

Rozmowa: Jaruzelski podjudzał, by zrobili coś, aby Popiechuszko „przestał szczekać” **str. 2**



Jodek potasu jest lekiem, nie wolno go przyjmować na własną rękę – **str. 9**

STRONA
ZDROWIA

GŁOS

DZIENNIK POMORZA

POMORZA



Środa
26.10.2022

Nr 250 (4798)
Nakład: 8.630 egz.

www.gp24.pl
Cena 3,90 zł (w tym 8% VAT)

Słupsk. Proces o zabójstwo telewizorem. Adwokaci chcą innych sędziów **str. 3**

Plan Marshalla dla Ukrainy. Premier Morawiecki. Mieliśmy rację **str. 6**

Słupsk. Mieszkańcy pytają o sposób rekonstrukcji średniowiecznej baszty **str. 4**

Nr ISSN 0137-9526

Nr indeksu 348-570



43

9 770137 952039

26 PAŹDZIERNIKA ŚWIATOWY DZIEŃ DONACJI ORGANÓW I TRANSPLANTACJI. MAMY PRZODUJĄCE OŚRODKI

Bez operacji nie byłoby mnie tu

Bogna Skarul
Pomorze

Szczecin lub Gdańsk. Taki wybór mają pomorscy pacjenci, którzy potrzebują pomocy transplantologów. Sytuacja długo się nie zmieni, bo to elitarna, droga i niezwykle trudna dziedzina medycyny.

Było niemożliwe, żeby pandemia nie wywarła wpływu na transplantologię. Specjalistyczne szpitale stawały się centrami walki z SARS-CoV-2, zabiegi, na które pacjenci czekali, były przesuwane.

- Ale to nie znaczy, że ich w ogóle nie było - mówią lekarze i dodają, że także w tym covidowym czasie byli tacy pacjenci, którzy nie mogli czekać.

Tak było między innymi z Renatą Łuczak, pacjentką oddziału transplantologii szpitala wojewódzkiego w Szczecinie, która pierwszy raz przeszczep wątroby miała ponad dziesięć lat temu, a w ubiegłym roku musiała się poddać kolejnemu zabiegowi.

- Nie byłoby mnie tu i nie rozmawiałabym z państwem, gdyby nie te przeszczepy - mówiła wyraźnie wzruszona na wczorajszej konferencji po-

święconej Światowemu Dniu Donacji i Transplantacji (26 października). Opowiadała, jak zachorowała na raka wątroby, który zaatakował też płuca.

- To był nowotwór złośliwy, a zabiegi były trudne i bolesne - przyznała. - Ale najgorszy nie był ten ból po operacji, a czekanie na nową wątrobę, czekanie na dawcę.

W szpitalu na oddziale transplantologii spędziła sporo czasu.

- Ale wszystkim pacjentom życzę takiego szczęśliwego zakończenia - podkreślała i mocno dziękowała lekarzom z oddziału.

- Nasz ośrodek jest na poziomie europejskim - mówiła z kolei profesor Marta Wawrzynowicz-Syczewska z Oddziału Chorób Zakaźnych, Hepatologii i Transplantacji Wątroby, gdzie lekarze zajmują się przede wszystkim nagłymi przypadkami.

To dobra informacja dla pacjentów, bo oznacza, że pomocy nie trzeba szukać daleko od domu, na drugim końcu Polski.

Polska transplantologia ma nieco ponad 56 lat. Wówczas udało się przeszczepić nerkę. Od zmarłej osoby w Warszawie. Dziś polscy transplantolodzy potrafią przeszczepiać wiele



- Najtrudniejsze było czekanie na wątrobę - mówiła Renata Łuczak

narządów. Oddział Chorób Zakaźnych, Hepatologii i Transplantacji Wątroby szpitala wojewódzkiego specjalizuje się w zabiegach po zatruciu muchomorem sromotnikowym.

- Ale z satysfakcją mogę powiedzieć, że z roku na rok świadomość Polaków na temat zatrucia grzybami wy-

rażnie wzrasta - mówiła prof. Wawrzynowicz-Syczewska i przyznała, że w tym sezonie grzybowym na oddział trafiła jedna pacjentka po spożyciu muchomora sromotnikowego.

- Bo wystarczy pół muchomora, aby doszło do niewydolności wątroby - dodał dr n. med. Zenon Czajkowski z Oddziału Anestezjologii, Intensyw-

nej Terapii i Zatruc. I od razu podkreślił, że w tego rodzaju zatruciach choroby mają bardzo krótki czas na znalezienie dawców. Ostatni taki przeszczep był kilka dni temu. Operacja się powiodła, teraz pacjentka przebywa na oddziale intensywnej terapii, a w transport wątroby dla niej zaangażowane było wojsko i straż graniczna, bo organ jechał z warmińsko-mazurskiego.

Dr hab. n. med. Jarosław Pieróg z Kliniki Chirurgii Klatki Piersiowej i Transplantacji mówił z kolei o zabiegach przeszczepiania płuc. Podkreślał, że w jego specjalizacji najtrudniejszym etapem jest znalezienie dawcy.

- Bo te płuca, dla pacjenta, muszą być bardzo dobre - tłumaczył i podkreślał, że statystycznie na dziesięciu dawców do przeszczepienia nadaje się jedno płuco.

Dlatego też nie da się obchodzić dnia transplantologii bez wspomnienia o donatorach, czyli tych, którzy godzą się, by ich narządy trafiły do potrzebujących. Doskonale wiedzą o tym ci, którym decyzja dawcy uratowała życie. Tak jak w przypadku pani Renaty.

©P

FOT. SEBASTIAN WOŁOŚZ

NATYCHMIASTOWY EFEKT

**WYBIELANIE
ROZJAŚNIANIE
SALUS
ZĘBÓW**

METODA FOTOAKTYWACJI - NAŚWIETLANIA

PORADNIA DENTYSTYCZNA SALUS, Słupsk, Mochnackiego 1, tel. 848 26 77, 609 019 665

Jutro w naszej gazecie Pod Paragrafem

● Jest białym mężczyzną, ma między 25 a 45 lat, jak staje się seryjnym zabójcą? W historii polskiej kryminalistyki jest kilka przypadków takich przestępców

Zamów
prenumeratę Głosu

☎ 94 340 11 14

prenumerata.gdp@polskapress.pl

prenumerata.gp24.pl

KALENDARIUM

26 PAŹDZIERNIKA
1927

Ze Szwajcarii, z Rapperswilu, wraz ze zbiorami tamtejszego Muzeum Narodowego Polskiego sprowadzona została do Polski urna z sercem Tadeusza Kościuszki, a także bezcenne polskie dzieła sztuki, książki, manuskrypty.

Z Dworca Głównego w Warszawie kasetą z urną zawierającą serce Kościuszki przewieziona została w asyście szwoleżerów na Zamek Królewski i umieszczona w kaplicy. Na początku września 1939 roku urna trafiła do skarbca katedry świętego Jana.

W 1984 roku wróciła do Kaplicy Zamku Królewskiego.

1939

Na mocy dekretu Adolfa Hitlera na obszarze państwa polskiego niewcielonym do III Rzeszy, ale zajętem przez wojska niemieckie utworzone zostało Generalne Gubernatorstwo. Na czele GG stanął Hans Frank. Była to jednostka administracji okupacyjnej całkowicie zależna od Niemiec i nieuznawana w prawie międzynarodowym. Generalne Gubernatorstwo zostało rozwiązane 18 stycznia 1945 r.

1945

Przewodniczący Krajowej Rady Narodowej powołał Polską Agencję Prasową. PAP kontynuuje tradycje Polskiej Agencji Telegraficznej, utworzonej po I wojnie światowej. Obecnie jest to jedyna państwowa agencja informacyjna w kraju.

1952

Odbyły się wybory do Sejmu, całkowicie sfałszowane przez komunistyczne władze. Wszystkie mandaty zdobył Front Narodowy, w którym większość miała Polska Zjednoczona Partia Robotnicza.

1971

Polska kupiła licencję na produkcję samochodu osobowego fiat 126. Pierwszy „maluch” został zmontowany z włoskich części na początku czerwca 1973 roku. Kosztował 69 tysięcy złotych. Średnie zarobki wynosiły wówczas w Polsce około 3500 złotych. Pojazd był produkowany w naszym kraju do września 2000 roku. Z linii produkcyjnych w Polsce zjechało ponad trzy miliony 300 tysięcy „maluchów”. Pierwszy - w kolorze czerwonym - trafił do Muzeum Przemysłu w Warszawie, z kolei ostatni (żółty) do muzeum Fiata w Turynie.

Jaruzelski podjudzał, by zrobili coś, aby Popiełuszko „przestał czekać”

Jaromir Kwiatkowski
Rozmowa

Ze Zbigniewem Branachem, autorem książki „Piętno księżobójcy” i „Zlecenie na Popiełuszkę”.

Czy ks. Jerzy Popiełuszko musiał zginąć?

Bardzo trudne pytanie, gdyż poruszamy się w obrębie hipotez. Równie dobrze mógł zginąć ks. Stanisław Małkowski. Na domniemanej liście księży, którzy powinni być bardziej prześladowani aż po fizyczną eliminację, ks. Małkowski figurował pod numerem 1. Funkcjonariusze IV Departamentu Ministerstwa Spraw Wewnętrznych urządzili, że najpierw trzeba jednak „załatwić Popiełuszkę”. Ks. Małkowski był - zdaniem służb - łatwiejszym celem, gdyż przemieszczał się bez ochrony, środkami komunikacji publicznej, i to głównie po Warszawie. Natomiast ks. Jerzy miał już wtedy „ochronę” - hutników z Huty Warszawa. Wszystkie kazania ks. Popiełuszki z mszy za Ojczyznę w kościele Stanisława Kostki na Żoliborzu były nagrywane przez SB i analizowane przez Urząd ds. Wyznań i IV Departament MSW. W mszach uczestniczyło coraz więcej ludzi, co budziło coraz większy niepokój władz.



Pogrzeb księdza Jerzego Popiełuszki stał się manifestacją przeciwko działaniom władz PRL

Rzecznik rządu Jerzy Urban nazywał te msze „sesjami politycznej wścieklizny”.

To była taktyka władzy, której przedstawicielem był Urban. Wmawiał ludziom, że w kazaniach ks. Jerzego nie ma Ewangelii, a przecież na tych mszach nie był. Za to przed każdą konferencją prasową jeździł do MSW, gdzie spotykał się z gen. Czesławem Kiszczaikiem lub jego podwładnymi i brał od nich wytyczne dotyczące również ks. Jerzego. Na podstawie materiałów z MSW pisał później wredne felietony, oskarżające ks. Popiełuszkę o sianie nienawiści. Tymczasem nienawiść wobec ks. Jerzego generowały posiedzenia

Biura Politycznego, gdzie gen. Jaruzelski podjudzał towarzyszy, by zrobili coś, aby Popiełuszko „przestał czekać”. Kiszczak przekazywał później te zalecenia podwładnym MSW w formie zadań do wykonania.

Za zamordowanie ks. Jerzego zostało skazanych trzech oficerów MSW plus ich bezpośredni przełożony. Co z odpowiedzialnością Jaruzelskiego i Kiszczaika?

W ich przypadku możemy mówić raczej o odpowiedzialności politycznej i - oczywiście - moralnej. Obaj tworzyli atmosferę sprzyjającą wyzwalaniu się najgorszych instynktów u ludzi, którzy byli na to

podatni. Atmosferę, która w końcu doprowadziła do zbrodni. Nie było natomiast rozkazu zabicia ks. Jerzego na piśmie. Piotrowski i spółka należeli do tajnej grupy „D”, w której nie prowadzono dokumentacji pisemnej.

W ostatnich latach m.in. za sprawą książki Wojciecha Sumlińskiego pojawiła się wersja wydarzeń, według której ks. Jerzy został przejęty od grupy Piotrowskiego przez inną grupę, więziony w bunkrze w Kazuniu, torturowany i nakłaniany do współpracy, a w końcu zamordowany tydzień później po dacie 19 października 1984 r., którą znamy.

To spekulacje. Są one często przedstawiane jako pewniki, choć na ich prawdziwość nie ma żadnych dowodów. Już na procesie zabójców ks. Jerzego wykazano, że ów buncier, w którym miał być przetrzymywany, nie miał drzwi. To jak można było go tam ukryć? Badania prowadzone przez biegłych wykazały, że ciało ks. Jerzego musiało leżeć w wodzie wiele dni. Poza tym, gdyby kapłan był przetrzymywany w bunkrze przez kilka dni, musiałby coś jeść. Tymczasem badania zawartości jego żołądka wykazały, że znalazło się tam to, co jadł podczas ostatniej kolacji na plebanii w Bydgoszczy. Nieprawdą jest także, że ks. Jerzemu wyrwano język. Oprawcy kneblowali mu usta po ciemku, poprawiali kilkakrotnie, zdenerwowani, i wbili mu język w krtań. Dlatego nie było go widać. ©



Branach: – Atmosfera sprzyjała planom zbrodni którą popełniono

NEKROPOLIE NASZEGO REGIONU. CMENTARZ CENTRALNY W SZCZECINIE - INNY NIŻ WSZYSTKIE

PRZED WSZYSTKIM PARK
Już w latach 30-tych zeszłego stulecia nazywany był „cmentarzem o szczególnym charakterze”.

Na pierwotnie niezadrzewionym terenie, pełnym pagórków i strumyków w lutym 1900 roku stworzono parkowe miejsce odpoczynku (wiecznego). Zasadzono setki roślin, zbudowano infrastrukturę. Od ponad 120 lat ten park jest miejscem spoczynku zmarłych i dostojnych spacerów żywych. A także miejscem upamiętnienia jak pomnik „Tym, którzy nie powrócili z morza.”



nasz REGION

REGION

Dwa promile alkoholu miał 35-letni kierowca nissana, który na drodze nr 6 pod Sycewicami zjechał na przeciwny pas ruchu i zderzył się z volkswagenem, którym kierowała 33-letnia kobieta. Szczęśliwie uczestnicy tego zdarzenia nie odnieśli obrażeń. Kierowca nissana odpowie za kierowanie autem po pijanemu, za co grozi kara do dwóch lat więzienia. Nie uniknie odpowiedzialności za spowodowanie kolizji. **OLO**



DYŻURNY GŁOSU

Alek Radomski,
tel. 510 026 884

Na Czytelników „Głosu Pomorza” czekamy w redakcji w Słupsku przy ul. H. Połoznego 19 oraz pod adresem poczty elektronicznej alarm@gp24.pl.

FOT. ARCHIWUM

KRÓTKO

SŁUPSK

„Oto fakty, o które jesteście oskarżeni. Jeśli nie odpowiesz, będziemy zobowiązani do zatrzymania i aresztowania ciebie” - e-maile z taką treścią otrzymują mieszkańcy Słupska. Policja ostrzega: takie listy elektroniczne mogą być niebezpieczne.

O wiadomościach od rzekomych policjantów zajmujących się cyberprzestępczością poinformowali „Głos” czytelnicy. Czytamy w nich: „Oto fakty, o które jesteście oskarżeni. Jeśli nie odpowiesz, będziemy zobowiązani do zatrzymania ciebie i nieodwołalnego aresztowania. Odpowiedz na ten bezpieczny i prywatny e-mail: (tu podany jest adres poczty elektronicznej - przyp. red.)” Pod treścią podpisany jest Adam Cieślak, rzekomy komendant Centralnego Biura Zwalczania Cyberprzestępczości.

