



INFORMATOR

DLA RAD OSIEDLI

22 LIPCA 2025

UROCZYSTOŚCI Z OKAZJI ROCZNICY WYBUCHU POWSTANIA WARSZAWSKIEGO

Prezydent Tarnowa Jakub Kwaśny, przewodnicząca Rady Miejskiej w Tarnowie Małgorzata Mękal oraz Światowy Związek Żołnierzy Armii Krajowej Koło Tarnów, zapraszają w piątek, 1 sierpnia, na uroczystości 81. rocznicy Akcji „Burza” Armii Krajowej i wybuchu Powstania Warszawskiego.



81. ROCZNICA AKCJI „BURZA”
ARMII KRAJOWEJ
I WYBUCHU
POWSTANIA WARSZAWSKIEGO

Rozpoczną się one o godz. 17, mszą świętą odprawioną w kościele XX Filipinów w intencji ojczyzny oraz poległych i zmarłych żołnierzy Armii Krajowej. Po jej zakończeniu rozpocznie się uroczystość rocznicowa przed Grobem Nieznanego Żołnierza.

Około godziny 18.45, w Ogrodzie Sensorycznym w Parku Strzeleckim rozpocznie się natomiast „Powstanie pokoleń”, czyli wspólne wielopokoleniowe śpiewanie piosenek z Powstania Warszawskiego.

WYBORY DO RAD OSIEDLI 2025

We wrześniu mieszkańcy wybiorą nowych przedstawicieli do każdej z szesnastu rad osiedli. Przez najbliższy miesiąc – do 7 sierpnia (czwartek) – można zgłaszać kandydatów na członków rad.

WYBORY DO RAD OSIEDLI 2025

GŁOSOWANIE ODBĘDZIE SIĘ **21 WRZEŚNIA**

Ostateczną listę kandydatów, po uprzedniej weryfikacji w zakresie spełnienia przez nich wymogów, poznamy najpóźniej 12 września. Wybory odbędą się **21 września**.

Kandydata można zgłosić za jego zgodą (może się też zgłosić osobiście) oraz pod warunkiem uzyskania poparcia co najmniej 20 mieszkańców z obszaru danej rady osiedla. Formularze przyjmowane będą w Kancelarii Rady Miejskiej w Urzędzie Miasta Tarnowa przy ul. Legionów 14 w pokoju 210 (II piętro):

- w poniedziałki od 7.30 do 16.30,
- od wtorku do piątku od 7.30 do 15.30.

Dokumenty niezbędne do zgłoszenia kandydatury oraz harmonogram wyborów można pobrać **pod internetowym adresem:** <https://tarnow.pl/Miasto/Samorzad/Rady-osiedli/Wybory-do-rad-osiedli-2025>.

Przypominamy, że Tarnów jest podzielony na 16 osiedli:

nr 1 „Starówka”, nr 2 „Strusina”, nr 3 „Piaskówka”, nr 4 „Grabówka”, nr 5 „Rzędzin”, nr 6 „Gumniska – Zabłocie”, nr 7 „Krakowska”, nr 8 „Mościce”, nr 9 „Chyszów”, nr 10 „Klikowa”, nr 11 „Krzyż”, nr 12 „Jasna”, nr 13 „Westerplatte”, nr 14 „Legionów H. Dąbrowskiego”, nr 15 „Koszyce”, nr 16 „Zielone”.

W razie pytań prosimy o kontakt – **14 6882 841 lub 14 6882 842 lub osobiście w Kancelarii Rady Miejskiej.**

WYMIANA GAZOMIERZY

Jak informuje Polska Spółka Gazownictwa, na terenie Tarnowa wymieniane będą gazomierze. Wymiana dotyczy odbiorców zakwalifikowanych do 3 grupy taryfowej.



Przedsięwzięcie ma związek z uruchomieniem projektu eGazomierz. W całej Polsce do wymiany jest ponad 1,38 mln gazomierzy. Obecnie odczyty gazomierzy we wspomnianej, trzeciej grupie taryfowej są realizowane w systemie inkasenckim – co wymaga fizycznej obecności pracownika u odbiorcy w celu odczytania wskazań licznika. Założeniem projektu jest niemal całkowite odejście od takiego modelu na rzecz zdalnych odczytów. „Wdrożenie inteligentnych gazomierzy nie tylko usprawni procesy, ale także przyczyni się do szybszego dostępu do danych pomiarowych w zakresie informacji wskazujących na ewentualne awarie bądź inne nieprawidłowości. Projekt ma również za zadanie poprawić satysfakcję klientów ze świadczonych przez PSG usług i zmniejszyć ilość reklamacji dotyczących poziomu zużycia gazu” – można przeczytać na stronie PSG.

Jak deklarują przedstawiciele spółki, tradycyjne, konwencjonalne gazomierze mechaniczne zostaną zastąpione inteligentnymi urządzeniami pomiarowymi, które będą wyposażone w funkcję zdalnej transmisji danych. Inteligentne eGazomierze będą również wyposażone w zaawansowaną technologię transmisji danych.

UWAGA! Wymiana nie wiąże się z żadnymi kosztami dla odbiorców!

NAPRAWA URZĄDZEŃ W OGRODZIE JORDANOWSKIM

Dwa urządzenia do zabaw dla dzieci w Ogrodzie Jordanowskim w Parku Strzeleckim zostały wyłączone z użytku. Jak informuje Referat Gospodarki Komunalnej, ma to związek z bezpieczeństwem najmłodszych.



W trakcie ostatniego przeglądu wyszły na jaw usterki, których nie można było naprawić od razu. Zostały zamówione części zamienne, w tej chwili miasto czeka na ich dostarczenie. Do czasu naprawy, urządzenia będą nieczynne. - Nowe płyty mają dotrzeć w czwartek, więc w piątek zostaną wymienione, aby dzieci mogły w pełni korzystać z Ogrodu Jordanowskiego już w weekend - informuje Referat Gospodarki Komunalnej.

Urządzenia są zabezpieczone taśmami, a rodzice bawiących się tam dzieci proszeni są o dopilnowanie, by z nich nie korzystały.

MALOWANIE DRÓG

Zakończyło się malowanie i odnawianie oznakowania poziomego na tarnowskich drogach. Wymalowano niemal 19 tys. metrów kwadratowych wspomnianego oznakowania.



Jak informują przedstawiciele Zarządu Dróg i Komunikacji, malowanie odbywało się głównie wieczorami i nocą – od godz. 17 do 6), by nie powodować utrudnień w godzinach szczytu komunikacyjnego.

W pierwszej kolejności odmalowano główne ciągi drogowe w mieście, zaczynając od alei Jana Pawła II i ulicy Nowodąbrowskiej. Następnie ekipa zajęła się ulicami w centrum, a później odnowiła oznakowania przejść dla pieszych, przejazdów dla rowerzystów oraz parkingów wraz z miejscami zastrzeżonymi dla osób niepełnosprawnych.

