenia, używało podczas tego procesu e-papierosów. Ponadto, określili je jako znacznie mniej szkodliwe od zwykłych. W swoich wypowiedziach posługiwał się zresztą doświadczeniami brytyjskimi. Do podobnych wniosków doszli bowiem autorzy najnowszego, siódmego już raportu Public Health England (PHE), brytyjskiej instytucji zdrowia publicznego. W raporcie jest mowa o tym, że e-papierosy są nawet bardziej skutecznym narzędziem wspomagającym porzucenie palenia, niż nikotynowa terapia zastępcza. Niedawno media brytyjskie donosiły też o eksperymencie, w ramach którego już tej jesieni palacze, którzy trafiają na szpitalne oddziały ratunkowe w Wielkiej Brytanii, otrzymają bezpłatnie e-papierosy. W ramach próby, palący pacjenci, bez względu na to z jakiego powodu trafili na SOR, dostaną urządzenie oraz odpowiednią ilość płynu do e-papierosów, która powinna im wystarczyć na tydzień. Udział w eksperymencie wezmą szpitale w Norfolk, Londynie, Leicester i Edynburgu.

JAKIE ALTERNATYWY

Przez wiele lat palacze szukający alternatyw mieli do wyboru jedynie metody farmakologiczne, ale w ostatnich latach

zyskiwali coraz więcej możliwości wyboru produktów, które potencjalnie mogą redukować szkodliwy wpływ nałogu na zdrowie. A tymczasem na rynku istnieje kilka kategorii, wśród nich wspomniane e-papierosy (tzw. vapour products), produkty do podgrzewania tytoniu, a także relatywnie nowy w Polsce tytoń do żucia w saszetkach. Zaskakuje mała wiedza na temat dostępnych możliwości i brak znajomości badań, które za nimi stoją, chociaż podgrzewacze tytoniu są dostępne na polskim rynku od ok. czterech lat, a papierosy elektroniczne od kilkunastu. Na co warto zwrócić uwagę? Rynek e-papierosów jest duży, są dostępne ich różne rodzaje. Ważne, by sięgać po te regularnie poddawane testom i badaniom. Użytkownik może używać systemu otwartego lub zamkniętego, jak np. Vuse ePen, gdzie tylko wymienia kartridż z liquidem. – Moim zdaniem powinniśmy doprowadzić do takiej sytuacji, by konsument nie mógł w produkcji nic zmienić, by sięgał po ten finalny, którego recepturę i ostateczny skład wcześniej zbadano. Jeśli decydujemy się na systemy otwarte, to tylko przy użyciu gotowych liquidów w butelkach – zaleca dr Michał Kozłowski z eSmoking Institute.



Warto zapamiętać, że produkty tradycyjne, jak papierosy i tytoń, są najbardziej szkodliwe dla użytkowników nikotyny z uwagi na wydzielane podczas procesu spalania substancje smolisty. Każda alternatywa to potencjalnie ograniczenie ryzyka zdrowotnego, o czym warto przypominać choćby właśnie w związku ze Światowym Dniem bez Tytoniu. Ale najlepiej jest, jak wiadomo – po prostu nie palić.