Policja nigdy nie wysyła e-maili z informacjami o prowadzonych postępowaniach i nie przedstawia zarzutów za pośrednictwem poczty elektronicznej. Wszystkie tego typu wiadomości są prawdopodobnie próbą wyłudzenia przez oszustów danych lub pieniędzy. Po wejściu w linki, które zawierają takie wiadomości, możliwe jest zainstalowanie w telefonie aplikacji do zdalnego sterowania tym urządzeniem. Nigdy nie wchodzimy w załączone pliki i nie wpisujemy tam swoich danych osobowych. Nie logujemy się poprzez linki do naszej bankowości elektronicznej. Bądźmy ostrożni w szczególności jeżeli chodzi o nasze oszczędności - ostrzega mł. asp. Jakub Bagiński z policji. **MAG**

Proces o zabójstwo z telewizorem. Adwokaci chcą innych sędziów

Bogumiła Rzeczkowska
Słupsk

Przed sądem okręgowym rozpoczął się ponowny proces w sprawie zabójstwa w hotelu Słupsk. Nie doszło nawet do odczytania aktu oskarżenia. Adwokaci złożyli cztery wnioski o wyłączenie sędzi przewodniczącej, a nawet całego składu orzekającego.

Oskarżony, 45-letni obecnie Piotr Ogrodniczek (wyraził pisemną zgodę na publikację wizerunku i nazwiska) od prawie czterech lat jest aresztowany. Tragiczne wydarzenia w hotelu Słupsk rozegrały się 23 listopada 2018 roku. Według prokuratury oskarżony w czasie imprezy alkoholowej najpierw pobił 45-letniego Jacka B., a później przywiązał telewizor kineskopowy kablem do jego szyi i wypchnął go przez okno z trzeciego piętra. Jacek B. zmarł następnego dnia w szpitalu. Tłem zabójstwa miała być rywalizacja o kobietę - Annę T., która w chwili zdarzenia towarzyszyła Jackowi B.

Oskarżony po zabójstwie miał grozić pobiciem Annie T., by zmusić ją do złożenia korzystnych dla niego zeznań. Kolejne zarzuty dla niego to kradzież samochodu znajomego oraz prowadzenie auta po pijanemu w dniu zabójstwa Jacka B.

Ogrodniczek w śledztwie i podczas pierwszego procesu



Piotr Ogrodniczek (w środku, wyraził zgodę na publikację wizerunku i nazwiska) nie przyznaje się do zabójstwa Jacka B.

przyznał się tylko do jazdy po pijanemu. Od początku twierdzi, że spał, a gdy się obudził, Jacek B. leżał na chodniku przed hotelem.

Pierwszy proces toczył się za zamkniętymi drzwiami. O obrońca Bartosz Fieducik domagał się jawności rozprawy. Twierdził, że na etapie śledztwa doszło do szeregu naruszeń, przede wszystkim do wymuszenia po wielogodzinnym przesłuchaniu przez policję zeznań Annie T., która najpierw zatrzymana została jako podejrzewana, a później nadal prze-trzymywana była jako świadek,

a nawet pokrzywdzona. Kobieta obciążała oskarżonego, ale później wycofała zeznania.

W czerwcu 2021 r. zapadł wyrok skazujący. Ogrodniczek został skazany na dziesięć lat więzienia. Dwaj ławnicy wyrazili zdania odrębne do wyroku. Za skazaniem było więc dwoje sędziów i jeden ławnik.

Na etapie rozprawy odwoławczej odbyło się badanie wariografem oskarżonego. Wynik był dla niego korzystny. W kwietniu br. sąd apelacyjny prawomocnie skazał Ogrodniczka, ale tylko za kradzież samochodu i jazdę po pijanemu.

Natomiast uchylił wyrok za zabójstwo. Akta wróciły do Słupska.

W poniedziałek miał rozpocząć się drugi proces w nowym składzie sędziów. Jednak adwokat Bartosz Fieducik złożył wniosek o wyłączenie ze składu orzekającego jego przewodniczącej Aleksandry Szumińskiej. Dlatego, że wcześniej sędzia cofnęła adwokatowi pełnomocnictwo do obrony z urzędu. Nowym obrońcą Ogrodniczka została Barbara Krupa-Włodarczyk. Fieducik pojawił się w sądzie jako obrońca z wyboru.

Miejsce Szumińskiej zajęła sędzia Agnieszka Niklas-Bibik. W tym składzie sąd nie uwzględnił wniosku obrońcy o wyłączenie Szumińskiej. Co więcej, to Fieducik musiał opuścić salę, ponieważ - według za-leceń sądu apelacyjnego - ma zostać świadkiem w sprawie. Chodzi o rozmowę z Anną T., którą przeprowadził podczas pierwszego procesu na korytarzu sądu.

Po wyjściu Fieducika swoje wnioski przedstawił Bartłomiej Tutak, pełnomocnik Annie T. Również ten adwokat chciał wyłączenia przewodniczącej z orzekania. Jego zdaniem Szumińska, wydając jedno z postanowień, oceniła zeznania Annie T., mimo że proces jeszcze się nie rozpoczął. Drugi wniosek Tutaka dotyczył wyłączenia całego obecnego składu, który uznał Fieducika za osobę nieuprawnioną do składania wniosków.

Ale to nie koniec. Krupa-Włodarczyk, aktualnie broniąca oskarżonego, także złożyła wniosek o wyłączenie Szumińskiej.

Rozpatrzeniem wniosków o wyłączenie sędzi i całego składu zajmie się sąd (w innym składzie) podczas następnej rozprawy. Może jednak dojść do sytuacji, że w słupskim sądzie zabraknie sędziów, bo zdecydowana większość karnistów już wykonywała w tej sprawie czynności. ©P

REKLAMA

Słupska Spółdzielnia Mieszkaniowa „Czyn”
76-200 Słupsk, ul. Leszczyńskiego 7, tel. 59 307 02 90

ogłasza przetarg nieograniczony ofertowy na:
Remont elewacji ściana południowa z remontem płyt balkonowych
budynku przy ul. Królowej Jadwigi 1 w Słupsku

Oferty należy złożyć w terminie do dnia 18 listopada 2022 r. do godz. 9⁰⁰.

Oferty winny odpowiadać warunkom specyfikacji, które można pobrać ze strony internetowej www.czyn.słupsk.pl.

Spółdzielnia zastrzega sobie prawo unieważnienia przetargu na każdym jego etapie bez podania przyczyn i bez prawa do zgłaszania przez Oferentów roszczeń z tego tytułu.

AUTOPROMOCJA

**GŁOS
POMORZA**

Czwartek z dreszczykiem

gp24.pl

REKLAMA

Prezydent Miasta Słupska
Informuję, że

na tablicach ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Słupsku, Plac Zwycięstwa 3 (II piętro, 213-224), został wywieszony wykaz nieruchomości stanowiących własność Skarbu Państwa, przeznaczonych do:

- * oddania w użyczenie:
 - działka nr 19/5 w obr. 17 przy ul. Mierosławskiego,
- * oddania w dzierżawę w trybie bezprzetargowym:
 - część działki nr 68/39 w obr. 17 o pow. 76 m² przy ul. Bohaterów Westerplatte,
 - część działki nr 68/39 w obr. 17 o pow. 86 m² przy ul. Bohaterów Westerplatte,
 - część działki nr 68/39 w obr. 17 o pow. 626 m² przy ul. Bohaterów Westerplatte,
 - część działki nr 68/39 w obr. 17 o pow. 455 m² przy ul. Bohaterów Westerplatte.

REKLAMA

USŁUGI POGRZEBOWE w Słupsku

HERMES
HERMES, ul. Obrońców Wybrzeża 1 (całodobowo), tel. 59 842 84 95, 604 434 441. Winda i baldachim przy grobie.

HADES
HADES, ul. Kopernika 15, całodobowo, tel. 59 842 98 91, 601 663 796. Winda i baldachim przy grobie.

KALLA
KALLA, ul. Armii Krajowej 15, tel. 59 842 81 96, 601 928 600 - całodobowo. Pełna oferta pogrzebowa.

ZIELEŃ
ZIELEŃ SŁUPSK Zakład Pogrzebowy, ul. Kaszubska 3A, tel. 502 525 005 - całodobowo. Pełna oferta pogrzebowa.

Historyczna odbudowa, czujni mieszkańcy i pouczenie

Grzegorz Hilarecki
Słupsk

Fragment murów obronnych jest już rozebrany. Wbrew obawom niektórych ten zabytek nie został zniszczony w trakcie prowadzonych robót, czyli rekonstrukcji średniowiecznej baszty w sąsiedztwie Miejskiej Biblioteki Publicznej.

Jeden z mieszkańców z ul. Grodzkiej zaalarmował „Głos”, że robotnicy mający rozebrać fragment pozostałości średniowiecznych murów obok biblioteki, używają do tego koparki i w ten sposób niszczą cegły, z których mury są zbudowane. Paweł Krzemień, urzędnik słupskiego ratusza odpowiedzialny za rewitalizację miasta odpowiada, że robotnicy nie powinni tego robić, choć nie chodzi o cegły, a bardziej o podbudowę. Zostali pouczeni, jak mają prowadzić roboty.

Zanim rozpoczęta została rekonstrukcja baszty i jej otoczenia, prowadzone były tam badania archeologiczne. Okazało się, że ten fragment średniowiecznego muru jest w większości wykonany z... cegły sprzed kilkudziesięciu lat. A w środku, pomiędzy cegłami, jest gruz, worki po cementcie i śmieci. Tak w czasach komunistycznych dokonana została renowacja tego odcinka murów.

- Najwyżej 30 procent, no może trochę więcej, tej cegły, to oryginalna średniowieczna. Reszta przyjechała w latach 60. ubiegłego wieku z Bytowa. Te cegły się do tego nie nadawały, bo są kruche i mało wytrzymałe - wyjaśniał niedawno Jarosław Borecki, dyrektor Zarządu Infrastruktury Miejskiej w Słupsku.

- To było wtedy zaskoczenie. Więcej zabytkowych ele-



Robotnicy ułatwili sobie pracę koparką, jednak nie niszczą niczego wartościowego

mentów miały murki w pobliżu nowej kładki przez Słupię. Ale mur, który ma być częścią ścian nośnej rekonstruowanej baszty, do tej funkcji się nie nadaje. Trzeba go wzmocnić - przyznaje Paweł Krzemień.

Stąd nie było innego wyjścia, jak odbudować mur od podstaw i takie decyzje zapadły już dawno temu. Mur odbudowany będzie z nowej cegły, ale o wymiarach i wyglądzie takim samym, jaki ma cegła z XIV wieku, którą wykorzystali średniowieczni budowniczowie.

Przy rozbiórce odzyskana została część cegieł, które były wyjmowane i czyszczone. Dopiero gdy pozostał fragment niemający nic wspólnego z historią, robotnicy ułatwili sobie pracę koparką.

- Nic jednak wartościowego nie zniszczyli - zapewniają urzędnicy.

Odbudowana w tym miejscu baszta ma mieć trzy kon-

dygnacje i stożkowy dach kryty dachówką ceramiczną, a jej elewacja zostanie odtworzona z cegły o wymiarach historycznej. Plany są takie, że parter obiektu zagospodarowany zostanie przez pasjonatów historii. W pomieszczeniach prowadzone będą m.in. zajęcia rzemiosła historycznego. Pierwsze piętro to z kolei miejsce dla placówki wsparcia dziennego oraz przestrzeń dla streetworkerów pracujących w obszarze rewitalizacji. Na poddaszu prowadzona będzie działalność skierowana do osób starszych.

Ta inwestycja od początku spotykała zaskakujące pro-

Koszt wzniesienia na nowo baszty wraz z sąsiednim budynkiem i murami obliczy został na niecałe sześć milionów złotych

blemy. M.in. odbyło się kilka przetargów i jej realizacja ma opóźnienie. W planach było, że do końca roku budynek będzie w stanie zamkniętym. Dzisiaj widać, że się to nie uda. Wszystko ma być gotowe po wakacjach w przyszłym roku.

Przypomnijmy, że odbudowa realizowana jest w ramach projektu „Łamiemy bariery, łączymy pokolenia - rewitalizacja Obszaru Podgrodzia, Starego Miasta i Śródmieścia Miasta Słupska”. Koszt wzniesienia baszty wraz z sąsiednim budynkiem i murami obliczony został na niecałe sześć milionów złotych. Nowe „zabytki” mają uzupełnić istniejące historyczne i architektoniczne zagospodarowanie terenu w sąsiedztwie dawnego kościoła klasztoru Siostr Norbertanek pw. św. Mikołaja, czyli dzisiejszej siedziby Miejskiej Biblioteki Publicznej. ©©

Pierwsze cięcie blach w Gdańsku dla pierwszego polskiego promu

Bogna Skarul
Gdańsk

Ruszyła produkcja pierwszego z trzech promów ropax, o numerze budowy 101, dla spółki Polskie Promy. Powstaje w Gdańskiej Stoczni „Remontowa”.

Prom ten będzie eksploatowany przez spółkę Unity Line, należącą do Polskiej Żeglugi Morskiej. Ma być gotowy w 2025 r.

- Rozpoczynamy ważną fazę procesu produkcyjnego pierwszego z promów dla polskich armatorów - mówi Maciej Furmański, prezes spółki Polskie Promy. - Jest to strategiczne przedsięwzięcie, mające na celu obronę i utrzymanie pozycji rynkowej krajowych firm promowych.

Nowe jednostki całkowicie i od podstaw zaprojektowane zostały na potrzeby serwisu w obszarze Morza Bałtyckiego. Inwestycja posiada silne zaplecze właścicielskie i operatorskie, w które wchodzi Skarb Państwa, Grupa Kapitałowa PŻM P.P., Grupa Kapitałowa PŻB S.A.

- Budowa nowych promów pozwoli m.in. na zatrudnienie bezpośrednio przy budowie 800-1200 osób - dodaje prezes. - Już w niedalekiej przyszłości jednostka ta będzie pływała pod szyldem spółki Unity Line.

- Cieszymy się, że polski armator będzie posiadał statki zbudowane w polskiej stoczni. Prosimy więc stoczniovców, aby tabliczkę znamionową z nazwą wytwórcy umieścić w jakimś widocznym miejscu, bo będziemy z niej bardzo dumni - mówi Andrzej Wróblewski, dyrektor naczelny PŻM.

Trzy promy powstaną w ramach kontraktu podpisanego w listopadzie 2021 r. Będą to jedne z najnowocześniejszych tego typu jednostek na Bałtyku, napędzane czterema silnikami na skroplony gaz ziemny (LNG) ze wspomaganiem bateryjnym w układzie hybrydowym. Zamiast konwencjonalnych śrub napędowych każdy prom będzie wyposażony w dwa pędniki azymutalne na rufie oraz dwa stery strumieniowe na dziobie. Promy będą miały 195,6 m długości i 32,2 m szerokości. Długość linii ładunkowej to 4100 m, a prędkość maksymalna wyniesie 19 węzłów. Promem będzie mogło podróżować 400 pasażerów, załoga będzie liczyła 50 osób.

Kadłub będzie produkowany i montowany w Gdańskiej Stoczni „Remontowa”. Każdy prom będzie się składał z sześciu bloków kadłuba i siedmiu bloków nadbudówki, które zostaną zbudowane z 265 osobnych sekcji. Jeden kadłub będzie ważył 11 tysięcy ton.

©©



Nowe promy dla Unity Line i PŻB będą jednymi z najnowszych jednostek tego typu pływających na Bałtyku

FOT. POLSKA ŻEGLUGA MORSKA

0010649509

0010649551

0010650117

Z głębokim żalem przyjęliśmy wiadomość
o śmierci naszej Koleżanki

Adwokat

**Jadwigi
Giżyckiej-Koprowskiej**

Wyrazy głębokiego współczucia mężowi
Edwardowi Koprowskiemu

synowi
adwokatowi

**Krystianowi Koprowskiemu
i całej Rodzinie**

składają słupscy adwokaci

Pełni smutku i żalu przyjmujemy wiadomość,
że w dniu 21 października 2022 r. zmarła

**adw. Jadwiga
Giżycka-Koprowska**

zasłużona adwokat,
Członkini Słupskiej Palesty, nasza wieloletnia
Koleżanka.