Przetarg na wykonanie tego zadania ogłoszono w pierwszej połowie roku. Wygrała go firma Niko, która prace rozpoczęła w maju.

ZAKOŃCZYŁA SIĘ REKRUTACJA DO SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH

Okolo 2300 uczniów rozpocznie w tym roku naukę w szkołach ponadpodstawowych w Tarnowie. Miasto utworzyło dla nich 81 oddziałów (początkowo miało ich być 74), w każdym jest nie więcej, niż 30 miejsc.



W liceach znalazły się 43 klasy, w technikach 30, a w szkołach branżowych I stopnia - 8. Największe placówki otworzą aż po 6 -7 oddziałów. Uruchomiono też trzy nowe kierunki kształcenia - technik weterynarii i hodowca koni (w ZSE-O) oraz technik robotyk (ZST). Najbardziej oblegane kierunki to te związane z biologią, chemią i językiem angielskim.

Dzisiaj (21 lipca) opublikowane zostały listy kandydatów przyjętych i nieprzyjętych. Do rekrutacji uzupełniającej pozostało 120 wolnych miejsc (zgłoszenia przyjmowane będą do 8 sierpnia w sposób tradycyjny w danej szkole).

WOLNE MIEJSCA W TARNOWSKICH ŻŁOBKACH

– Dysponujemy wolnymi miejscami w tarnowskich publicznych żłobkach – informuje Magdalena Sorokiewicz, dyrektorka Zespołu Żłobków w Tarnowie. Do której placówki rodzice mogą jeszcze zapisać swoje pociechy?



Obecnie dostępnych jest kilkadziesiąt miejsc. Zapisać dziecko można do Żłobka nr 1 przy ul. Topolowej, Żłobka nr 2 przy ul. Wiejskiej, Żłobka nr 4 przy ul. Westerplatte, Żłobka nr 5 przy ul. Do Prochowni i Żłobka nr 6 przy ul. Pracy. Na tę chwilę wolnymi miejscami nie dysponuje jedynie placówka przy ul. Goslara.

Pobyt w tarnowskim żłobku publicznym jest całkowicie darmowy dzięki programowi „Aktywnie w żłobku”. – Warto wspomnieć, że w naszych placówkach koszt wyżywienia pokrywa miasto, dlatego rodzice nie ponoszą żadnych opłat – podkreśla Magdalena Sorokiewicz. Posiłki są domowe, a każdy żłobek posiada własną kuchnię.

Dodajmy, że zapisy prowadzone są przez cały rok. Rodzic może podejść do placówki w dowolnym momencie i zapisać swoje dziecko. Należy jednak pamiętać, że nie zawsze jest wolne miejsce w ciągu roku „szkolnego”, który rozpoczyna się z początkiem września.

Szczegółowe informacje i dokumenty do pobrania (np. wnioski o przyjęcie dziecka do żłobka) dostępne są www.zlobki.tarnow.pl.

SZCZEPIENIA PRZECIWKO MENINGOKOKOM

W ramach realizacji zadania Bezpieczni bo zaszczepieni pn. Program polityki zdrowotnej dotyczący profilaktyki zakażeń meningokokowych w Małopolsce na lata 2020–2027 zaszczepimy dzieci w wieku do dwóch lat, w tym kończące w 2025 roku 2 lata, zamieszkałe w Tarnowie.



Szczepienia wykonywane są przy użyciu preparatu szczepionkowego przeciwko meningokokom grupy B, dopuszczonego do obrotu na terytorium Polski. Szczepienia każdorazowo poprzedzone są badaniem lekarskim. Kwalifikacja do szczepienia i podanie szczepionki są nieodpłatne dla pacjenta. Szczepione mogą być dzieci, które nie były nigdy objęte szczepieniami przeciwko meningokokom oraz dzieci, które rozpoczęły szczepienia (są w trakcie realizacji cyklu szczepień tą samą szczepionką), ale nie otrzymały wszystkich wymaganych dawek szczepionki.

Szczepienia wykonywane są przez niżej wymienione podmioty lecznicze, które zostały wybrane w trybie konkursu ofert:

- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Miejska Przychodnia Lekarska Nr 5 Spółka z o.o., ul. Długa 18, 33-100 Tarnów, nr tel. 14 688 08 50, 14 688 08 58 (od poniedziałku do piątku, od godz. 7:00 do 19:00) lub adres e-mail: rejestracja@przychodnia5.pl, administracja@przychodnia5.pl;
- Miejska Przychodnia Lekarska Nr IV Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Spółka z o.o., Osiedle Niepodległości 3A, 33-100 Tarnów, nr tel. 14 688 81 83 (w poniedziałki, środy i piątki od godz. 08:00 do 13:00 oraz we wtorki i czwartki od godz. 8:00 do 18:00);
- CenterMed Sp. z o.o., Pl. Sobieskiego 2, 33-100 Tarnów (punkt kwalifikacji lekarskiej oraz wykonywania szczepień: ul. Szkotnik 19, 33-100 Tarnów), nr tel. 14 628 38 20 (od poniedziałku do piątku od godz. 7:00 do 19:00);
- Mościckie Centrum Medyczne Spółka z o.o., ul. Kwiatkowskiego 15, 33-101 Tarnów, nr tel. 14 688 05 84 (w poniedziałki i wtorki od godz. 08:00 do 18:00 oraz w środy, czwartki i piątki od godz. 8:00 do 15:00);

Rodzice i opiekunowie dzieci zainteresowani szczepieniem dziecka mogą uzyskać stosowne informacje drogą telefoniczną lub osobiście, a także dokonać rejestracji bezpośrednio u wyżej wymienionych realizatorów Programu.

Realizacja Programu jest finansowana ze środków Gminy Miasta Tarnowa oraz Województwa Małopolskiego.

Na realizację Programu na terenie miasta Tarnowa w 2025 roku zaplanowano kwotę 55.823,00 zł z czego 35.000,00 zł będzie pochodziło z budżetu Miasta Tarnowa, a kwota 20.823,00 zł z budżetu Województwa Małopolskiego. Środki te pozwolą na podanie ok. 150 dawek szczepionki. Program będzie realizowany do wyczerpania szczepionek lub do 20 listopada 2025 r.

Program został zlecony do opracowania ze środków finansowych Województwa Małopolskiego. Autorem programu jest dr hab. n. med. Hanna Czajka, prof. UR.

Szczepienia realizowane przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego i Miasta Tarnowa.



DODATKOWE TERMINY NA MAMMOGRAFIĘ

Mościckie Centrum Medyczne uruchomiło dodatkowe terminy na mammografię. Badanie jest bezpłatne i skierowane do kobiet od 45. do 74. roku życia.



Terminy badań wyznaczono 22 i 24 lipca. Mogą z nich skorzystać panie, które w ciągu ostatnich 24 miesięcy nie miały wykonanej mammografii w ramach programu profilaktycznego.

„Poprzednie miejsca rozeszły się błyskawicznie, co świadczy o rosnącej świadomości na temat profilaktyki zdrowotnej. Nie przegapcie tej wyjątkowej okazji do wykonania ważnego badania!” – można przeczytać na stronie placówki.

Liczba miejsc jest ograniczona. Rejestracja odbywa się telefonicznie (do godz. 17:30): 14 688 05 63, 882 663 380.

Więcej informacji o programie można znaleźć, stronie internetowej mcm.net.pl, lub klikając [TUTAJ](#).

SZYBKIE TERMINY DO PULMONOLOGA W MCM

Mościckie Centrum Medyczne uruchomiło nowe, szybkie terminy na odbywające się w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia pierwszorazowe wizyty w Poradni Pulmonologicznej.



Dostępne są one już na lipiec i sierpień, a na osoby potrzebujące konsultacji w zakresie zdrowia układu oddechowego czekają doświadczeni lekarze: Krystyna Rybołowicz-Kułaga oraz Hubert Wnęk.

Zapisy przyjmowane są pod numerami telefonów: 14 688 05 50 oraz 14 688 05 51.

MIEJSCE OBOK ŁÓŻKA

Zespół Oddziału Opieki Długoterminowej w Mościckim Centrum Medycznym uruchamia kampanię, która zaczyna się od pustego krzesła. Chodzi o to, aby rzadziej stało puste. By więcej pacjentów miało z kim porozmawiać, opowiedzieć o pracy, dzieciach, wakacjach, pierwszym telewizorze czy o tym jak żyło się przed chorobą.



Kampania ma też drugi wymiar: wspieranie tarnowian, mierzących się z codzienną opieką nad starszymi i leżącymi bliskimi. Oddział chce być nie tylko miejscem leczenia, ale też realnego wsparcia dla tych, którzy opiekują się takimi osobami w domach. To działanie społeczne, które ma łączyć pokolenia, a nie tylko leczyć objawy.

Oddział Opieki Długoterminowej tworzą Zakład Opiekuńczo-Leczniczy i Hospicjum Stacjonarne. Za codzienną jego pracą stoją wysiłki zespołu, liczącego ponad 70 osób. To ludzie wykwalifikowani, doświadczeni i stale się doszkalający. Szesnaście pielęgniarek ukończyło kursy z zakresu opieki paliatywnej, a 18 opiekunów medycznych towarzyszy pacjentom w pielęgnacji i codziennych czynnościach. Siedmiu fizjoterapeutów pracuje z osobami leżącymi, przywracając im część samodzielności lub po prostu poprawiając komfort życia. Wszystko pod okiem lekarza specjalisty w zakresie opieki paliatywnej, obecnego przez pięć dni w tygodniu, znacznie więcej niż obowiązkowe minimum. Pracują tu także lekarze ze specjalizacją z zakresu: neurologii, psychiatrii, interny, onkologii i medycyny rodzinnej. Ważną rolę odgrywa sprzęt: elektrycznie regulowane łóżka z materacami przeciwodleżynowymi, podnośniki kąpielowe, ssaki, koncentratory tlenu. Na oddziale stosowane są nowoczesne metody leczenia ran – np. rzadko spotykane biologiczne opatrunki z larw. Dwie pielęgniarki specjalizujące się w leczeniu ran zdobywają doświadczenie, pracując w poradni MCM.

Życie w Oddziale toczy się w przestronnych, jasnych pomieszczeniach dziennych, które sprzyjają rozmowie i spotkaniom. Dwie terapeutki zajęciowe prowadzą ćwiczenia manualne, muzykoterapię, zajęcia aktywizujące zmysły i pamięć. Odbywają się tu koncerty, jasełka, spotkania z młodzieżą, obchody Dnia Seniora. Gdy pozwala pogoda, pacjenci wychodzą na zewnątrz, by złapać światło i oddech. Niebawem w mediach społecznościowych Mościckiego Centrum Medycznego pojawią się też krótkie filmy i materiały edukacyjne. Można się będzie z nich dowiedzieć, jak właściwie opiekować się seniorem w domu. Przygotowują je specjaliści, którzy od lat pracują z osobami niesamodzielnymi.

TRWA NABÓR DO NAGRODY „AMICUS HOMINUM” 2025

Trwa nabór zgłoszeń do jubileuszowej XX edycji Nagrody „Amicus Hominum”, przyznawanej przez Samorząd Województwa Małopolskiego. To wyróżnienie trafia do osób, które bez rozgłosu codziennie zmieniają świat na lepsze.



Celem nagrody jest docenienie aktywności i bezinteresownego zaangażowania osób prywatnych w działania na rzecz drugiego człowieka. Wyróżniane są postawy nacechowane empatią, odpowiedzialnością społeczną i chęcią niesienia wsparcia.

Nagroda „Amicus Hominum” 2025 zostanie przyznana w trzech kategoriach: Amicus Hominum – Społecznik, Filantrop (za całokształt działalności społecznej, w szczególności na rzecz osób i grup dotkniętych wykluczeniem lub nierównościami społecznymi), Amicus Hominum – Ambasador Zdrowia (dla osób promujących zdrowy styl życia oraz działania na rzecz poprawy dostępności do profilaktyki i opieki zdrowotnej) i Amicus Hominum – Animator Społeczny (dla osób mobilizujących społeczność lokalną do działania, budujących trwałe relacje społeczne i dbających o wspólne dobro).

Kandydatów mogą zgłaszać osoby prawne, fizyczne, organizacje pozarządowe, kościoły i związki wyznaniowe, instytucje oraz organy i jednostki administracji publicznej. Termin nadsyłania zgłoszeń upływa 25 lipca 2025 r.

Szczegółowe informacje, regulamin, formularz zgłoszeniowy oraz klauzula informacyjna dostępne są [tutaj](#) oraz w Zespole Wspierania Inicjatyw Obywatelskich Kancelarii Zarządu UMWM (tel. 12 61 60 522 lub 12 61 60 121, e-mail: ngo@umwm.malopolska.pl).

OSTATNI KONCERT

„STARÓWKA JAZZ FESTIVAL”

W piątek, 25 lipca, w Amfiteatrze Letnim przy ul. Kopernika 2 odbędzie się trzeci, ostatni podczas tegorocznych wakacji koncert w ramach „Starówka Jazz Festival”. Rozpocznie się on o godz. 19.30, a poprzedzi go tradycyjna parada nowoorleańska, która ruszy z tarnowskiego rynku o godz. 18.30.



RB DIXIE FIVE SOUTH SILESIA BRASS BAND

Finał tegorocznego Starówka Jazz Festival przyniesie eksplozję energii i nowoorleańskiego ducha. Na scenie wystąpią RB Dixie Five oraz South Silesian Brass Band.

Ten pierwszy zespół, inspirowany muzyką Louisa Armstronga i klasycznymi orkiestrami ulicznymi, zagra w składzie typowym dla nowoorleańskich parad: Roman Bartnicki – suzafon, Janusz Witko – klarnet, saksofon, Robert Szczerba – puzon, Mark Shepherd – trąbka, Wiktor Zydroń – banjo. Koncert w ich wykonaniu to żywa lekcja historii jazzu – radosna, dynamiczna, pełna rytmu.