*Dziekan, Okręgowa Rada Adwokacka,
Koleżanki i Koledzy adwokaci, aplikanci i pracownicy
Koszalińskiej Izby Adwokackiej*

składają szczere wyrazy współczucia i kondolencje
synowi zmarłej Koleżanki

**adw. Krystianowi Koprowskiemu
oraz całej Rodzinie zmarłej.**

Wyrazy głębokiego współczucia
Krystianowi Koprowskiemu

z powodu śmierci Mamy

Jadwigi Giżyckiej-Koprowskiej

składają
sędziowie z Wydziału Rodzinnego Sądu Rejonowego w Słupsku

0010649552

Koleżance **Barbarze Lewkowicz**
wyrazy głębokiego współczucia i słowa wsparcia
z powodu śmierci

Mamy

składają
Dyrektor Słowińskiego Parku Narodowego
wraz z pracownikami

nasze DOBRE
Z POMORZA

Oddaj głos na swojego kandydata,
wyślij SMS pod nr 7303 (3,69 zł = 3 zł + VAT) i o treści

NDP.14

MECENAS:



Dobry i rzetelny pracodawca to najlepszy benefit

Alfa Terminal Szczecin Sp. z o.o. – uniwersalny terminal świadczący wyspecjalizowane usługi przeładunkowe, składowania i dodatkowe przy obsłudze ładunków masowych oraz płynnych chemicznych (metanol).

Zarządzany przez nas magazyn czasowego składowania obejmuje zarówno place składowe przy nabrzeżu KRA-1, jak i zbiorniki magazynowe metanolu.

W naszej pracy ważna jest otwartość i elastyczność, która pozwala odpowiednio dostosować zakres świadczonych przez nas usług dla potrzeb naszych klientów. Naszym atutem jest nowoczesność, innowacyjność oraz wykwalifikowana kadra, czuwająca nad prawidłowością wykonywanych operacji ładunkowych na każdym ich etapie. Wielkość zajmowanego przez Alfa Terminal Szczecin Sp. z o.o. obszaru zapewnia duże możliwości inwestycyjne, za-

również od strony wody, gdzie możliwa jest dalsza rozbudowa nabrzeża przeładunkowego, jak i od strony lądu, gdzie istnieje możliwość rozbudowy infrastruktury przeładunkowo-składowej dla potrzeb przemysłu portowego, chemicznego oraz wielu innych.

Wraz z nieustannym rozwojem, rozbudową i modernizacją Terminala – który jest jednym z największych terminali świadczących wyspecjalizowane usługi przeładunkowe i składowania towarów masowych oraz ciekłych produktów chemicznych – **poszukujemy kandydatów**, którzy chcieliby podjąć pracę w naszej firmie. Obecnie posiadamy wolne etaty na stanowiskach **operatorów żurawi, suwnic, ładowarek oraz wózków widłowych**.

Od kandydatów zainteresowanych podjęciem z nami współpracy oczekujemy odpowiednich uprawnień do obsługi żurawi, suwnic, ładowarek i wózków widłowych. Osobom, które nie posiadają tych uprawnień, oferujemy wsparcie w ich uzyskaniu. Ponadto kandy-

daci powinni cechować się gotowością do pracy w systemie zmianowym, dbałością o powierzony sprzęt oraz doświadczeniem zawodowym w pracy w porcie.

Osobom, które podejmą pracę w naszej firmie, oferujemy stabilne warunki zatrudnienia w oparciu o umowę o pracę. Gwarantujemy również otrzymywanie wynagrodzenia zawsze na czas oraz dodatków do pensji za pracę w systemie zmianowym. Ponadto prowadzimy system premiowania miesięcznego. Naszym pracownikom oferujemy program szkoleń, dzięki którym mogą podnosić swoje kwalifikacje. Na kandydatów czeka praca w dynamicznie rozwijającej się spółce, należącej do światowego lidera w swojej branży, co stwarza ogromne możliwości rozwoju w kraju i na świecie.

Zespół Alfa Terminal
www.alfaterminal.pl

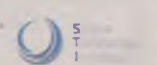
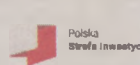


nasze DOBRE
Z POMORZA

Oddaj głos na swojego kandydata,
wyślij SMS pod nr 7303 (3,69 zł = 3 zł + VAT) i o treści

NDP.47

MECENAS:



Galan Logistics, kompleksowa obsługa logistyczna i troska o pracowników



Działająca w Kobyłance pod Szczecinem firma Galan Logistics to zdecydowanie jedna z najprężniej rozwijających się firm spedycyjnych w naszym regionie. Działalność oferuje profesjonalne i efektywne usługi w zakresie transportu na rynku krajowym i międzynarodowym, przy czym kładzie mocny nacisk na komfortowe warunki pracy całego zespołu.

W Galan Logistics naszą misją jest robienie rzeczy, które są zawsze lepsze. Wartości wykreowane w firmie są

kompassem dla wszystkich działań. Każdego dnia pracownicy angażują swoje siły, by dostarczać usługi, jak najlepszej jakości. – Jesteśmy dumni z tego, bo wszystko czym się kierujemy, zostało wypracowane i określone przez zespół Galan Logistics – mówi Konrad Głan, prezes. – Zaangażowanie, konsekwencja, szacunek, odpowiedzialność i uczciwość – tego można spodziewać się we współpracy z nami. Firma Galan Logistics powstała w 2006 roku w Goleniowie. Założyli ją bracia Konrad i Przemysław Gałano-

wie. Galan Logistics zajmuje się kompleksowymi usługami logistycznymi. Świadczy usługi transportowe, magazynowania. Prowadzi również serwis pojazdów, zarówno floty własnej, jak i klientów zewnętrznych. Organizuje również przeprawy promowe w Europie. – Na rynku przede wszystkim wyróżniamy się profesjonalnym podejściem do klienta, jakością świadczonych usług i specjalizacją w obsłudze kierunków skandynawskich – dodaje prezes. Firma postrzegana jest jako odpowiedzialny pracodawca. Wielu klientów działalności to firmy z Danii, Finlandii, Norwegii czy Szwecji, dla których zaufanie i wysoka jakość usług odgrywają decydującą rolę we współpracy. – Jesteśmy Firmą rodzinną, notujemy efektywny wzrost potwierdzony nagrodami: Diamenty Forbesa, najdynamiczniej rosnących firm rodzinnych Forbes i Gazet Biznesu – mówi Konrad Gałan. – Dysponujemy nowoczesną siedzibą w Kobyłance z bazą

magazynową i serwisem samochodów ciężarowych. Mamy też 200 własnych naczip. W celu zapewnienia najwyższych standardów obsługi firma w 2019 roku wdrożyła system zarządzania jakością ISO 9001:2015 oraz system zarządzania środowiskowego ISO 14001:2015. Zespół jest ukierunkowany na zrozumienie i spełnianie wymagań klientów. Stosuje podejście procesowe, dostarcza wyniki skuteczności procesów oraz ciągle je doskonali, w oparciu o obiektywne pomiary. Prowadzi nadzór nad dokumentacją i zapisami, angażuje kierownictwo w budowanie systemu zarządzania jakością oraz zarządzania zasobami. – Ustanowiliśmy nawet procesy realizacji świadczonych usług, systematycznie dokonujemy pomiarów zadowolenia klienta, usług oraz procesów – podkreśla prezes. – Całość działań Galan Logistics skupia się na zorientowaniu na klienta. Wspólnie z pracownikami wypracowywane są kierunki rozwoju firmy. Najcenniejszym dobrem organizacji są ludzie, dlatego uczestniczą oni i są zaangażowani w realizację wszystkich procesów w firmie. Skuteczność i efek-

tywność działań Galan Logistics zależy w głównej mierze od jakości realizowanych w niej procesów, stąd stosujemy podejście procesowe. Pracownicy Galan Logistics szukają dla klientów niestandardowych rozwiązań, w pewnym momencie pojawiła się w nich potrzeba stworzenia pewnych reguł, norm i zasad, którymi powinna kierować się firma i każda z zatrudnionych w niej osób. – Podczas jednego ze spotkań integracyjnych wspólnie opracowaliśmy wartości, które pomagają nam podczas codziennej pracy, są to: zaangażowanie, konsekwencja, szacunek, odpowiedzialność i uczciwość – przypomina Konrad Gałan. – Stanowią one podstawę naszej działalności. Oferując klientowi nowe rozwiązania zawsze zastanawiamy się czy na pewno są to dobre propozycje i czy są zgodne z naszymi wartościami. To bardzo pomaga w pracy. Nowoczesność i świadomość podchodzimy do zarządzania ludźmi i ich rozwojem. Nowej osobie przedstawiamy jasno określone ścieżkę kariery, prezentując ją na przykładach osób, które wspaniale się u nas rozwinęły np. od asystenta spedytora do dyrektora działu

spedycji. Każdy nasz pracownik poznaje wszystkie działy firmy, od spedycji po serwis ciężarówek. Jednak co najważniejsze, nasi pracownicy poznają dogłębnie specyfikę działalności naszych klientów. Poprzez bardzo dobrą znajomość obszarów ich działania pracownik jest w stanie patrzeć na biznes szerzej i skuteczniej. Ta metoda się sprawdza i jest doceniana. Każdy pracownik wybiera dwa razy w roku szkolenia, z których chce skorzystać. Niezależnie od tego zespół szkoli się np. ze zmian w przepisach, a raz w tygodniu z języka niemieckiego i angielskiego. Na co dzień w firmie obowiązuje półgodzinna przerwa na lunch w środku dnia. Do tego samego przyzwyczajeni są w większości kontrahenci Galan Logistics. W razie potrzeb możliwy jest też elastyczny czas pracy. Ci, którzy osiągną już pewne doświadczenie w wykonywanych obowiązkach, mają dużą autonomię w pracy. Samodzielny spedytor sam planuje trasę i sposoby dostarczenia towaru do miejsca docelowego. Daje to dużo satysfakcji i buduje zaangażowanie.

Więcej na:
www.galanlogistics.pl

Napad kaszlu Putina. Przerwał spotkanie z wojskowymi

Kazimierz Sikorski
PAP

Od ataku Rosji na Ukrainę pojawiają się informacje o pogarszającym się stanie zdrowia Putina. Trudno to zweryfikować. Jednak zachowanie i wygląd prezydenta Rosji sugerują, że jest z nim źle.

Otoczenie Putina jest zaniepokojone stanem zdrowia przywódcy Rosji. W weekend prezydent przeszedł badania lekarskie – podał w serwisie Telegram kanał General SVR, który powołuje się na kremlowskie źródła.

Putin miał w ostatnim czasie stracić na wadze 8 kg, ma częste ataki kaszlu i narzeka na brak apetytu – dodaje kanał General SVR. Twierdzi też, że prezydent Rosji walczy z rakiem.



Według doniesień Putin miewa ostatnio napady kaszlu, a także narzeka na brak apetytu – schudł 8 kilogramów

Podczas ostatniego spotkania z wicepremierem Dmitrijem Czernyszenką Putin brzmiał nieswojo, mówił cicho, ciągle się dławiał i kaszlał. Był widziany tylko raz między piątkiem a niedzielą, podczas spotkania internetowego z gubernatorem Magadanu Siergiejem Nosowem.

Eksperci uważają, że takie spotkania są nagrywane we wcześniejszym terminie, a następnie transmitowane tak, jakby to była relacja na żywo.

Kanał General SVR twierdzi też, że Putin jest wściekły z powodu fatalnych działań Rosjan na Ukrainie. Skupił się na krytyce ministra obrony Siergieja Szojgu. Podczas niedawnego spotkania online miał wrzeszczeć na ministra, wyrzucić go ze spotkania, po czym zakończył je z powodu ataków kaszlu.

Plan Marshalla dla Ukrainy. Morawiecki: Mieliśmy rację

PAP
redakcja@polskapress.pl

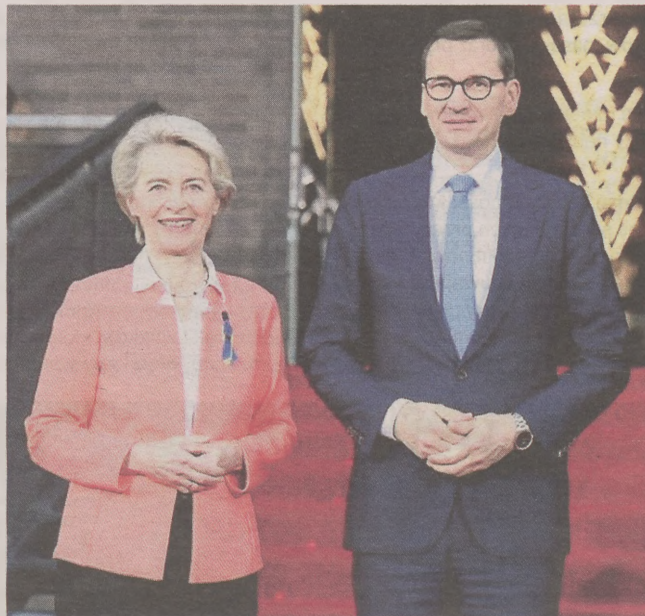
- Polityka ulegania Rosji zbankrutowała i choć dziś cała Europa odczuwa jej skutki, to nie ma błędów, których nie da się naprawić - oświadczył premier Mateusz Morawiecki.

Szef polskiego rządu złożył we wtorek wizytę w Berlinie, gdzie wziął udział w konferencji dotyczącej odbudowy Ukrainy. W późniejszym wpisie na Facebooku ocenił, że polityka ulegania Rosji zbankrutowała i choć dziś cała Europa odczuwa jej skutki, to nie ma błędów, których nie da się naprawić.

- Nie mam satysfakcji, kiedy słyszę, że rząd Polski miał rację, bo liczy się przyszłość i lekcje, które wyciągniemy z przeszłości - napisał Morawiecki.

Podkreślił, że jeżeli razem nie wygramy z Rosją, ryzykujemy nie tylko bezpieczeństwem i suwerennością Ukrainy, ale marginalizacją kontynentu i przyszłością całej Europy.

- Niemiecki generał Carl von Clausewitz mówił, że „wojna jest kontynuacją polityki, tylko innymi narzędziami”. Władimir Putin doskonale zrozumiał te słowa i już wie, że nie podbije Europy wojskowo, jeżeli najpierw nie pokona jej gospodarczo. Ukraina walczy więc nie tylko o ochronę naszych granic, ale i bezpieczeństwa ekonomicznego - ocenił.



FOT. KPRM

Morawiecki stwierdził, że Unia Europejska powinna pracować nad jak najszybszą integracją Ukrainy z UE

Szef polskiego rządu wskazał, że celem wtorkowego spotkania w Berlinie była rozmowa o innych polach bitew niż te czysto militarne na wschodzie Ukrainy.

- Walka o suwerenność, wolność i bezpieczeństwo Europy odbywa się na gospodarczym froncie, zwłaszcza tym związanym z zasobami naturalnymi. Ale nie wystarczy mówić wyłącznie o odbudowie - czy to Ukrainy, czy Europy. Musimy nadać całemu kontynentowi - Unii Europejskiej i jej polityce - nowy kształt w strategicznych obszarach polityki energetycznej i klimatycznej - podkreślił.

Zaznaczył, że aby wygrać z Rosją, należy zbudować też nową architekturę bezpieczeństwa.

- Ukraina musi zostać odbudowana oraz wzmocniona gospodarczo i militarnie. Rosja musi jej zapłacić reparacje wojenne i odpowiedzieć za zbrodnie ludobójstwa - wskazał.

Dodał, że aktywa państwa rosyjskiego i oligarchów, które są na razie zamrożone, powinny zostać skonfiskowane i przekazane na odbudowę Ukrainy i pomoc humanitarną.

- Cała wspólnota europejska powinna też pracować nad in-

tegracją Ukrainy z UE - zaznaczył.