South Silesian Brass Band zachwyca publiczność nie tylko w Polsce, ale i w Europie, już od ponad pół wieku (zespół powstał w 1974 roku). Jego koncerty to stylowe widowisko, łączące swing, tradycję i doskonały kontakt z publicznością. Prawdziwa klasyka w nowoczesnym wydaniu. Liderem SSBB jest trębacz i wokalista Adam Abrahamczyk. W aktualnym składzie występują także: Jerzy „Kali” Wenglarzy, Daniel Bober, Piotr Rożankowski, Sebastian Wieczorek, Adam Dzierżęga, Marian Siwicki oraz Elżbieta Skrzymowska.

Bilety w cenie 15 złotych dostępne są on-line na stronie www.tck.pl. W dniu koncertu będzie je można również kupić – od godz. 18 – w kasie Amfiteatru.

Organizatorami „Starówka Jazz Festival” są: Tarnowskie Towarzystwo Jazzu Tradycyjnego „Leliwa” oraz Rada Osiedla nr 1 Starówka, a współorganizatorem Tarnowskie Centrum Kultury (na wniosek RO Starówka). Festiwal finansowany jest z budżetu miasta Tarnowa.

X BIEG I MARSZ NORDIC WALKING TRZEŹWOŚCI

W niedzielę 17 sierpnia 2025 r. w Parku Biegowym Marcinka w Tarnowie odbędzie się jubileuszowa edycja Biegu i Marszu Nordic Walking Trzeźwości. Wydarzenie po raz dziesiąty połączy promocję zdrowego stylu życia z profilaktyką uzależnień i wspieraniem postaw abstynenckich.



X BIEG I MARSZ NORDIC WALKING TRZEŹWOŚCI – TARNÓW 2025

17 sierpnia 2025 r. (niedziela)
Start: 10:00

Park Biegowy Marcinka
w Tarnowie

Zapisz się już dziś!

Celem wydarzenia jest nie tylko poprawa kondycji fizycznej uczestników, ale również budowanie świadomości społecznej w zakresie szkodliwości używek oraz wzmacnianie wspólnoty opartej na pozytywnych wartościach. Bieg i marsz mają charakter otwarty i integracyjny – udział może wziąć każda osoba (nawet z niepełnosprawnością), niezależnie od wieku czy stopnia zaawansowania sportowego. Uczestnictwo jest nieodpłatne.

Rejestracja uczestników odbywa się za pośrednictwem formularza zgłoszeniowego dostępnego online: [formularz zgłoszeniowy](#). Zapisy trwają do 11 sierpnia 2025 r.

Wydarzenie organizowane jest przez Radę Osiedla Nr 6 Gumniska-Zabłocie w Tarnowie oraz Centrum Usług Społecznych w Tarnowie.

X BIEG KOSZYCKO-KOLBIAŃSKI "DAR ŻYCIA"

W sobotę, 16 sierpnia, odbędzie się kolejna, jubileuszowa X edycja biegu pn. „Dar Życia”. Upamiętnić ma męczeńską śmierć św. Maksymiliana Marii Kolbego oraz zachęcić mieszkańców do poprawy kondycji fizycznej i zdrowotnej. Organizatorem biegu jest Rada Osiedla „Koszyce” w Tarnowie. Trwają zapisy.



- W tym roku planujemy przyjąć 20 biegaczy więcej niż dotychczas – każdy znajdzie dla siebie miejsce – piszą organizatorzy. Do akcji można dołączyć niezależnie od wieku czy kondycji.

Bieg "Dar Życia" będzie prowadzony na trzech dystansach: 42 km, 10 km oraz 6 km. Trasa główna będzie przebiegała ulicami: Bajana, Dobrzańskiego, Koszycką, Tarnowską, drogą technologiczną, Szklarniową, Liściastą, Północną, Stromą i Krakowską. Potem uczestnicy przebiegną do Zgłobic, Łukanowic i Wojnicza. W Tarnowie powrócą tą samą trasą. Krótsza trasa także rozpocznie się od ulicy Bajana, ale będzie przebiegać dalej ulicą Koszycką, Tarnowską, drogą technologiczną, Szklarniową, Liściastą, Północną, Pasieki, Ścieżki, Stromą, Północną, Liściastą, technologiczną, Szklarniową, Tarnowską, Koszycką i do mety. Ścieżka dla młodszych oraz dla osób, które wejdą na trasę z kijkami do Nordic Walking, przebiegnie ulicami: Bajana po Koszycką do Tarnowskiej. Stamtąd droga prowadzić będzie do wiaduktu, potem Szklarniową, drogą technologiczną, Liściastą i następnie powrót.

Każdy, kto chce spróbować swoich sił, może się rejestrować [tutaj](#). W czasie biegu mogą wystąpić krótkotrwałe wstrzymania ruchu.

WPADNIJ NA DARMOWE ZAJĘCIA ZE SZTUK WALKI

Szkoła Sztuk Walki Vo Thuat Thanh Quyen oraz BWA w Tarnowie zapraszają na bezpłatne zajęcia Tai Chi na świeżym powietrzu. Spotkania odbywają się w lipcowe poniedziałki i środy w godzinach 18-19 na skwerze obok budynku BWA.



Dzisiejszy trening to kolejna okazja, by w otoczeniu zieleni zadbać o ciało i wyciszyć umysł. Wystarczy wygodny strój i chęć, by spędzić aktywnie godzinę w spokojnym rytmie Tai Chi.

Zajęcia będą kontynuowane do 28 lipca, a następna szansa na wspólny trening pojawi się także pod koniec wakacji – w ostatnim tygodniu sierpnia, również w poniedziałek i środę o tej samej porze.

Udział jest bezpłatny i nie wymaga zapisów.

JAK BEZPIECZNIE PŁACIĆ W SIECI?

Bezpłatne spotkanie online dla seniorów poświęcone bezpieczeństwu płatności w internecie odbędzie się 17 września. Uczestnicy dowiedzą się, jak chronić się przed oszustwami i co zrobić w razie zagrożenia.



Minister do spraw
Polityki Senioralnej

UKNF

URZĄD
KOMISJI
NADZORU
FINANSOWEGO



Webinarium CEDUR dla seniorów i ich opiekunów

Bezpieczne płatności w Internecie dla seniorów – III termin

17 września 2025 roku, 10:00-12:30

Podczas spotkania internetowego zostaną omówione najnowsze metody oszukiwania w sieci oraz sposoby ochrony przed nimi. W programie przewidziano praktyczne wskazówki dotyczące bezpiecznego korzystania z internetu.

Wyjaśnione zostanie, na jakich danych najbardziej zależy cyberprzestępcom, jak rozpoznać fałszywą stronę internetową i gdzie zgłaszać tego typu zagrożenia. Poruszone zostaną również kwestie dotyczące odpowiedniego reagowania w sytuacji, gdy dojdzie do oszustwa.

Uczestnicy będą mieli możliwość zadania pytań ekspertom.

Webinarium odbędzie się 17 września o godz. 10. Aby wziąć udział w spotkaniu, należy wypełnić formularz zgłoszeniowy dostępny pod adresem: https://www.knf.gov.pl/dla_ryнку/edukacja_cedur/seminaria?articleId=93603&p_id=18

Organizatorem wydarzenia jest Urząd Komisji Nadzoru Finansowego, we współpracy z Ministrem do spraw Polityki Senioralnej oraz Komendą Główną Policji.

CZYTANIE NA DYWANIE

Miejska Biblioteka Publiczna w Tarnowie zaprasza najmłodszych na „Czytanie na dywanie”, czyli warsztaty języka angielskiego z Early Stage dla dzieci w wieku 4-9 lat.

**Czytanie
na dywanie**

Zapraszamy wszystkie dzieci wraz z rodzicami
na czytanie książeczek po angielsku!

19.08

- Filia nr 2
Osiedle Zielone 3a
- Filia nr 17
Osiedle Westerplatte 8a
- Dział dla Dzieci i Młodzieży
ul. Staszica 6

Spotkanie jest darmowe. Liczba miejsc
ograniczona.

#b MIEJSKA BIBLIOTEKA PUBLICZNA
IM. JUBIUSZA SŁOWACKIEGO
INSTYTUCJA KULTURY MIASTA TARNOWA

early stage

Organizatorzy zapraszają dzieci wraz z rodzicami na czytanie książeczek po angielsku. – Zapraszamy na niezwykłą przygodę w świecie angielskich opowieści, gdzie słowa ożywają, a angielski staje się pełnym radości odkrywaniem. Przyjdźcie, usiądźcie wygodnie i posłuchajcie!

We wtorek, 19 sierpnia zajęcia odbywać będą się w filii nr 2 na os. Zielonym 3a (początek o godz. 13, zapisy – tel. 14 670 82 51, e-mail: filia2@biblioteka.tarnow.pl), w filii nr 17 przy ul. Westerplatte 8a (początek o godz. 15, zapisy – tel. 14 696 51 02, e-mail: filia17@biblioteka.tarnow.pl) oraz w Dziale dla Dzieci i Młodzieży przy ul. Staszica 6 (początek o godz. 16.30, zapisy – tel. 14 688 80 23 w.21, e-mail: wolek@biblioteka.tarnow.pl).

Dzień później, w środę, 20 sierpnia, Miejska Biblioteka Publiczna zaprasza natomiast do swoich filii numer 1 przy ul. Gumniskiej 28 (początek o godz. 13, zapisy – tel. 14 688 80 29, e-mail: filia1@biblioteka.tarnow.pl) oraz numer 13 przy ul. Starodąbrowskiej 4 (początek o godz. 16, zapisy – tel. 14 688 90 56, e-mail: filia13@biblioteka.tarnow.pl).

Spotkania są darmowe. Liczba miejsc jest ograniczona.

ZBLIŻA SIĘ TARG REGIONALNY

W najbliższą niedzielę, 27 lipca warto wybrać się na ul. Giełdową 15. Tam o godz. 9 startuje Targ Regionalny, gdzie będzie można zakupić smakowite wyroby od lokalnych producentów.



Targ Regionalny

27 lipca 2025



OD ROLNIKA

- ✓ Świeże owoce i warzywa
- ✓ Sery, Nabiał, Wędliny
- ✓ Miody, Soki, Oleje
- ✓ Pieczywo, Ciasta

Do wyboru będą świeże owoce i warzywa, przetwory, soki, sery rzemieślnicze, wędliny, miody, nabiał, pieczywo, ciasta, dania gotowe, a także wyjątkowe rośliny i naturalne kosmetyki.

Zakupy będzie można zrobić do godziny 13.

RAPORT KOMUNIKATÓW

PRZERWY W DOSTAWACH CIEPŁEJ WODY

Miejskie Przedsiębiorstwo Energetyki Ciepłej S.A. w Tarnowie informuje, że w związku z koniecznością modernizacji sieci i węzłów cieplnych nastąpią planowane przerwy w dostawach centralnej ciepłej wody.

Przerwy spowodowane są koniecznością wykonania prac, które zapewnią wysokie standardy bezpieczeństwa dostaw ciepła do mieszkańców w sezonie grzewczym i dotyczyć będą budynków:

- od 21 lipca od godz. 7 do 22 lipca do godz. 19
ul. Promienna 16 (węzeł I i II)

- od 21 lipca od godz. 7 do 25 lipca do godz. 21
ul. Spokojna 55A

- od 23 lipca od godz. 7 do 24 lipca do godz. 19
ul. Do Prochowni 24

- od 28 lipca od godz. 7 do 29 lipca do godz. 19
ul. Bitwy pod Studziankami 8 (węzeł I i II)

- od 29 lipca od godz. 7 do 31 lipca do godz. 21
ul. Garbarska 11, 15A, 31B
ul. Jasna 2,
ul. Lwowska 52
os. Niepodległości 1, 2, 3, 3A, 4, 5, 6, 7, 8
ul. Skowronków 6, 6A
ul. Spadzista 4, 6, 7, 8

- od 30 lipca od godz. 7 do 31 lipca do godz. 19
ul. Bitwy pod Studziankami 10 (węzeł I)

RAPORT KOMUNIKATÓW

PRZYPOMINAMY – ZMIANA W ORGANIZACJI RUCHU NA ULICACH BATOREGO I SOWIŃSKIEGO

W środę 16 lipca 2025 r. zostanie wprowadzona zmiana organizacji ruchu na ulicach Batorego i Sowińskiego.

Na ul. Batorego – na odcinku od ul. Nowy Świat do Chopina – zostanie wprowadzony ruch jednokierunkowy w kierunku ul. Chopina. Po północnej stronie jednokierunkowego odcinka ulicy Batorego zostaną wyznaczone miejsca postojowe. Po południowej stronie tej ulicy (w ramach uspokojenia ruchu), w kierunku przeciwnym do ruchu pojazdów, dopuszczony zostanie ruch rowerowy. Będzie tam wyznaczony kontraruch, który umożliwi miłośnikom jednośladów bezpieczne poruszanie się tą ulicą.

Ul. Sowińskiego – na całej długości, od Mościckiego, aż do skrzyżowania z ulicami Chopina i Batorego – zostanie objęta ruchem jednokierunkowym. Chodzi o uporządkowanie i poprawę czytelności układu drogowego.




Celem wprowadzenia zmian jest stworzenie przyjaznej, bezpiecznej i funkcjonalnej przestrzeni z poszanowaniem dla wszystkich użytkowników dróg publicznych: kierowców, rowerzystów i pieszych, a także zwiększenie liczby miejsc postojowych.

Poprawa jakości przestrzeni publicznej w ścisłym centrum miasta wymaga uporządkowania ruchu drogowego, poprzez segregację ruchu samochodowego i rowerowego, to zaś przełoży się na poprawę komfortu i bezpieczeństwa.