- Celem tej konferencji jest stworzenie Planu Marshalla skrojonego na miarę XXI wieku - powiedział z kolei we wtorek kanclerz Olaf Scholz, właśnie podczas berlińskiej konferencji poświęconej powojennej odbudowie Ukrainy. Przewodnicząca Komisji Europejskiej Ursula von der Leyen zaapelowała natomiast, że należy „jak najszybciej uruchomić międzynarodową platformę odbudowy Ukrainy, optymalnie do końca bieżącego roku lub początku przyszłego”.

- Ukraińcy mają nadzieję i wiarę w przyszłość, o którą będą walczyć, a naszym obowiązkiem jest zapewnić im stałą pomoc - podkreśliła von der Leyen.

- Należy powiązać wysiłki na rzecz powojennej rekonstrukcji tego kraju z procesem integracji Ukrainy z UE - dodała.

W ocenie szefowej KE „rosyjskie ataki na cele cywilne na Ukrainie to akty terroryzmu”.

Kanclerz Niemiec Olaf Scholz powiedział, że „Rosja, poprzez ciągłe ataki dronami, ponownie sięgnęła dna w wojnie przeciwko Ukrainie oraz zwróciła uwagę na swoją desperację”.

- Będziemy wspierać Kijów tak długo, jak będzie to niezbędne - zapewnił szef niemieckiego rządu.

USA podarują Ukrainie systemy Hawk?

PAP
redakcja@polskapress.pl

USA rozważają przekazanie Ukrainie starszych amerykańskich systemów przeciwlotniczych MIM-23 Hawk, aby pomóc jej w obrocie przed rosyjskimi atakami - donosi agencja Reutersa.

Sprzęt, który może być przekazany, znajduje się obecnie w magazynach. Pociski przechwytyjące Hawk są bardziej zaawansowane niż pociski Stinger, jakie USA przekazały Ukrainie już wcześniej do przeciwstawienia się rosyjskiej inwazji - podała agencja.

Administracja Joe Bidena wykorzystaby mechanizm Presidential Drawdown Authority (PDA), zezwalający prezydentowi na transfer nadwyżki broni bez zgody Kongresu w odpowiedzi

dzi na sytuację nadzwyczajną, aby przekazać systemy Hawk. Jest on oparty na technologii z lat 60., z czasów wojny wietnamskiej, jednak był kilkakrotnie modernizowany. Źródła przekazały, że Hawk jest poprzednikiem systemu obrony przeciwkietowej Patriot, który pozostaje niedostępny dla Ukrainy.

Nie wiadomo, ile systemów Hawk Stany Zjednoczone prześlą Ukrainie. Biały Dom odmówił komentarza.

Prezydent Biden obiecał prezydentowi Ukrainy Wołodymyrowi Zełenskiemu, że Waszyngton zapewni Kijowowi zaawansowane systemy przeciwlotnicze po niszczycielskim ostrzale raketowym Rosji z początku tego miesiąca. Sekretarz generalny NATO Jens Stoltenberg oświadczył, że Hiszpania zamierza przekazać Ukrainie cztery wyrzutnie Hawk.

Macron przekazał papieżowi książkę Kanta. Może ona być jedną z zagrabionych Polsce

PAP
redakcja@polskapress.pl

Prezydent Francji podarował podczas audiencji u papieża książkę „Projekt wiecznego pokoju” z 1796 r. w jęz. francuskim. Dzieło jest opatrzone stemplem „Czytelnia Akademicka we Lwowie”.

Prezydent Francji Emmanuel Macron wręczył papieżowi pierwsze francuskie wydanie rozprawy filozoficznej Immanuela Kanta „Projekt wiecznego pokoju” z 1796 roku. Na pierwszej stronie książki widnieje pieczęć „Czytelnia Akademicka we Lwowie”. Książka była wcześniej dostępna na jednej z internetowych licytacji, więc kwestią sporną jest to, w jaki sposób trafiła ona do Francji i jakie były jej losy.



FOT. GÖ

Pierwsza strona książki przekazanej papieżowi

- Pierwsze wydanie francuskie, rzadkie, częściowo oryginalne, wydrukowane pod patronatem samego Kanta i wydane bezpośrednio po wydaniu niemieckim. Wzbogacają „suplement” autora. Kant napisał ten esej

z okazji pokoju bazylejskiego zawartego między rewolucyjną Francją a Prusami. Oceniając, że wojna może narazić na szwank doświadczenie francuskiej republiki, opublikował ten „projekt”, aby zasugerować drogę naprzód - możemy przeczytać na stronie wygasłej już licytacji.

Zastanawiający jest jednak fakt, w jaki sposób książka należąca pierwotnie do Czytelni Akademickiej we Lwowie opuściła uniwersyteckie mury.

W 1941 roku Niemcy wkroczyli do Lwowa po tym, jak upadł pakt Ribbentrop-Mołotow. Kiedy rozpoczęła się jednak sowiecka kontrofensywa, zaczęto wywozić z miasta zbiory biblioteczne uczelni. Jak policzył ukraiński historyk Ihor Cependa, z samego tylko Uniwersytetu Lwowskiego

wywieziono niemal 95 tysięcy tomów, w tym oryginalne i bezcenne inkunabuły oraz rękopisy.

Istnieje więc prawdopodobieństwo, że książka przekazana właśnie przez prezydenta Francji papieżowi Franciszkowi może być jedną z zagrabionych, z wówczas ziem polskich, pozycją. Uwagę zwraca na to m.in. Robert Pszczel, ekspert z Fundacji im. Kazimierza Pułaskiego, członek redakcji PISM.

„To zdjęcie wywołało w Polsce spore zamieszanie - znaczek wyraźnie wskazuje, że książka podarowana papieżowi Franciszkowi przez prezydenta Francji była kiedyś własnością (wówczas) polskiej biblioteki uniwersyteckiej we Lwowie... Co najmniej żenujące...” - napisał Pszczel na Twitterze.

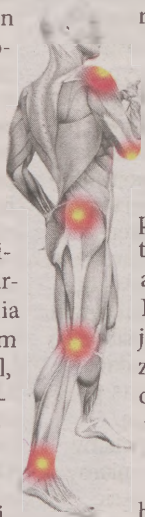
„Ogień Pustyni poprawił moją sprawność! Po kilku dniach **PORUSZAŁAM** SIĘ JUŻ BEZ BÓLU”

■ Wzruszająca historia **Jadwigi (63 l.)** z Bydgoszczy, która zmniejszyła dolegliwości stawów dzięki nowej formule.

EKSPERCI: TO SKUTECZNA POMOC W DOMOWEJ REDUKCJI BÓLU MIĘŚNI I STAWÓW!

Jeszcze niedawno musiała prosić sąsiada o pomoc w zejściu po schodach - bo mieszka na 4. piętrze, a stary budynek na bydgoskim osiedlu nie jest przystosowany do osób niepełnosprawnych. Teraz zeszła do osiedlowej piekarni sama. O własnych siłach, na własnych nogach, wybrała ulubione kajzerki i spacerem wróciła do domu. I od razu załała się łzami.

Pamiętam ten dzień dokładnie. Tamtego ranka długo płakałam ze szczęścia. Myślałam, że już do końca życia będę miała problemy z poruszaniem się. Wie pan, nie sądziłam, że dożyję czasów, kiedy tak prosta w użyciu metoda, będzie w stanie poprawić moją sprawność. To on - wskazuje na opakowanie maści stojące na komodzie - bio-koncentrat 'ogień pustyni' - pomógł zredukować ból i obrzęki nóg. To dzięki niemu zmniejszyłam dolegliwości stawów i przykurcze mięśni. Każdego dnia czułam poprawę, czułam jak zmniejsza się ból, sztywność i uczucie zablokowania stawów, że mogę ruszyć kostką, zgiąć nogę w kolanie bez odgłosów łamanej gałęzi. Już po krótkim czasie zauważyłam, że rano łatwiej wstaje mi się z łóżka. Tego uczucia po prostu nie da się opisać” - wspomina Jadwiga.



Ulga w napięciach mięśni, sztywności kręgosłupa i po urazach

„Wszystko zaczęło się od wizyty w sanatorium - syn zawiózł mnie do ośrodka, w którym szybko moim ulubionym zabiegiem stały się masáže połączone ze słynnymi zabiegami z borowiny. Czułam po nich znaczną ulgę w bólu i przyjemne rozluźnienie - do tego stopnia, że kładłam się po nich spać bez zażywania tabletek przeciwbólowych, a to naprawdę rzadkość. Niestety rano znów pojawiał się ból startowy, zesztywnienie stawów, obrzęki i wszystko to, co utrudniało mi przejście choćby pięciu kroków. Musiałabym mieć te zabiegi rano, popołudniu i wieczorem, a przecież nie byłam tam jedyną kuraczką... Dzień przed wyjazdem rehabilitant zdradził mi jednak pewien sekret...”



Arnica montana

„Wyłączysz” najbardziej uporczywy ból w pół minuty

„Dowiedziałam się wtedy, że istnieje maść o jeszcze silniejszym działaniu - nazywają ją *ogień pustyni*. Jej działanie potwierdza wielu ekspertów i osób, które ją stosowały. Rehabilitant wytłumaczył mi, że podczas zabiegu który mi tak pomógł, nie stosują nawet 1/4 tych leczniczych wyciągów i substancji, które są skoncentrowane w maści. Serce zabiło mi mocniej. Czy to moja szansa na poprawę, na powrót do normalnego życia? - pomyślałam. Zamówiłam ją z pełnym dofinansowaniem od producenta jeszcze tego samego dnia. Dalszy ciąg już znacie” - opowiada odmieniona Jadwiga, której uśmiech nie schodzi z twarzy.

Skoncentrowana moc leczniczych ziół minimalizuje ból od 1. doby

Bio-koncentrat o wspólnym działaniu tworzy aż 25 najsilniejszych wyciągów i ekstraktów z ziół i roślin o właściwościach przeciwkrwotocznych, przeciwbólowych, przeciwzapalnych, rozgrzewających, przeciwbakteryjnych i przeciwwirusowych. Nanieś maść wprost na obolały obszar mo-

UZDRAWIAJĄCY KONCENTRAT ZIOŁOWY „Ogień Pustyni” wspiera:

- ➕ Redukcję nasilonego bólu każdego pochodzenia
- ➕ Zmniejszenie dolegliwości stawów i zwiększenie ruchomości kończyn
- ➕ Skrócenie regeneracji po kontuzjach, urazach, zwichnięciach i złamaniach
- ➕ Oszczędzenie na środkach przeciwbólowych i zabiegach borowinowych

że szybko znieczulić zakończenia nerwowe i stymulować organizm do regeneracji uszkodzonych tkanek, rozluźniać napięcie w ciele, rozgrzewać, poprawiać krążenie, zredukować opuchliznę, siniaki, ból i niedyspozycję - bez względu na ich przyczynę i stopień nasilenia. To oznacza, że masz szansę zmniejszyć nawet nasilony ból, odzyskać pełną ruchomość stawów i zminimalizować przykurcze, zwyrodnienia, sztywności kręgosłupa, przesłukiwanie w kolanach, obrzęki, żylaki, nawracające migreny i wiele innych dolegliwości, które utrudniają Ci życie.

Dzięki tej maści możesz uniknąć bólu!

Nie musisz dłużej męczyć się z bólem, zwyrodnieniami ani z żadną inną dolegliwością, która ogranicza

Arnika górską + 24 wyciągi w najwyższym możliwym do przyswojenia stężeniu



BÓL I ZWYRODNIENIA? TO CI POMOŻE



Moim zdaniem mamy do czynienia z doskonałym preparatem jeżeli chodzi o domowe zmniejszanie bólu oraz dolegliwości reumatycznych. Nasze analizy potwierdzają, że 99/100 osób przy regularnym stosowaniu maści redukuje ból stawów i mięśni, a także dyskomfort po urazach, czy zwichnięciach. U większości z nich dochodzi do **uśmierzzenia dolegliwości zwyrodnieniowych, bóli stawowych oraz napięć i skurczów mięśni. To wspaniałe rozwiązanie na dolegliwości cywilizacyjne XXI wieku. Polecam ten środek wszystkim, niezależnie od wieku.**

Juliusz Makowski, ekspert MedicReporters w zakresie traumatologii



Regulamin - rglinmnpmcjpk.com

Cię i odbiera Ci radość z codziennego funkcjonowania. Jadwiga zauważyła poprawę w krótkim czasie po zastosowaniu maści - tylko pomyśl, jakie efekty może przynieść bio-koncentrat u Ciebie. A najlepiej po prostu to sprawdź - póki w polskim magazynie czekają jeszcze ostatnie opakowania za 0 zł.



Stachys officinalis

Rozgrzewająca maść pomogła Jadwidze odzyskać radość z poruszania się.

Fenomenalna maść może Ci pomóc:

- ✓ Uśmierzyć męczący ból kręgosłupa, karku, kolan, barków, czy bioder
- ✓ Zmniejszyć żylaki, obrzęki, krwiaki i stany zapalne
- ✓ Ograniczyć nerwobóle, migreny, silne bóle mięśni i kostno-stawowe
- ✓ Zredukować przewlekłe bóle reumatyczne i zwyrodnieniowe
- ✓ Zminimalizować, ataki rwy kulszowej, rwanie w korzonkach, sztywność stawów

TO TWOJA SZANSA NA UŚMIERZENIE DOLEGLIWOŚCI STAWÓW. Odbierz skoncentrowaną maść rozgrzewającą za **0 zł!**

Pierwsze 100 osób, które zadzwonią do 10.11.2022 r., otrzyma **100% REFUNDACJI OD PRODUCENTA**

Pon.-pt. 08:00-20:00, sob. 08:00-20:00. Zwykle połączenie lokalne bez dodatkowych opłat.



ZADZWOŃ: 15 810 14 69
AKCJA REFUNDACJA - PUŁA PRODUKTÓW ZA 0 ZŁ!

REKLAMOWANE W
TV

Wszystko robimy po to, żeby w roku 2036 zorganizować igrzyska olimpijskie!

Adam Godlewski
Warszawa

Rozmowa z ministrem sportu i turystyki Kamilem Bortniczkiem, który przekonuje, że rok 2024 powinien upłynąć pod patronatem Polskich Olimpijczyków.

Jaki to był rok z perspektywy ministra sportu?

Bardzo intensywny, bo resort sportu był wyłaniany z dużego Ministerstwa Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu. Część urzędników zdecydowała się zostać w większym resorcie, natomiast część zaufała mojej wizji, która wymagała uzupełnienia kadry i wdrożenia nowych pracowników. Wszystko potoczyło się błyskawicznie, rok pod wieloma względami był rekordowy, więc mam powody do składania podziękowań. Nie mam też wątpliwości, że przekonaliśmy wszystkich, iż Ministerstwo Sportu i Turystyki powinno być odrębnym bytem. Połączenie dwóch resortów było tylko pozorną oszczędnością. Sportowych wyzwań nie ubywa, klubów nie ubywa, zawodników nie ubywa, zatem nie może także ubywać zasobów, które są w stanie profesjonalnie obsłużyć zawodników i podmioty zajmujące się sportem. Przez rok dostarczyliśmy wielu argumentów broniących tezy, że sport zasługuje na własne ministerstwo, które będzie walczyło o programy wychodzące na przeciw wyzwaniom zmieniającej się rzeczywistości...

...i które będzie walczyć także o polską rację stanu na arenie międzynarodowej. W kontekście wojny rozpętanej przez Rosję, która od zawsze wykorzystywała sport do swej propagandy, kierowany przez pana resort stanął w zasadzie na pierwszej linii frontu...

...i to w skali świata. Jako pierwszy zająłem stanowisko, że piłkarska reprezentacja Polski nie powinna jechać do Rosji na mecz barażowy eliminacji do mundialu w Katarze, jeszcze zanim rosyjskie czołgi wjechały na Ukrainę. Dla mnie, czyli dla polityka, było oczywiste, że jesteśmy w przededniu wojny, dlatego reagowałem w zdecydowanie i robiłem grunt pod to, co się będzie działo w przyszłości. Nie wszyscy chcieli mi wierzyć, na czele z Francuską Prezydentką, ale potem powszechnie przyznawano, że - biorąc pod uwagę nasze położenie geograficzne i doświadczenia

historyczne - znacznie lepiej znamy Rosjan niż inni Europejczycy, zwłaszcza ci mieszkający na zachodzie kontynentu.