Prosimy o zwracanie uwagi na nowe oznakowanie i stosowanie się do zmienionej organizacji ruchu. Natomiast kierowcom dojeżdżającym do centrum od ulicy Klikowskiej, sugerujemy przejazd ulicą Nowy Świat – już od jej skrzyżowania z al. Solidarności.

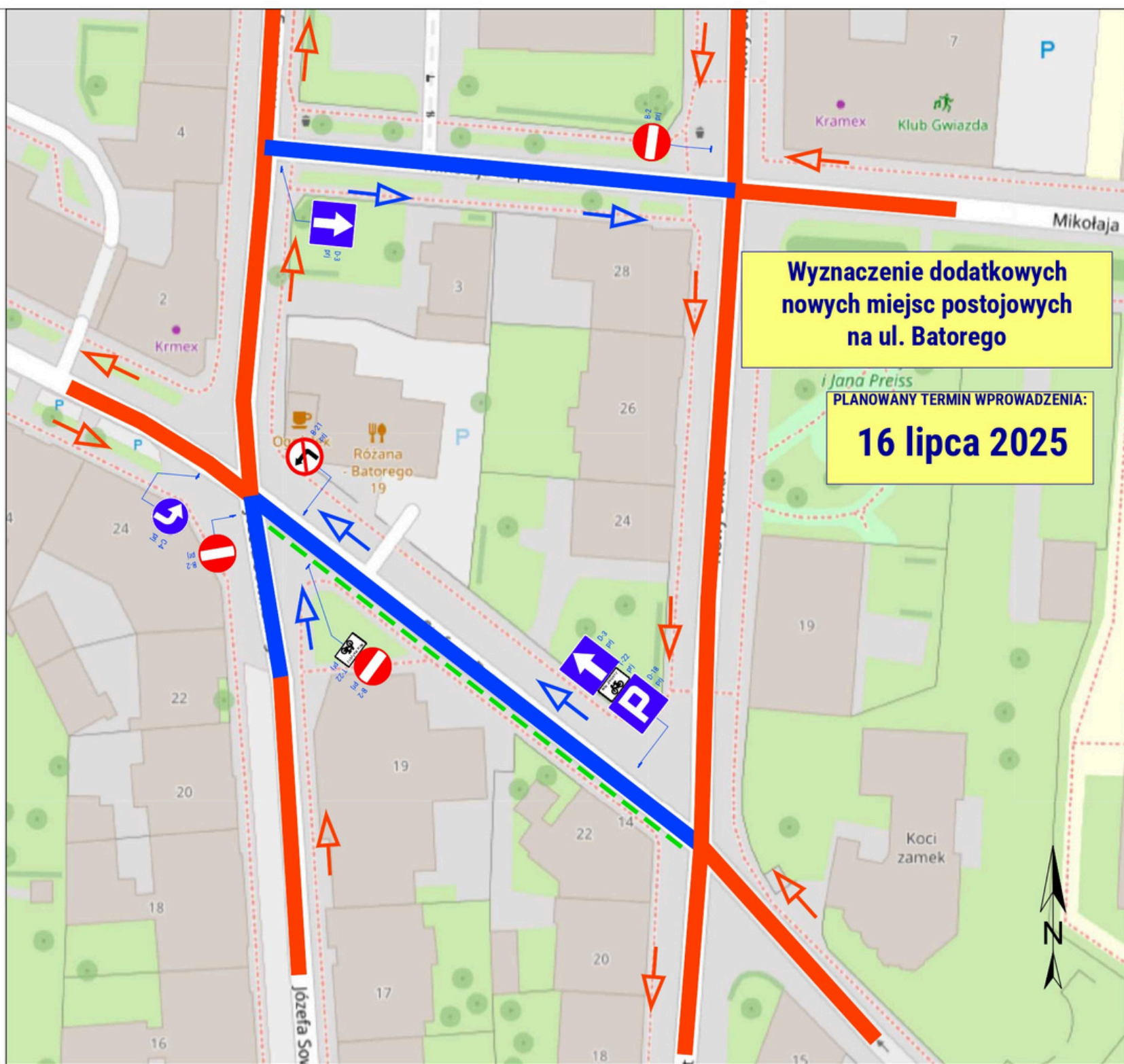
Na kolejnej stronie znajduje się schemat organizacji ruchu.

LEGENDA:

-  Odcinki ulic bez zmian kierunków
-  Odcinki ulicy objęty zmianą kierunków
-  Kontraruch rowerowy

OPIS ZMIAN:

1. Wprowadzenie jednego kierunku ruchu na ulicy Batorego na odcinku od ulicy Nowy Świat do ulicy Rogoyskiego,
2. Wyznaczenie nowych miejsc postojowych po północnej stronie ulicy, na odcinku objętym zmianą organizacji ruchu,
3. Dopuszczenie ruchu rowerowego "pod prąd" poprzez wykonanie kontraruchu rowerowego,
4. Uporządkowanie ruchu na ulicy Sowińskiego poprzez wprowadzenie jednego kierunku ruchu na całym jej odcinku,
5. Dojazd do ulicy Krakowskiej od strony północnej sugerowany ulicą Nowy Świat poprzez skrzyżowanie z ulicą Szujskiego,
6. Odwrócenie kierunku ruchu na ulicy Kopernika na odcinku od ulicy Rogoyskiego do ulicy Nowy Świat,



RAPORT KOMUNIKATÓW

ROBOTY BUDOWLANE – AL. SOLIDARNOŚCI

W ramach realizacji zadania pn. „Budowa dróg i ścieżek rowerowych oraz rozwój zrównoważonej mobilności wewnątrz aglomeracyjnej” w lipcu 2025 r. został przekazany teren i plac w zakresie wykonania ciągu pieszo-rowerowego przy Al. Solidarności na odcinku od ul. Piłsudskiego do ul. Nowy Świat.

Planowany czas realizacji prac: 4 miesiące.

ZMIANA ORGANIZACJI RUCHU NA SKRZYŻOWANIU ULIC ŚW. ANNY I TARGOWEJ

Od 22 lipca na skrzyżowaniu ulic św. Anny i Targowej będzie obowiązywała nowa organizacja ruchu. Zostanie zniesiona zasada pierwszeństwa dla pojazdów nadjeżdżających z prawej strony. Nowe zasady mają poprawić bezpieczeństwo uczestników ruchu i wyeliminować nieporozumienia.

W ramach zmian pierwszeństwo przejazdu zostanie nadane pojazdom poruszającym się ulicą Targową. Na wlocie z ul. św. Anny zostanie ustawiony znak STOP (B-20), zaś na jezdni pojawi się linia bezwzględnego zatrzymania (P-12).

Kierujący, wyjeżdżający z ul. św. Anny, będą zobowiązani do całkowitego zatrzymania pojazdu przed linią P-12 oraz ustąpienia pierwszeństwa wszystkim pojazdom poruszającym się ul. Targową.