Szybko utworzyliście koalicję z Brytyjczykami, i ta koalicja storpędowała wiele sportowych aktywności Rosjan. Które ruchy były najważniejsze?

W pierwszej kolejności udało się wyeliminować Rosję z piłkarskiego mundialu, a później odebraliśmy im prawo organizacji mistrzostw świata w siatkówce mężczyzn. To był nasz pełen sukces dyplomatyczny, gdyż nie tylko udało się wyprawić tę ważną imprezę z Rosji i przejąć prawa do jej organizacji, ale też doprowadzić do sytuacji, w której reprezentacja Rosji została zastąpiona w turnieju przez Ukrainę. To było nawet 150 procent normy w kontekście założeń z pierwszych dni walki, którą podjęliśmy. Organizacyjnie i sportowo także było rewelacyjnie, każdej polskiej drużynie - niezależnie od dyscypliny - życzę, aby trzykrotnie z rzędu wystąpiła w wielkim finale mistrzostw świata.

A jak generalnie ocenia pan dokonania polskich sportowców w mijającym roku?

Skoro przypieczętowaliśmy awans do finałów piłkarskiego mundialu, w którym liczymy - co najmniej - na wyjście z grupy i walkę o najwyższe cele, siatkarze wystąpili w decydującym o złotym medalu starciu na mundialu, a lekkoatleci i przedstawiciele innych dyscyplin olimpijskich wywalczyli grad medali w imprezach rangi mistrzostw świata i Europy, to trudno nie być zadowolonym. A przecież mamy najlepszą tenisistkę świata, co jest wydarzeniem bez precedensu w polskiej historii, mamy też najmocniejszą w historii żeńską drużynę tenisową; za Igrzyskami w Katarze, a następnie Igrzyskami Olimpijskimi w Paryżu w roku 2024.

Czemu służył I Europejski Kongres Sportu i Turystyki?

Frekwencja na tym wydarzeniu zaskoczyła wszystkich, licząc z panelistami udział w kongresie wzięło ponad 1700 uczestników, organizacyjnie wszystko było dopięte



Kamil Bortniczuk, minister sportu i turystyki

na ostatni guzik, a rezonans merytoryczny był bardzo szeroki. W założeniu, ma być to impreza cykliczna, która będzie służyła kojarzeniu sportu z biznesem, ze sponsorami, jak również wypracowywaniu programów dotyczących usportowienia naszych obywateli, począwszy od dzieci i młodzieży. A także przygotowaniu Polski do organizacji imprez jeszcze większych niż Igrzyska Europejskie, i dyskusjom na temat odbudowy Ukrainy po wygranej - mam nadzieję - wojnie z Rosją.

Jak daleko zaawansowane są przygotowania do przyszłorocznych Igrzysk Europejskich? Czy to próba generalna przed ubieganiem się przez Polskę o organizację igrzysk olimpijskich w roku 2036?

Od pewnego czasu jesteśmy na terminowej ścieżce przygotowań do Igrzysk Europejskich, choć w momencie kiedy obejmowałem resort, nie był on - co do zasady - zainteresowany udziałem w organizacji tej imprezy. Były też spore opóźnienia. Uznałem, że skoro jest to największa impreza sportowa w historii Polski - i największa na świecie w roku 2023 - to tak być nie może, i mocno włączyłem się do prac przygotowawczych, dzięki czemu udało się dogonić zakładany na wstępie harmonogram. Teraz można już skoncentrować się na jak najwyższej jakości aspektach organizacyjnych. A jest to o tyle istotne, że od mniej więcej dwóch dekad znajdujemy się

na ścieżce budowania wiarygodności w międzynarodowym środowisku sportowym jako organizator. Już jesteśmy stawiani za wzór jako gospodarz imprez siatkarskich, za chwilę podobne opinie powinniśmy zbierać po mistrzostwach świata w piłce ręcznej, które przeprowadzimy na początku roku 2023, dostaliśmy wysokie oceny za organizację mityngu Diamentowej Ligi, która zostanie w Chorzowie na przyszły rok. I może zostać na stałe w kalendarzu IAAF. W roku 2025 będziemy gospodarzami EuroBasketu, a dwa lata później będziemy się starać o MS w koszykówce...

W związku z powyższym, nie boję się mówić o igrzyskach olimpijskich w roku 2036! Co prawda mamy teraz lekkie wahnięcia w gospodarce, wynikające z pandemii, wojny i globalnych problemów energetycznych, ale jeśli utrzymamy tempo wzrostu - a warto odnotować, że Polska jest druga na świecie po Chinach w okresie ostatnich 30 lat, jeśli chodzi o wartość skumulowanego PKB - to powinniśmy być w stanie zorganizować igrzyska olimpijskie na lepszym poziomie niż Hiszpania czy Grecja. Dołączamy przecież do ekskluzywnego grona najbogatszych państw świata.

Ministerstwo Sportu i Turystyki ma najwyższy budżet w historii. Na co przede wszystkim wydawane są pieniądze? Bo nie tylko na rewitalizację Orlików...

...ale to - z uwagi na liczbę tych obiektów powstałych już 10 lat temu, które obecnie wymagają remontu - także istotna sprawa. Sukcesy Igi Świątek naprowadziły nas na program Tenisowa Polska, który realizujemy we współpracy z PZT. Okazało się, że mamy w kraju zbyt mało kortów o nawierzchni twardej, na których rozgrywana jest większość turniejów na świecie, więc uznaliśmy, że warto zmienić tę sytuację. Aby ośrodki, które szkolą tenisistów, mogły ich wszechstronnie przygotowywać do międzynarodowej rywalizacji. Dzięki temu powstało już kilkanaście kortów hard, a docelowo liczę, że wybudujemy ich ponad 100. Program dotyczący strzelectwa sportowego także powstał ad hoc, i z uwagi na napiętą sytuację za naszą wschodnią granicą z miejsca zaczął się cieszyć wielką popularnością. Gdy przychodziłem do ministerstwa, budżet resortu wynosił 1,6 mld złotych, po równo podzielony na trzy filary: sport powszechny, upowszechnianie sportu i wsparcie rozwoju infrastruktury. Dzięki dobrej współpracy z premierem Mateuszem Morawieckim udało nam się pozyskać środki z rezerwy budżetowej i zarządzać budżetem przekraczającym 2 miliardy. To dwa razy więcej niż wydawaliśmy na sport w roku 2015, gdy obejmowaliśmy władzę. A w planie na rok 2023 mamy 3,5 mld złotych. To wymierny efekt tego, że udało mi się przekonać nasze kierownictwo polityczne, z prezesem Jarosławem Kaczyńskim i premierem na czele, że naszą największą luką jest brak hal sportowych przy małych szkołach. Stąd program budowy 1000 hal o lekkiej konstrukcji, tak zwanych lukowych. Pięknie się składa, bo będę dążył w Sejmie do tego, żeby rok 2024 został ogłoszony rokiem Polskich Olimpijczyków. Wówczas przypadnie 100-lecie naszego pierwszego startu w igrzyskach i pierwszego medalu. Hale także mają uświetnić tę rocznicę.

Dlaczego ministerstwo sportu wspiera certyfikację szkółek piłkarskich?

Bo wychodzimy z założenia, że im szersza jest podstawa piramidy szkoleniowej, tym łatwiej będzie wprowadzać zawodników - także z małych miejscowości - na profesjonalny szczyt. Nowa gwiazdka, którą w tej edycji wraz z Polskim Związkiem Piłki Nożnej dodaliśmy

do programu - zielona - jest przeznaczona właśnie dla mniejszych akademii. Związane z nią są mniejsze pieniądze, ale znaczące na tyle, że na pewno wspomogą jakość szkolenia. Niezależnie od tego, że nie wszyscy lubią piłkę nożną, te akademie mogą być cennym elementem systemu szkolenia, także kadr dla innych dyscyplin sportu. Mając takiego idola jak Robert Lewandowski - dzieci najchętniej garmą się akurata do futbolu, ale za kilka lat pożytek z ich aktywności będą miały także inne dyscypliny. Jestem o tym przekonany. Nie każdy może przecież zostać piłkarzem.

Z tego samego powodu - nawiązując do piramidy szkoleniowej - zdecydował się pan na odbudowę Ludowych Zespołów Sportowych?

Ludowe Zespoły Sportowe były na takiej ścieżce, że gdyby na poważnie się nimi nie zająć, to mogłyby zniknąć. Na co, biorąc pod uwagę ich piękną historię i zasługi dla naszego sportu, po prostu nie mogłem pozwolić. LZS ponownie jest animatorem tej dziedziny życia w ośrodkach wiejskich i bardzo wspomógł obsługę programu Klub, w którym podczas mojej kadencji liczba beneficjentów zwiększyła się z 5 do 6 tysięcy. LZS usprawnił, zdigitalizował i zregionalizował tę obsługę. Teraz partner dla każdego klubu znajduje się już w województwie. Jestem przekonany, że wkrótce Ludowe Zespoły Sportowe znów będą organizacją, która stanie się bardzo ważną na mapie polskiego sportu. I będzie aktywizowała także seniorów do uczestnictwa w życiu sportowym. LZS - obok szkół, parafii, straży pożarnej i kół gospodyń wiejskich - zalicza się przecież do najważniejszych instytucji na terenach wiejskich. Chcemy wyrównać szanse i temu służyć będzie także program Sportowe Talenty, który będzie jednakowo skuteczny zarówno w Warszawie, jak i w najdalszych zakątkach województwa zachodniopomorskiego czy podkarpackiego. Wzorujemy się na Słowenach, którzy nie gubią żadnego talentu i kierują młodych utalentowanych ludzi do właściwych dyscyplin, to znaczy zgodnie z ich uzdolnieniami. Wychodzę z założenia, że wychowanie fizyczne to przede wszystkim wychowanie, a wspomniany program powinien służyć Polsce także za 50 lat.

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

POLECAMY Dynia jesienią

Dynia to nie tylko smaczne, ale też bardzo zdrowe warzywo. Potrawy z dyni są pożywne, można je przyrządzać na wiele sposobów. Mogą być wytrawne, mogą być też

na słodko. Dynia jest zdrowa i ma cenne właściwości: wzmacnia pracę serca i wzróż, dobroczynnie wpływa na skórę i włosy, a także na płodność. Natomiast pestki dyni działają przeciwpasożytniczo i wspierają odrobaczanie organizmu.

ZA TYDZIEŃ:

- Suplementy diety nie zmniejszają ryzyka chorób
- Sygnały ostrzegawcze, które mogą zwiastować kołbiecy nowotwór. Na co trzeba być wyczulonym?



FOT. 123RF

Jodek potasu jest lekiem, nie wolno go przyjmować na własną rękę

Anna Rokicka-Żuk
anna.rokicka-zuk@polskapress.pl

Specjaliści ostrzegają: nie wolno przyjmować jodku potasu na własną rękę. Grozi to poważnymi konsekwencjami zdrowotnymi. Co trzeba wiedzieć o tym leku?

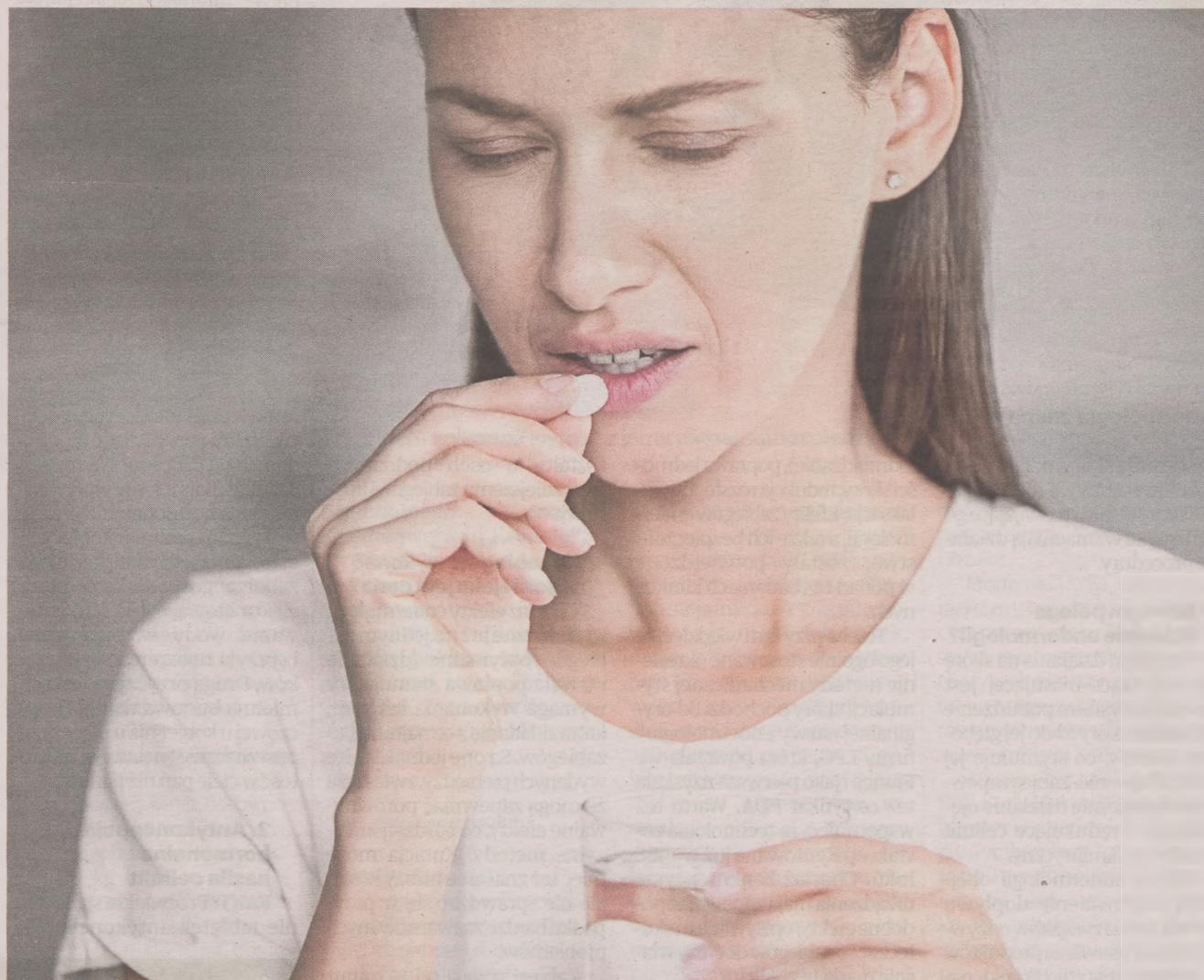
Na terenie całej Polski dobiega końca prewencyjna dystrybucja jodku potasu, w całym kraju przygotowano 57 milionów tabletek. Podkreślimy: jest to działanie prewencyjne, a Państwowa Agencja Atomistyki uspokaja, że na bieżąco śledzi sytuację radiacyjną w Polsce i do tej pory nie odnotowała żadnych niepokojących wskazań aparatury pomiarowej.

Specjaliści ostrzegają, że nie należy jodku potasu przyjmować na własną rękę. Nie wolno także stosować preparatów z jodem profilaktycznie - to zbędne i może być szkodliwe. Jeśli konieczne będzie przekazanie leków, będą one wydawane osobom bez względu na miejsce zamieszkania. Listy punktów dystrybucji w poszczególnych województwach udostępniane są przez samorządy terytorialne.

Co to za specyfik i jak działa?

Jodek potasu to związek chemiczny, który blokuje wchłanianie radioaktywnego izotopu jodu, będącego częścią skażenia radioaktywnego. Jest stosowany zapobiegawczo w celu ochrony gruczołu tarczycowego, ponieważ powoduje wysycenie tarczycy nieradioaktywnym jodem.