Prosimy kierowców o zachowanie szczególnej ostrożności i zwracanie uwagi na nowe oznakowanie pionowe i poziome.



WYBORY DO RAD OSIEDLI 2025

GŁOSOWANIE ODBĘDZIE SIĘ **21 WRZEŚNIA**

Zgłoś swoją kandydaturę do 7 sierpnia

ul. Legionów 14, Tarnów

tel. 14 68 82 842 / 841



Letnia półkolonia

„POSZUKIWACZE EMOCJI - WAKACYJNA EKSPEDYCJA PO ŚWIECIE UCZUĆ”

dla mieszkańców Tarnowa w wieku szkolnym
(klasy I -VIII Szkoły Podstawowej)

W programie m.in.:
warsztaty: z psychologiem, artystyczne,
teatralne, antystresowe, integracyjne,
zajęcia sportowe.

TERMINY TURNUSÓW:

I - 04.08.2025 - 08.08.2025

II - 18.08.2025 - 22.08.2025

III - 25.08.2025 - 29.08.2025

Poniedziałek - piątek, 8:00-16:00
Hotel TARNOVIA

Zapisy u Koordynatorów Indywidualnych Planów Usług
Społecznych w Centrum Usług Społecznych,
ul. E. Goldhammera 3, pok. 102

Więcej informacji pod nr tel.: 14 688 21 30, 14 688 21 31



MINI kursy

drogowego bezpieczeństwa

lipiec - sierpień 2025

Park Strzelecki

różne ścieżki, jeden cel - poprawa bezpieczeństwa na drodze

- mobilne miasteczko ruchu drogowego
 - gra terenowa
 - magiczne tuby
 - znakowanie rowerów
- harmonogram na stronie:
strazmiejska.tarnow.pl

Projekt realizowany ze środków Fundacji Inter Cars oraz organizatora
Wielkiej Wyprawy Maluchów dla Dzieci w ramach Programu Grantowego Drogowskaz



**PROGRAM GRANTOWY
DROGOWSKAZ**



Ambasador Tarnowa Maestro *Krystian Tkaczewski* i jego goście

IX Międzynarodowy Festiwal i Kurs Mistrzowski
pod Honorowym Patronatem Prezydenta Tarnowa

Tarnów 27 lipca–9 sierpnia 2025 r.

Sala Koncertowa Zespołu Szkół Muzycznych w Tarnowie
ul. Lippóczy'ego 4, wstęp wolny

27 lipca, godz. 18:00

Koncert inauguracyjny Krystian Tkaczewski oraz zaproszeni Goście:
Tian Lian (Chiny), Ayla Moreno (USA/Japonia), Hanwen Shi, Chiny

31 lipca, godz. 18:00

Koncert uczestników festiwalu
z USA, Chin i Japonii

1 sierpnia, godz. 18:00

Koncert uczestników festiwalu z USA, Chin, Ukrainy, Japonii

2 sierpnia, godz. 18:00

Koncert uczestników festiwalu z Japonii, USA, Chin i Ukrainy
z towarzyszeniem **Tarnowskiej Orkiestry Kameralnej, dyr. Masahi Katayama (Japonia)**

3 sierpnia, godz. 18:00

Koncert uczestników festiwalu z Japonii, USA, Chin
z towarzyszeniem **Tarnowskiej Orkiestry Kameralnej, dyr. Masahi Katayama**

9 sierpnia, godz. 18:00

Koncert uczestników festiwalu oraz zaproszonych Gości z Polski, USA i Chin

W festiwalu wezmą udział pianiści:

Wykładowcy:

Krystian Tkaczewski (Polska/USA), Yun Zhao (Chiny), Tanya Schwartzman (USA), Masahi Katayama (Japonia), Maria Murawska (Polska)

Uczetnicy festiwalu:

Tian Lian (Chiny), Ayla Moreno (Japonia/USA), Hanwen Shi (Chiny), Wang JunBo (Chiny), Sophia Popescu (USA), Agnus Cai (USA), Tang Yanni (Chiny) Hou Yue (China), Ihor Petrytsa (Ukraina), Amelia Ożóg (Polska), Zhizhao Zhu (Chiny), Matthew Popescu (USA), Olivia Yu (USA), Brooke Zhang (USA), Noriko Kubo (Japonia), Edward Yang (USA), Yihong Lin (USA), Ian Song (USA), Michelle Gan (USA), Ethelyn Liu (USA), Shangguan Yun (Chiny), Duoduo Nie (Chiny), Antoni Przykłota (Polska), Urszula Świerczyńska (Polska)

Na wszystkie koncerty wstęp wolny.

www.maestrotarnow.com



PROJEKT WSPÓŁFINANSOWANY
Z BUDŻETU MIASTA TARNÓWA



Biuro Wystaw Artystycznych w Tarnowie na wniosek
Rady Osiedla nr 3 „Piaskówka” zaprasza na

PIASKÓWKA
RADA OSIEDLA NR 3

Niedziele w Parku Piaskówka!

WSTĘP WOLNY



MORSKIE WYPRAWY
WIOSKA INDIAN
PARK DINOZAUROW

13 lipca 15:00-18:00

3 sierpnia 15:00-18:00

31 sierpnia 15:00-18:00

zabawy dla dzieci • nagrody • konkursy rodzinne

Do zobaczenia przy stawie w Parku Piaskówka.



PROJEKT FINANSOWANY
Z BUDŻETU MIASTA TARNOWA

ZAPRASZAJĄ:

PIASKÓWKA
RADA OSIEDLA NR 3



WSPÓŁPRACA:



TARNOWSKIE LATO FLETOWE 2025

29.06.2025 17:00

KONCERT INAUGURACYJNY

Sala Lustrzana ul. Wałowa 10

Kwartet fletowy Filharmonii im. K. Szymanowskiego w Krakowie

Magdalena Di Blasi - flet

Maria Gromińska - flet

Natalia Jarząbek - flet

Aleksander Olszewski - flet

02.07.2025 19:00

KONCERT UCZESTNIKÓW

TARNOWSKIEGO LATA FLETOWEGO

Sala Koncertowa Zespołu Szkół Muzycznych

ul. Lippóczy'ego 4

Uczestnicy Tarnowskiego Lata Fletowego

Ireneusz Boczek - fortepian

Chór Fletowy

Viviana Guzmán - dyrygent

Soliści:

Urszula Janik-Lipińska - flet

Ewa Murawska - flet

Łukasz Zimnik - flet

03.07.2025 19:00

RECITAL MISTRZOWSKI

Sala Koncertowa Zespołu Szkół Muzycznych

ul. Lippóczy'ego 4

Matvey Demin - flet

Mario Notaristefano - flet

Tomasz Sierant - flet

Dominika Peszko - fortepian

04.07.2025 19:00

KONCERT NA ZAKOŃCZENIE

TARNOWSKIEGO LATA FLETOWEGO

Sala Koncertowa Zespołu Szkół Muzycznych

ul. Lippóczy'ego 4

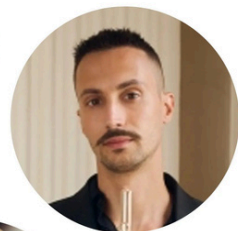
Ian Clarke - flet

Viviana Guzmán - flet

Natalia Jarząbek - flet

Uczestnicy Tarnowskiego Lata Fletowego

Dominika Peszko - fortepian



**WSTĘP
WOLNY**

Prowadzący - Michał Wójcik

WWW.TARNOWSKIELATOFLETOWE.PL



Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących z Funduszu Promocji Kultury.