Przyjęcie go w odpowiednim czasie ma na celu zahamowanie wychwytywania popromiennego jodu ze źródeł jego emisji, takich jak skażone powietrze, woda czy żywność. Tym samym ma chronić przed zwiększeniem ryzyka rozwoju nowotworu tarczycy. - Jodek potasu powinien być przyjmowany zgodnie ze wskazaniami medycznymi, ponieważ jest to lek, który może wchodzić w interakcje z innymi produktami leczni-



FOT. 123RF

Specjaliści przestrzegają: jodek potasu to lek, nie wolno stosować go na własną rękę, to zbędne i szkodliwe

czymi, a także wywoływać działania niepożądane. Każdy, kto ma wątpliwości w tym zakresie, powinien skontaktować się z lekarzem pierwszego kontaktu - powiedział dyrektor Wydziału Zdrowia Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego w Warszawie, Tomasz Sławatyniec, podczas konferencji, która odbyła się 4 października w Mazowieckim Urzędzie Wojewódzkim w Warszawie.

Nie wolno przyjmować jodku potasu bez wyraźnego zalecenia, a tym bardziej w postaci płynu Lugola - przestrzegają lekarze

Jodek potasu przyjmuje się w przypadku narażenia na radioaktywny jod uwolniony podczas katastrofy jądrowej. Powinien być podany jak najszybciej wszystkim, którzy znajdują się w strefie skażenia, w tym dzieciom, kobietom w ciąży i karmiącym piersią. Powinno to nastąpić najlepiej do dwóch, a maksymalnie w ciągu 8 godzin od uwolnienia radioaktywnego związku.

Specjaliści przestrzegają ponadto: Nie należy jednak przyjmować go bez wyraźnego zalecenia, a tym bardziej w postaci płynu Lugola, który przeznaczony jest do stosowania zewnętrznego.

Rekomendowana wysokość dawki jodku potasu po ogłosze-

niu katastrofy nuklearnej zależy od wieku. Określona jest przez specjalistów szczegółowo i tak też będzie, gdyby wystąpiła taka potrzeba, podawana.

Są przeciwwskazania do stosowania

Jak każdy lek, tak i ten, ma przeciwwskazania. Lekarze podkreślają, że leku ze stabilnym jodem nie powinny przyjmować osoby, które:

- mają uczulenie na jodek potasu lub którykolwiek składnik leku,
- chorują na nadczynność tarczycy,
- mają zaburzenia naczyń krwionośnych (zapalenie naczyń z hipokomplementacją),

- cierpią na choroby autoimmunologiczne, połączone ze świądem i pęcherzami na skórze (opryszczkowe zapalenie skóry Dühringa).

Szczególną ostrożność w sięganiu po jodek potasu powinny zachować osoby z rozpoznaną nadwrażliwością na jod, leczone obecnie lub w przeszłości w związku z zaburzeniami tarczycy oraz przyjmujące związki litu i leki przeciw nadczynności tarczycy, moczopędne i na nadciśnienie tętnicze. Z lekarzem powinny skonsultować się osoby ze złośliwym nowotworem tarczycy lub jego podejrzeniem, a także ze zwężeniem górnych dróg oddechowych. Warto wiedzieć, że osobom po 60. r.ż. nie zaleca

się suplementacji jodkiem potasu, ponieważ zgodnie z wiedzą medyczną, ich tarczyca ze względu na wiek, wchłaniania zdecydowanie mniejsze ilości jodu. Ponadto, jak tłumaczą specjaliści, u osób starszych ryzyko powikłań jest większe niż szanse na wystąpienie nowotworu tarczycy.

W przypadku przedawkowania jodku potasu mogą wystąpić objawy zatrucia jodem, takie jak:

- ból głowy,
- ból i obrzęk ślinianek,
- gorączka,
- zapalenie krtani,
- obrzęk lub zapalenie gardła,
- zaburzenia układu pokarmowego i biegunka,
- obrzęk płuc.

Gdzie w razie potrzeby otrzymamy lek?

Jak informował 30 września br. na konferencji prasowej wiceminister spraw wewnętrznych i administracji Błażej Poboży, w kraju przygotowano łącznie ponad 57 mln tabletek z jodkiem potasu, do których będą dołączone ulotki informacyjne.

Z kolei prezes Państwowej Agencji Atomistyki zapewnił, że rosyjskie działania militarne na Ukrainie oraz ataki na Zaporoską Elektrownię Jądrową nie stwarzają bezpośredniego zagrożenia dla mieszkańców Polski.

Wdrażana jest jednak standardowa procedura, związana z zarządzaniem kryzysowym, która ma na celu zapewnienie bezpieczeństwa obywatelom. Dlatego na terenie całej Polski odbywa się prewencyjna dystrybucja jodku potasu.

Lek trafia do gminnych punktów dystrybucji, które znajdują się m.in. w: szkołach, świetlicach, zakładach opieki zdrowotnej, przychodniach i aptekach. Jeśli konieczne będzie przekazanie leków, będą one wydawane osobom bez względu na miejsce zamieszkania. Listy punktów dystrybucji w poszczególnych województwach udostępniane są przez właściwe samorządy terytorialne.

Endermologia: przebadana i skuteczna. Poprawia wygląd skóry i usuwa cellulit

Anna Rokicka-Żuk
anna.rokicka-zuk@polskapress.pl

Endermologia należy do najlepiej przebadanych metod modelowania sylwetki i ujędrniania skóry. Jest stosowana i ulepszana już od ponad 35 lat. Na jakie efekty można liczyć?

Endermologia to zabieg medycyny estetycznej nazywany też lipomasażem, polegający na masażu specjalną głowicą. Jest ona podłączona do urządzenia, które wytwarza podciśnienie. Zasysana skóra jest jednocześnie masowana za pomocą rolek. Zabieg wykonuje się na całe ciało, są też głowice do wykonywania go na twarzy – jest wtedy nazywany endermoliftingiem.

Nieodzownym wyposażeniem podczas masażu jest kostium przykrywający ciało, który przypomina rodzaj grubej pończochy. Służy ochronie skóry przed uszkodzeniem, które mogłyby być spowodowane przez jej intensywne zasysanie. Zapewnia też poślizg głowicy, dzięki czemu nie trzeba aplikować żadnych dodatkowych produktów.

Zabieg endermologii można porównać do zaawansowanego masażu bańką chińską, jednak ze względu na zastosowane rozwiązania jest on zdecydowanie



Endermologia znana jest od 35 lat

łagodny dla skóry, działa na jej głębokie warstwy, a rolki zwijające skórę w fałd i rozwijające go skutecznie wzmacniają działanie procedury.

Na czym polega działanie endermologii?

Skutkiem działania na skórę głowicy ssąco-masującej jest przede wszystkim pobudzenie ukrwienia skóry aż do jej głębokich warstw, co stymuluje jej funkcjonowanie. Zabieg zapewnia jednocześnie działanie ujędrniające i redukujące cellulit oraz drenaż limfatyczny.

Efekty endermologii obejmują usprawnienie dopływu z krwi tlen i związków odżywczych oraz usuwanie produktów przemiany materii z tkanki, nasilenie odpływu limfy, czyli chłonki, zwiększenie spalania tkanki tłuszczowej, zwiększenie syntezy białek podporowych skóry – kolagenu i elastyny, rozluźnienie spiętych mięśni, redukcja poziomu stresu poprzez wytwarzanie endorfin.

Endermologia jest zabiegiem całkowicie naturalnym, bezinwazyjnym i bezbolesnym. Stymuluje silnie tkankę łączną, która obejmuje skórę i tkanki poniżej, jak również mięśnie. Przekłada się to na działanie zabiegu, którego efekty obejmują: poprawa koloru skóry i jej rozświetlenia, zwiększenie gęstości i nawilżenia skóry, redukcja podskórnych obrzęków, wyrównanie powierzchni ciała, zmniejszenie widoczności pomarańczowej skórki, modelowanie sylwetki, wygładzanie zmarszczek

(odmładzanie), poprawa jędrności skóry, redukcja rozstępów, relaksacja. Efekty zabiegów endermologii, a także ich bezpieczeństwo, zostały potwierdzone w ponad 145 badaniach klinicznych.

Trzeba przy tym wiedzieć, że jego ogólnie stosowane określenie metody mechanicznej stymulacji skóry pochodzi od oryginalnej nazwy Endermologie® firmy LPG, która powstała we Francji i jako pierwsza uzyskała też certyfikat FDA. Warto też wspomnieć, że technologia została opatentowana już w 1986 roku. Chociaż konkurencyjne urządzenia mają zapewniać podobne efekty, opisywana tu skuteczność zabiegów dotyczy właśnie marki LPG Alliance.

Czy ten zabieg odchudza?

Endermologia zapewnia wyszczuplenie ciała, które jest efektem aktywacji tkanki tłuszczowej i wzrostu jędrności ciała. Obserwowane jest zmniejszanie się obwodów ciała – już po trzech zabiegach może wiązać się ze spadkiem obwodu talii o trzy centymetry. Redukcja w pasie i udach może wynieść nawet 5 cm.

Należy jednak pamiętać, że endermologia nie jest sama w sobie zabiegiem odchudzającym, a za to stanowi niezwykle efektywne wspomaganie diety redukcyjnej. Usprawnia wtedy usuwanie zbędnych produktów metabolizmu i pomaga zredukować wiotczenie skóry, które jest skutkiem utraty masy ciała. Zbadano także, że poprawia jego

kształty u osób poddanych wcześniejszemu zabiegowi liposukcji.

Ile zabiegów wykonać w serii i jaka jest cena?

Chociaż efekty endermologii są widoczne już po jednym zabiegu, optymalne działanie i trwała poprawa stanu skóry wymaga wykonania ich serii, która składa się z co najmniej 10 zabiegów. Są one jednak warte wydanych pieniędzy, zwłaszcza że mogą zapewniać porównywalne efekty, co bardziej inwazyjne metody. Kuracja może mieć też znacznie niższy koszt, ale nie sprawdzać się w przypadku bardzo zaawansowanych problemów.

Zabiegi trwają od 15 minut do godziny, zależnie od wielkości wybranych obszarów ciała, zwykle jest to jednak około pół godziny. Najlepiej powtarzać je co 2-3 dni.

Jeden zabieg endermologii kosztuje zwykle około 100 zł, ale dotyczy jednej partii ciała. Wyszczuplenie brzucha, ud i pośladków to już 200 zł, przy czym niektóre salony przyjmują opłaty za określony czas masażu. Dla tego 40-minutowego może to już być 450 zł.

Na szczęście jednak pełną serię 10 półgodzinnych zabiegów można wykupić już za 1000-1200 zł; podobna może też być opłata za 5 dłuższych spotkań. Konieczne jest także nabycie kostiumu (100-120 zł, w pakiecie często gratis). Jest on przeznaczony do wielorazowego użytku.

Fakty i mity na temat skórki pomarańczowej

Martyna Jaros
martyna.jaros@polskapress.pl

Cellulit trudno jest zlikwidować, na jego temat powstało wiele błędnych opinii. Zobacz najpopularniejsze fakty i mity na temat cellulitu.

Najczęstszą przyczyną rozwoju cellulitu są zaburzenia hormonalne, głównie nadmiar estrogenów, przy jednoczesnym niedoborze progesteronu. Wśród innych możliwych przyczyn jego rozwoju wymienia się także: predyspozycje genetyczne, siedzący tryb życia i brak aktywności fizycznej, palenie papierosów, nadwaga i otyłość, problemy układu krążenia, nadciśnienie, noszenie obcisłych ubrań, które powodują nadmierny ucisk tkanek. Dodatkowymi czynnikami zwiększającymi ryzyko rozwoju cellulitu są cukrzyca oraz przewlekła niewydolność żylna.

1. Cellulit to przypadłość wyłącznie kobieca

FAKT: Rzeczywiście, cellulit praktycznie nie dotyczy mężczyzn – to przypadłość typowo damska. Dlaczego? Na rozwój cellulitu mają istotny wpływ zaburzenia hormonalne, a przede wszystkim nadmiar kobiecych estrogenów. Ich nadprodukcja zaburza gospodarkę wodno-elektrolitową, nasila zatrzymywanie wody w organizmie i sprzyja tworzeniu się obrzęków. Drugą przyczyną jest odmienna budowa tkanki tłuszczowej u kobiet niż u mężczyzn oraz znacznie większa jej zawartość w ciele pań niż panów.

2. Antykoncepcja hormonalna nasila cellulit

FAKT: Przewlekłe stosowanie tabletek antykoncepcyjnych ingeruje w gospodarkę hormonalną kobiety. Ponieważ zaburzenia endokrynologiczne są jednym z czynników predysponujących do cellulitu, w wyniku stosowania antykoncepcji doustnej problem może ulec nasileniu. Nowoczesne pigułki mają jednak łagodniejsze działanie na układ hormonalny niż te starszych generacji, a jeśli zostaną dobrane, problem daje się zminimalizować.

MIT: To, co gości na naszych talerzach, ma istotny wpływ na stan zdrowia oraz samopoczucie. Wybierając wysokoprzetworzoną żywność, dostarczamy do organizmu zbyt dużo soli, cukru i dodatków do żywności, a niewiele witamin, przeciwutleniaczy, składników mineralnych i błonnika. Zdrowa dieta pomaga pozbyć się nadmiaru tkanki tłuszczowej, co sprawia, że cellulit może być mniej widoczny. Najkorzystniej połączyć zmiany żywieniowe ze wzrostem poziomu aktywności fizycznej.

3. Dieta nie ma znaczenia w walce z cellulitem

MIT: Niestety, zarówno kobiety aktywne, jak i te prowadzące siedzący tryb życia mogą zmagać się z cellulitem. Różnica tkwi w nasileniu problemu. U amatek sportu cellulit może być mniej widoczny, ponieważ ruch usprawnia przepływ krwi i limfy w skórze. Zwiększenie poziomu aktywności da najlepsze efekty w połączeniu ze zdrową dietą oraz wyrównaniem ewentualnych zaburzeń hormonalnych.

4. Cellulit nie dotyczy aktywnych kobiet

MIT: Niestety, zarówno kobiety aktywne, jak i te prowadzące siedzący tryb życia mogą zmagać się z cellulitem. Różnica tkwi w nasileniu problemu. U amatek sportu cellulit może być mniej widoczny, ponieważ ruch usprawnia przepływ krwi i limfy w skórze. Zwiększenie poziomu aktywności da najlepsze efekty w połączeniu ze zdrową dietą oraz wyrównaniem ewentualnych zaburzeń hormonalnych.



Cellulit dotyka zdecydowanej większości kobiet, także tych szczupłych, aktywnych. Skąd się bierze?

Przeszczep szpiku ratuje życie. Kto może być dawcą i jak wygląda procedura pobrania?



Aby zostać potencjalnym dawcą szpiku, należy specjalnym patyczkiem wykonać wymaz z jamy ustnej, zabezpieczyć zgodnie z instrukcją i przesłać go do Fundacji DKMS

Justyna Śmigaruk
justyna.smigaruk@polskapress.pl

Szansa na znalezienie praktycznie idealnego dopasowania genetycznego jest bardzo mała. Wzrasta wraz z liczbą osób zarejestrowanych w potencjalnej bazie dawców. Kto może zostać dawcą szpiku?

Dawca szpiku jest niekiedy jedynym ratunkiem dla pacjentów z groźnymi chorobami układu krwionośnego i chłonnego. W niektórych przypadkach dawcą może być osoba z najbliższej rodziny (rodzice, rodzeństwo). Niestety, jak pokazują statystyki, zgodność z bratem lub siostrą niekiedy wynosi zaledwie 25 procent. Wówczas można skorzystać z pomocy dawców alternatywnych – osób, które zgłosiły się dobrowolnie i pozostają w gotowości, by bezpłatnie i anonimowo oddać szpik kostny, a dokładnej krwiotwórcze komórki macierzyste.