organizatorzy:



współorganizator:



patronat medialny:



LETNIE TANECZNE WIECZORY NA RYNKU



13 LIPCA
PROWADZENIE ROBERT FRUZIŃSKI

27 LIPCA
PROWADZENIE MARIUSZ NIEDZIAŁKOWSKI

NIEDZIELA
GODZ 19:00

10 SIERPANIA
PROWADZENIE ROBERT FRUZIŃSKI

24 SIERPANIA
PROWADZENIE ROBERT FRUZIŃSKI

WSTĘP WOLNY



TARNOWSKIE
CENTRUM
KULTURY
INSTYTUCJA KULTURY MIASTO TARNÓW

KULTURA.TARNÓW



PROJEKT WSPÓLFINANSOWANY
Z BUDŻETU MIASTA TARNÓWA

XVIII FESTIWAL muzyczne tarasy

LA DOLCE VITA



3 CIAO CIAO BAMBINA

LIPCA
GODZ. 20:00

SŁODKIE ŻYCIE Z WŁOSKĄ MUZYKĄ! „CIAO CIAO BAMBINA” Z UDZIAŁEM NICOLA PALLADINI PIOSENKARZA I AKTORA Z RZYMU! WIECZÓR PEŁEN EMOCJI, ZACHWYCAJĄCYCH MELODII I WSPOMNIENI O MARINO MARINI, WŁOSKIM ARTYŚCIE, KTÓRY ZACHWYCAŁ PUBLICZNOŚĆ.



10 ESTATE ITALIANA

LIPCA
GODZ. 20:00

WŁOSKIE LATO PEŁNE SERCA I ENERGII W WYDANIU DAVE NILAYA – WOKALISTY I KOMPOZYTORA MUZYKI POCHODZĄCEGO Z WENECJI. PRZEBOJE ZNANE ZE SŁYNNEGO FESTIWALU W SAN REMO ORAZ WSPÓŁCZEŚNIE SKOMPONOWANE PIOSENKI, PRZY KTÓRYCH CHĘTNIE BAWIĄ SIĘ WSZYSTKIE POKOLENIA SŁUCHACZY.



17 O SOLE MIO!

LIPCA
GODZ. 20:00

LETNI WIECZÓR, WŁOSKA MUZYKA I NIEZWYKŁE GŁOSY ŚPIEWAKÓW KLASYCZNYCH! TRZECH ZNAKOMITYCH TENORÓW - MIROŚLAW NIEWIADOMSKI, MARIUSZ RUTA I IGOR RADVANSKY. OPERY C. ROSSINIEGO, G. VERDIEGO CZY G. PUCCINIEGO, A TAKŻE UTWORY Z REPERTUARU ADRIANA CELENTANO CZY ANDREA BOCELLI.



24 FELICITA

LIPCA
GODZ. 20:00

„SEMPRE SEMPRE”, „CI SARA”, „FELICITA” I WIELE INNYCH PIOSENEK DUETU AL BANO & ROMINA POWER. NA SCENIE AN DREO & KARINA. NA SWOIM KONCIE MAJĄ 5 PŁYT, NAGRODY NA EUROPEJSKIM FESTIWALU KULTURY WŁOSKIEJ, KONCERTY Z ORKIESTRAMI SYMFONICZNYMI I PONAD TYSIĄC ZAGRANYCH KONCERTÓW.



CENTRUM SZTUKI MOŚCICE

BILETY I WIĘCEJ INFORMACJI: WWW.CSM.TARNOW.PL | TEL.: 14 633 46 04



INSTITUT KULTURY
MIASTOŚCICE



AUTO SPEKTRUM





NFZ



Zapraszamy na cykl edukacyjnych porad zdrowotnych

Z DZIENNIKA PROFILAKTYKA 2025

- ➔ 30.01.2025, godz. 12:30-14:30 - Składniki diety istotne w chorobach kardiologicznych.
- ➔ 13.02.2025, godz. 11:30-12:30 - Żywnie czy odżywianie?
- ➔ 27.02.2025, godz. 12:00-14:00 - Jak prawidłowo obniżyć masę ciała. Racjonalne metody redukcji.
- ➔ 27.03.2025, godz. 12:00-14:00 - Dieta i suplementacja w okresie wzrostu i rozwoju.
- ➔ 14.04.2025, godz. 11:00-13:00 - Wpływ mediów na kreowanie zwyczajów żywieniowych u dzieci i dorosłych.
- ➔ 29.05.2025, godz. 12:30-14:30 - Edukacja dla kobiet w okresie poprodukcyjnym, żywienie i suplementacja.
- ➔ 09.06.2025, godz. 11:00-13:00 - Dietoterapia w chorobach nowotworowych, podczas trwania terapii oraz po jej zakończeniu i w rekonwalescencji.
- ➔ 31.07.2025, godz. 12:30-14:30 - Podstawy diety przeciwzapalnej. Kiedy warto ją stosować?
- ➔ 28.08.2025, godz. 11:30-13:30 - Zdrowy sen. Odżywianie, aktywność fizyczna.
- ➔ 15.09.2025, godz. 11:00-13:00 - Jak nie dać się zimie. Dietetyczne wskazówki na wzmocnienie odporności zimą.
- ➔ 30.10.2025, godz. 11:30-13:30 - Odżywianie, aktywność fizyczna.
- ➔ 27.11.2025, godz. 11:30-13:30 - Zdrowy sen.
- ➔ 18.12.2025, godz. 12:30-14:30 - Żywnie i suplementacja w okresie ciąży i laktacji.

WYMAGANA WCZEŚNIEJSZA REJESTRACJA TEL. 14 688 05 50
Mościckie Centrum Medyczne ul. Kwiatkowskiego 15

Zapytaj w rejestracji o miejsce edukacji



PRZYDATNE KONTAKTY

☛ URZĄD MIASTA TARNOWA
14 6882-400, umt@umt.tarnow.pl

☛ WYDZIAŁ PLANOWANIA I REALIZACJI INWESTYCJI
14 6882-869, inwestycje@umt.tarnow.pl

☛ MIEJSKIE PRZEDSIĘBIORSTWO GOSPODARKI KOMUNALNEJ
14 6219-373, mpgk@mpgk.tarnow.pl

☛ ZARZĄD DRÓG I KOMUNIKACJI W TARNOWIE
14 6883-100, zdik@zdik.tarnow.pl

☛ STRAŻ MIEJSKA W TARNOWIE
14 6882-656, alarmowy 986, straz@umt.tarnow.pl