Szansę na znalezienie osoby obcej z odpowiednią genetyczną zgodnością z chorym są niewielkie – średnio 1: 20 000. W bazie fundacji DKMS zarejestrowanych jest ponad 1 480 000 potencjalnych dawców. Łącznie w światowych bazach znajduje się 25 milionów potencjalnych dawców. Dawca szpiku kostnego może uratować życie osobom chorym na ostre białaczki, przewlekłe białaczki

szpikowe i zespoły mieloproliferacyjne, chłoniaki, ziarnicę złośliwą, niektóre anemie (nocna napadowa hemoglobinuria, anemia Fanconiego, anemia aplastyczna), wrodzone niedobory odporności i choroby metaboliczne, ciężkie schorzenia autoimmunologiczne.

Kto może zostać dawcą szpiku?

Oddać szpik mogą osoby pomiędzy 18. a 55. rokiem życia. Dawca szpiku musi ważyć ponad 50 kg i nie może mieć znacznej nadwagi (BMI poniżej 40). Preferuje się dawców w wieku od 18 do 30 lat, ponieważ od rejestracji w bazie do oddania szpiku kostnego może upłynąć nawet kilka lub kilkanaście lat. Oczywiście nie oznacza to, że osoba w wieku 45 lat nie powinna się rejestrować. Potrzebujący chory może z równym prawdopodobieństwem znaleźć się w ciągu tygodnia od rejestracji.

Dawcy szpiku kostnego powinni odznaczać się dobrym ogólnym stanem zdrowia. Oznacza to, że nie mogą być obciążeni żadnymi chorobami dziedzicznymi, przewlekłymi ani genetycznymi.

Rejestrem, który łączy potencjalnych dawców z biorcami jest baza dawców szpiku. Istnieje kilka takich baz, a najpopularniejszą jest baza Fundacji DKMS. Można również zgłosić się do swojego

Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa. Na miejscu przyszły dawca szpiku zostaje poproszony o wypełnienie formularza oraz deklaracji woli. Następnie pobiera się dwie próbki krwi, by zbadać antygeny HLA (potrzebne do ustalania zgodności genetycznej z biorcą).

WARTO WIEDZIEĆ

Dawcy doceniani

Bazy dawców szpiku mają charakter międzynarodowy, co w praktyce oznacza, że szpik oddany w Polsce może trafić do potrzebującego na drugim krańcu świata. Warto też wspomnieć, że dawca szpiku kostnego posiada pewne przywileje. Osoba posiadająca odznakę Dawcy Przeszczepu (jednokrotnie oddała komórki macierzyste) ma prawo poza kolejnością korzystać z ambulatoryjnej opieki medycznej. Natomiast Zasłużony Dawca Przeszczepu (więcej niż jedno pobranie) otrzymuje oprócz tego bezpłatne leki podstawowe i uzupełniające. Wykaz leków znajduje się w rozporządzeniu Ministra Zdrowia z dnia 3 lutego 2010 r.

Aby zarejestrować się przez Internet, wystarczy wejść na stronę Fundacji DKMS i wypełnić formularz rejestracyjny. Potencjalni dawcy szpiku są w nim pytani jedynie o wiek, wagę, wzrost, obywatelstwo oraz o to, czy są zarejestrowani w innej bazie. Następnie podają swoje dane kontaktowe, a fundacja przesyła pocztą pakiet rejestracyjny – formularz, materiały informacyjne, instrukcję pobrania wymazu z jamy ustnej oraz dwie pałeczki służące do pobrania. Materiał z wymazu należy odesłać wraz z wypełnionymi dokumentami na adres fundacji. Teraz wystarczy już tylko czekać na potwierdzenie rejestracji oraz kartę dawcy.

Osoba, która zarejestrowała się jako dawca, musi być świadoma swojego zobowiązania. W każdej chwili może dowiedzieć się, że ktoś czeka na jej komórki macierzyste. Oczywiście, może prowadzić zwyczajne życie, pamiętając jednak, by aktualizować dane kontaktowe w bazie. Musi również brać pod uwagę fakt figurowania w bazie dawców, podejmując takie decyzje, jak wykonanie tatuażu czy dłuższy pobyt za granicą. Okresy przyjmowania leków, pół roku po tatuowaniu skóry czy okres nieobecności warto zgłaszać do bazy, by tymczasowo zmieniła status dawcy na nieaktywny.

Morfologia krwi pomoże wykryć choroby krwi i szpiku kostnego. Warto robić ją regularnie

Monika Górska
monika.gorska@polskapress.pl

Morfologia krwi to podstawowe i najczęściej przeprowadzane badanie diagnostyczne. Pozwala wykryć wiele nieprawidłowości i znaleźć przyczynę wielu chorób na wczesnym etapie.

Choroby krwi i szpiku kostnego mają różne przyczyny i objawy, ale wszystkie da się wykryć dzięki najprostszemu i podstawowemu badaniu, jakim jest morfologia krwi obwodowej. Już nieznaczne odchylenia od normy pozwalają lekarzowi podstawowej opieki zdrowotnej zauważyć pierwsze symptomy choroby i skierować pacjenta do odpowiedniego specjalisty.

Tymczasem wiele osób obawia się wykonywać jakiekolwiek badania, bo panuje przekonanie, że dopóki nic mi nie jest, to jestem zdrowy, a jak zrobię badania, to na pewno wyjdzie mi jakaś choroba. Walcząc z tego typu poglądami, powstała ogólnopolska kampania „Odpowiedz masz we krwi!”, która stawia na edukację i profilaktykę. W jej ramach wystartował również nowoczesny portal edukacyjny www.omwk.pl, w bardzo przystępny sposób popularyzujący wiedzę o chorobach krwi i szpiku.

Morfologia krwi jest najważniejszym narzędziem pozwalającym na rozpoznanie niedokrwistości, stanów zapalnych, infekcji czy małopłytkowości. Pozwala też na wstępną diagnostykę chorób nowotworowych szpiku kostnego i układu limfatycznego.

Jak mówi prof. dr hab. n. med. Ewa Lech-Marañda, konsultant krajowy w dziedzinie hematologii, dyrektor Instytutu Hematologii i Transfuzjologii w Warszawie, od 1996 roku morfologia krwi nie znajduje się już w pakiecie badań okresowych zlecanych przez lekarza medycyny pracy. Z tego powodu tym bardziej musi ona być wykonywana w ramach badań profilaktycznych przez lekarza rodzinnego.



Morfologia krwi to proste badanie, które bardzo dużo mówi o kondycji naszego organizmu i ew. schorzeniach

Krew nie boli, nie daje też żadnych konkretnych sygnałów, że jej stan się pogarsza. Często odczuwane zmęczenie, nocne poty, gorączka lub stany podgorączkowe czy utrata masy ciała są ignorowane i zrzucane na karb przemęczenia czy niegroźnej infekcji wirusowej lub bakteryjnej. Tymczasem to właśnie te niespecyficzne objawy mogą sugerować wczesne stadium nowotworu krwi lub szpiku kostnego. Oczywiście nie należy bać się każdego odczuwanego osłabienia czy lekkiej gorączki i uważać tych objawów od razu za symptom białaczki czy chłoniaka. Jednak długo odczuwane lub często powtarzające się objawy tego typu powinny skłonić nas do wizyty u lekarza i przebadania krwi.

Wśród najczęściej spotykanych nowotworów krwi wyróżniamy:

- nowotwory układu krwiotwórczego – m.in. przewlekła białaczka szpikowa, ostra białaczka szpikowa, przewlekła białaczka limfocytowa, ostra białaczka limfoblastyczna,
- nowotwory układu chłonnego – m.in. chłoniak nieziarniczy, chłoniak Hodgkina, szpiczak plazmacytowy.

Wczesne rozpoznanie chorób krwi i szpiku pozwala na szybkie podjęcie leczenia, gdy choroba dopiero się rozwija, co daje duże szanse na jej całkowite wyleczenie i szybki powrót do zdrowia.

Nie należy więc bać się badań, bo lepiej wykonać je przy nieznacznych objawach lub profilaktycznie i wtedy wykryć rozwijającą się chorobę, niż doświadczyć dotkliwych objawów w zaawansowanym jej stadium, gdy szanse na wyleczenie maleją z każdym dniem. Więcej na temat objawów i przebiegu chorób krwi znajdziemy na platformie www.omwk.pl, która powstała w ramach trwającej już od trzech lat kampanii „Odpowiedz masz we krwi!”. Jest ona efektem współpracy grona ekspertów z dziedziny hematologii i organizacji pacjentów, którzy wspierają chorych na schorzenia hematologiczne.



Zawsze starałam się mówić Roxanie o tym, jaką wartościową jest wielopokoleniowa rodzina

Izabela Trojanowska o swej córce dla tygodnika „Świat & Ludzie” Fot. Sylwia Dąbrowa

Z ŻYCIA GWIAZD

W TELEWIZJI

KRZYŻÓWKA NR 166

Małgorzata Socha upiekła sernik

Do niedawna popularna aktorka unikała pokazywania na Instagramie twarzy swych dzieci. Ostatnio to się zmieniło. Najpierw z okazji czwartych urodzin syna zaprezentowała uśmiechniętą buzię małego Stasia, a w minioną niedzielę – córkę Zosi i Basi. Socha zapozowała wraz z dziewczynkami i okazałym sernikiem własnej roboty.



Rafał Zawierucha powiedział „tak”

Jeden z najbardziej rozchwytywanych obecnie polskich aktorów wziął ślub w miniony weekend. Jego wybranką jest pracująca poza show-biznesem Beata Wiśnicka. Para powiedziała sobie „tak” w kościele. Za suknię panny młodej odpowiadała Viola Piekut. Wesele odbyło się w podwarszawskim hotelu.

Paweł Deląg pochwalił się

Popularny aktor pojawił się niedawno w „Dzień dobry TVN” po raz pierwszy publicznie z dwoma synami. Paweł Junior ma 29 lat, a Mikołaj – 21 lat. Pierwszy z nich na początku roku wziął ślub z Adrianną Malicką. Para doczekała się właśnie pierwszego dziecka – córki Rozalii Barbary. Synowie poszli w ślady ojca. Pierwszy pracował z nim przy filmie „Zrodzeni do szabli”, a drugi – przy dokumencie „Pani Basia”. Paweł Junior pomagał przy produkcji, a Mikołaj był asystentem reżysera. (GZL) Fot. Szymon Starnawski

Krafftówna w krainie czarów

Ale Kino+ HD, 10:15

„Wyobraź sobie dziewczynkę, która nie chce dorosnąć. Wyobraź sobie kobietę, która nią jest”. I oto ona – Barbara Krafftówna, zasłużona polska aktorka, mająca stałe miejsce w panteonie dzięki m.in. roli w „Jak być kochaną” Wojciecha Jerzego Hasa. Film pozwala zanurzyć się w świecie diwy polskiego kina.

Psy i my

TVP Dokument, 13:55

Pies jest symbolem prawdziwej przyjaźni i bezgranicznej lojalności. Ale co tak naprawdę wiemy o naszych pupilach? W tym filmie poznamy najpiękniejsze, najbardziej ekscytujące i niezwykle historie ze wspólnego życia psów i ludzi.

Czarna kura

TVP Kultura, 20:00

Nepal, rok 2001. Trwa wojna domowa. W małej wiosce Prakash i Kiran marzą o posiadaniu kury. Dzięki niej mogliby zarabiać na sprzedaży jajek i kupować, to, czego potrzebują. Próbuje zdobyć kurę chłopcy muszą stawić czoła otaczającej ich rzeczywistości.

Dzień z telewizją – 70 lat minęło, czyli podróż po historii TVP

TVP 2, 21:45

Program przypomina wyjątkowe momenty w historii Telewizji Polskiej oraz programy, które zyskały miano kultowych. W pierwszym odcinku – seriale i telenowe.

Poziomo:

- 3) bajkowy stwór zięjący ogniem,
- 6) uczeń szkoły podoficerskiej,
- 11) opiekuje się żrebakiem,
- 12) ... Lee Anderson, aktorka z USA,
- 13) wzór do naśladowania,
- 14) ogrodenie ze sztachetami,
- 15) poczucie godności osobistej,
- 16) niewielki śnieżny pagórek,
- 17) główny śpiewak w synagodze,
- 18) pierwszy okres mezozoiku,
- 19) barwi lakmus na czerwono,
- 21) pomocne wskazówki,
- 23) część rozgrywki brydżowej,
- 26) dęty instrument muzyczny,
- 27) czynne środki przedsiębiorstwa,
- 30) typ uniwersalnej obrabiarki,
- 31) część ceny detalicznej,
- 34) stan pierwotny środowiska,
- 38) „... i wanilia”, program różniczy,
- 39) chwała i sława otaczające kogoś,
- 40) „atrybut” porucznika Kojaka,
- 41) zburzyły mury Jerycha,
- 42) czynna członkini organizacji.

Pionowo:

- 1) roślina cienistych lasów liściastych,
- 2) partner w tańcu,
- 3) ptaki – amatorzy czereśni,
- 4) mocna podstawa,
- 5) urzędowy spis gruntów,
- 6) mityczna kraina złota,
- 7) miała schadzki pod jaworem,
- 8) komunizm udzielana umierającemu,



- 9) błyszczące ozdoby ludowego stroju,
- 10) leśne ustronie, pustkowie,
- 20) odgłos pracy silnika,
- 22) Karol, brytyjski przyrodnik, twórca teorii ewolucji,
- 24) rynek w starożytnych miastach greckich,
- 25) ptak jak robotnik leśny,
- 28) talia kart do kabały,
- 29) prawobrzeżna dzielnica

Warszawy,

- 31) substancja w miotaczach ognia,
- 32) gromada ludzi, mrowie,
- 33) wielkie cierpienie, gehenna,
- 35) uprawia siłowe dyscypliny sportu,
- 36) „ubiór” zwierzęcia pociągowego,
- 37) bajkowy posiadacz cudownej lampy.

ROZWIĄZANIE NR 165

J	A	W	W	P	P	A	T	O	S	P	G
L	F	L	A	N	E	L	A	O	K	N	O
N	I	K	E	Z	P	R	U	M	O	R	L
B	K	W	A	T	E	R	A	H	A	A	W
H	A	I	T	I	G	B	L	A	M	Z	N
B	E	N	R	I	C	O	N	G	E	E	A
W	A	L	E	C	U	L	K	R	Y	G	O
E	A	H	I	M	A	L	A	I	S	T	A
Z	A	D	Z	A					C	H	I
Y	E	S	W						J	E	I
K	O	K	O	S					B	A	G
B	D	D	Z						I	W	W
K	U	L	I	S					E	P	I
C	U	N							D	N	L
C	H	A	M	A	M	A	Z	O	N	K	A

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Nie miej oporów przed podejmowaniem wymagających dużego zaangażowania zadań. Horoskop dzienny mówi, że sił Ci nie zabraknie. **Ryby (19.02 - 20.03)** Nie próbuj rozstawiać innych po kątach. Horoskop na dziś bardzo wyraźnie ostrzega, że takie postępowanie może zakończyć się awanturą. **Baran (21.03 - 19.04)** Prawdopodobnie musisz dzisiaj liczyć się z dodatkowymi wydatkami. Horoskop dzienny na środę mówi, że raczej nie uda Ci się ich uniknąć...

Byk (20.04 - 20.05)

Spadną na Twoje barki dodatkowe obowiązki. Horoskop dzienny mówi, że chęci do ich realizacji Ci nie braknie, ale sił może nie starczyć. **Bliznięta (21.05 - 21.06)** Nie noś w sobie urazów i staraj się wyciągać rękę do zgody. Horoskop na dziś mówi, że taką postawą zapracujesz na szacunek innych osób. **Rak (22.06 - 22.07)** Będziesz dzisiaj kopalnią dobrych pomysłów. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że niektóre bardzo szybko wejdą w fazę realizacji.

Lew (23.07 - 22.08)

Możesz sobie dzisiaj pozwolić na odrobinę luzu. Horoskop dzienny wyraźnie uspokaja, że mniejsze obroty nie obniżą Twojej skuteczności. **Panna (23.08 - 22.09)** Niektóre zaplanowane przez Ciebie zadania nie wejdą w fazę realizacji. Horoskop na dziś mówi, że wywoła to u Ciebie sporą frustrację. **Waga (23.09 - 22.10)** Horoskop dzienny na środę mówi, że musisz wykaazać się subtelnością i delikatnością wobec problemu, z jakim zmaga się ktoś ze znajomych.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Ktoś będzie próbował wpłynąć na podejmowane przez Ciebie decyzje. Horoskop dzienny zapowiada, że dasz temu stanowczy odpór. **Strzelec (22.11 - 21.12)** Błyśniesz talentem, który wprawi kilka osób w stan delikatnego osłupienia. Horoskop na dziś wróży, że niektórzy ruszą z gratulacjami. **Koziorożec (22.12 - 19.01)** Trzymaj dzisiaj nerwy na wodzy. Horoskop dzienny na poniedziałek ostrzega, że niekontrolowany wybuch może stać się zarzewiem awantury.



I Europejski Kongres Sportu i Turystyki trwał trzy dni – od 18 do 20 października Kongres jakiego jeszcze nie było w Małopolsce!

280 prelegentów, 71 paneli dyskusyjnych, 8 bloków tematycznych, 6 scen – oto najkrótsza wizytówka I Europejskiego Kongresu Sportu i Turystyki, który odbył się w Zakopanem. Pierwsze takie spotkanie byłych i obecnych mistrzów sportu oraz trenerów, ludzi ze świata biznesu, polityki i mediów odbyło się w Nosalowym Dworze.

- Z całego serca chcę Państwu podziękować za organizację tego bardzo ważnego wydarzenia oraz za uczestnictwo – podkreślił Andrzej Duda, prezydent Rzeczypospolitej Polskiej, który 19 października wieczorem uświetnił galę Ambasadorów Sportu.

Pierwszy taki kongres

- Mamy niepowtarzalną okazję do tego, aby w tak świetnym gronie wymieniać się poglądami, niezależnie od tego jaką dyscyplinę reprezentujemy. Niezależnie od tego czy jesteśmy, tak jak ja, ministrem, czy też sportowcami, działaczami, trenerami, samorządowcami lub sponzorami - zaznaczył Kamil Bortniczuk, minister sportu i turystyki, dziękując jednocześnie prezydentowi za mocne wsparcie i zabieganie o inwestycje dla polskiego sportu, również te, które dotyczą bezpośrednio Zakopanego i Małopolski.

Przy tej okazji wspominał, że przyszłoroczny budżet polskiego sportu jest rekordowy. - W historii III Rzeczypospolitej nigdy jeszcze nie było tak wielkiego wzrostu w ujęciu rok do roku. W planie na rok 2022 na sport było przeznaczonych w budżecie 1,6 mld zł, w planie na rok 2023 mamy 3,5 mld zł - oświadczył minister.

- Zakopane to świetne miejsce na organizację kongresu. Decyzję o jego organizacji podjęliśmy wspólnie z ministrem Kamil Bortniczkiem – ze względu na doskonałe relacje z narodowymi komitetami olimpijskimi w 48 krajach Europy. Niewykorzystanie tego, byłoby grzechem zaniedbania – podkreślił Witold Kozłowski, marszałek Województwa Małopolskiego.

- Liczymy, że Europejski Kongres Sportu i Turystyki, już na stałe wpisze się w kalendarz dużych imprez kongresowych w Polsce. Jakość organizacji, profesjonalna kadra i świetna baza kongresowa, to są te elementy, które pozwalają nam spać spokojnie - dodał Rafał Szmytke, prezes Polskiej organizacji Turystycznej.

O wojnie, sporcie i genetyce

Jak dyktatorzy wykorzystują sport w czasie konfliktów zbrojnych? Czy solidarność sportowców w obliczu agresji Rosji na Ukrainę ma znaczenie? Czy areny sportowe są odpowiednim miejscem do toczenia wojny z Rosją?

O roli sportu i sportowców m.in. w służbie rosyjskiej propagandy, a także budowaniu politycznej „soft power” dyskutowali w Zakopanem m.in. Kamil Bortniczuk, minister sportu i turystyki; Andriy Chesnokov, wiceminister młodzieży i sportu Ukrainy; Henryk Szczepański, prezes Związku Piłki Ręcznej w Polsce; Mirosław Skrzypczyński, prezes Polskiego Związku Tenisowego, a także spore grono ekspertów.

- Polski sport zachował się jak trzeba w kontekście wojny na Ukrainie - zaznaczył Kamil Bortniczuk. Oświadczył też, że nie „wyobraża sobie, by do zakończenia procesu pokojowego Rosjanie, jako reprezentanci Rosji, mogli powrócić na międzynarodowej arenie sportowej”.

„Profilowanie genetyczne jako narzędzie wsparcia trenerów i sztabów szkoleniowych” – to kolejny z tych tematów, które już pierwszego dnia wzbudziły mnóstwo emocji w Zakopanem. Nie mniej ciekawe dyskusje - w bloku „Innowacje w sporcie” - toczono wokół diety i suplementacji. Specjaliści i eksperci zastanawiali się np. nad tym czy jest to sposób na zdrowe życie, czy raczej w ten sposób hodujemy cyborgi. Nie zabrakło również rozmów o doping (progres czy błędne koło, co zrobić z nieuczciwymi sportowcami) oraz kosztach zdobywania olimpijskich medali.

- Tam, gdzie są dysproporcje w zarobkach, gdzie pojawiają się regulacje dotyczące ciąży, trzeba umiejętnie ważyć słowa. Nam się to dzisiaj udało. Jednak tę dyskusję trzeba prowadzić. Prowadzić rzeczowo, ale spokojnie - tak o panelu „Czy pleć w sporcie ma znaczenie?” mówiła Iwona Niedźwiedz, świetna piłkarka ręczna, w Zakopanem także w roli rzeczniczki I Europejskiego Kongresu Sportu i Turystyki.

Z tą nietatwą tematyką zmierzyli się m.in. Katarzyna Skorupa, reprezentantka Polski w piłce siatkowej; Sofia Ennaoui, lekkoatletka, biegaczka, medalistka mistrzostw Europy; Iga Baumgart-Witan, lekkoatletka, sztafeta 4x400 m; Ewa Grzegorzczak, dyrektor pionu marketingu, sprzedaży i organizacji imprez, a także Marek Pieniążek, wiceprezes KS DevelopRes Rzeszów.

Specjalne bloki tematyczne, a było ich wszystkich aż osiem, poświęcone były nie tylko „Roli sportu w czasie wojny” i „Turystyce po pandemii”, ale także „Organizacji wielkich wydarzeń sportowych” i „Innowacjom w sporcie”. Dyskutowano też o „Rekreacji i sporcie masowym”, „Sporcie bez barier”, „Sporcie zawodowym i pieniądzu” (aż 18 paneli!) oraz „E-sporcie”.

- Olbrzymie zainteresowanie kongresem świadczy, że warto robić



I Europejski Kongres Sportu i Turystyki był doskonałą okazją do uhonorowania wszystkich tych, którzy rozwijają sport w Małopolsce.

takie wydarzenia w tak atrakcyjnych miejscach. Oznacza to również, że do Małopolski powracają duże wydarzenia. Potencjał naszego regionu wreszcie jest wykorzystywany - zaznaczył Grzegorz Biedroń, prezes Małopolskiej Organizacji Turystycznej.

Igrzyska Europejskie

- Będzie to największa impreza w historii naszego kraju i największa impreza sportowa roku 2023 na świecie - podkreślił minister Kamil Bortniczuk.

Igrzyska rozpoczną się 21 czerwca 2023 r. Inauguracja i zakończenie odbędą się na Stadionie Miejskim w Krakowie. Podczas kongresu zaprezentowano wszystkie areny - w 11 miastach - na których odbywać się będą zawody sportowe.

- Dalsza droga może nie jest już kręta, ale nadal wyboista. Choćby dlatego, że postępowania przetargowe są w dzisiejszych czasach bardzo trudne - tak z kolei o przygotowaniach do Igrzysk mówił Witold Kozłowski, marszałek Małopolski.

Spośród 28 dyscyplin, które zostaną rozegrane podczas III Igrzysk Europejskich, gospodarzem aż 11 będzie Kraków. Najlepszych sportowców Europy będzie można jednak podziwiać także w Zakopanem, Krynicy-Zdroju, Nowym Targu, Tarnowie, Oświęcimiu, Nowym Sączu, Krzeszowicach, a także w Chorzowie, Wrocławiu i Rzeszowie.

- Igrzyska realizujemy w oparciu o już istniejące obiekty sportowe. One będą tylko modernizowane, aby w przyszłości lepiej spełniały oczekiwania sportu wyczynowego - zaznaczył Andrzej Gut-Mostowy, sekretarz stanu w ministerstwie sportu i turystyki, a zarazem pełnomocnik Prezesa Rady Ministrów ds. promocji polskiej marki.

Wyzwania dla turystyki

- Sport jako nośnik pozytywnych emocji jest ściśle powiązany z turystyką. Polska Organizacja Turystyczna, lokalne i regionalne organizacje turystyczne budują swój przekaz również opierając się na dużych wydarzeniach sportowych - dodał Rafał Szmytke, prezes Polskiej Organizacji Turystycznej.

Aspekt turystyczny był jednak obecny podczas wydarzenia nie tylko w kontekście wydarzeń sportowych. Podczas paneli przygotowanych przez Polską Organizację Turystyczną rozmawiano o największych wyzwaniach dla branży i rozwiązaniach skutecznych w konfrontacji z nagłymi i trudnymi do przewidzenia problemami współczesnego świata. Na zaproszenie ministra Andrzeja Guty-Mostowego w dyskusji o tym, jak inne kraje radziły sobie podczas pandemii i jak sprawdził się we wspieraniu branży i polskich rodzin program Polski Bon Turystyczny wzięli udział minister turystyki Bułgarii - Ilin Dimitrov, wiceminister gospodarki i innowacji Litwy - Vincas Jurgutis oraz Łászló Könnnyd z Węgierskiej Organizacji Turystycznej.

Wśród ważnych dla rozwoju turystyki zagadnień nie mogło zabraknąć rozmów z przedstawicielami regionów i branży o roli samorządów terytorialnych w rozwoju turystyki, wspierania regionów i znaczenia Polskich Marek Turystycznych, gmin górskich i uzdrowiskowych, a także turystyki przyjazdowej i branży MICE w budowaniu silnego systemu turystycznego i rozwoju współczesnej gospodarki.

Turystyka jest jedną z najszybciej rozwijających się branż na świecie. Zmieniające się trendy, cyfryzacja i wirtualna rzeczywistość to obszary, które wpływają na kształtowanie nowych potrzeb i postaw turystycz-

nych. Ale mogą służyć także edukacji, kształceniu nowych kadr dla turystyki, zwiększaniu jej dostępności i lepszemu zrozumieniu przyszłości, pozwalając przygotować się na zmiany. W ożywionej dyskusji o tym, jakie wyzwania stawia przed branżą rozwój technologiczny i jak może służyć jej dalszemu zrównoważonemu rozwojowi wzięli udział najlepsi specjaliści z branży nowych technologii i budowania skutecznych, nowoczesnych strategii marketingowych.

Małopolski Laur Sportu

- Laureatom życząc sukcesów i nieustannego rozwijania talentów. Niech Wam towarzyszy upór w dążeniu do wyznaczonego celu i konsekwencja w działaniu. Jesteśmy z Was dumni, że rozślawiacie imię Polski i regionu – w ten sposób marszałek Witold Kozłowski zwrócił się do wyróżnionych Małopolskim Laureatem Sportu.

Specjalne nagrody samorządu małopolskiego powędrowały do rąk najlepszych sportowców i trenerów, tych, którzy objęli się programem olimpijskim, paraolimpijskim oraz igrzysk głuchych.

Ambasadorzy Sportu

Daniel Obajtek, prezes PKN Orlen; Krzysztof Pawliński, dyrektor Grupy Maspex i Marian Kmita, dyrektor do spraw sportu w Telewizji Polsat oraz tworca kanału Polsat Sport – oto polscy Ambasadorzy Sportu. Uhonorowano ich 19 października podczas gali w Nosalowym Dworze, będącej zwieńczeniem drugiego dnia I Europejskiego Kongresu Sportu i Turystyki w Zakopanem.

- Sponsorem sportu proszę zaś, aby nie zapominali i wspierali sport, bo nie ma dziś wielkiego sukcesu bez wsparcia finansowego - zazna-

czył Andrzej Duda, prezydent Rzeczypospolitej Polskiej, który uświetnił wieczorną galę.

I Europejski Kongres Sportu i Turystyki był także doskonałą okazją do uhonorowania wszystkich tych, którzy rozwijają sport w Małopolsce. Samorząd Województwa Małopolskiego również ufundował nagrody w trzech kategoriach.

- Dla pary trener i zawodnik musi istnieć dom, musi istnieć dobrze funkcjonujący przyjazny klub, inaczej mówiąc musi istnieć kuźnia, w której te talenty są wykuwane - stwierdził Witold Kozłowski, marszałek Województwa Małopolskiego.

Czy będzie II Kongres?

- Za rok zrobimy drugą edycję. Będzie podsumowaniem Igrzysk Europejskich - nie ukrywa marszałek Witold Kozłowski. Tego samego zdania jest minister Kamil Bortniczuk.

- Kongres będzie kontynuowany w Małopolsce ponieważ współorganizatorem, współpomysłodawcą i bardzo lojalnym partnerem, z którym go organizujemy, jest marszałek Witold Kozłowski. Myślę też, że Zakopane jest dobrym miejscem, łączącym zarówno polski sport, tradycję w niektórych dyscyplinach, jak i turystykę - uznał minister sportu i turystyki.

Czy był to ciekawy kongres? Oczywiście, tak. Jeszcze nigdy w historii polskiego sportu nie zdarzyło się, aby do debaty o problemach i wyzwaniach współczesnego sportu i turystyki usiadło tak wielu ekspertów z różnych dziedzin. Te rozmowy i debaty mają zaś służyć wypracowaniu wspólnych stanowisk.

- Sport już nieraz pokazał - w historii świata - że ma ogromną moc. Jest w stanie zmieniać otaczającą rzeczywistość - podkreśla Iwona Niedźwiedz. - I my tę rzeczywistość chcemy zmieniać.

Malarstwo totalne. Artysta tworzy metaforę świata

Małgorzata Klimczak
Szczecin

Filharmonia zaprasza na wystawę Przemka Garczyńskiego „Kiedy góra była bogiem”. Jego malarstwo odnosi się do architektury i pejzażu.

Już sam tytuł wystawy sugeruje formy kultu – może gotyckie świątynie, może strzeliste góry. Artysta świadomie odnosi się do wielkich konstruktorystów i malarzy, którzy poświęcili się geometrycznej abstrakcji. Nie kopiuje jednak utrwalonych w historii sztuki przedstawień, jego podejście – niepozbawione humoru i lekkiej ironii – jest świeże. Jest to malarz poszukujący własnego języka wizualnego.

– Kiedy patrzę na obrazy Przemysława Garczyńskiego, nasuwają mi się skojarzenia z sakralnymi obrazami Jerzego Nowosielskiego, z centrycznym nasyceniem barw u Wojciecha Fangora, z miastem Pieta Mondriana, z El Lissitzkim, z Malewiczem, Kandinskim, ale także – a czemuż by nie – z głębokimi barwami drapowanych tkanin u Jana van Eycka, z iluzją krajobrazu jak u Maxa Ernsta. Garczyński nie przeczy, że inspirował go dawni mistrzowie, co widać gołym okiem. Obrazy artysty stanowią refleksję na temat pejzażu, w którym królują linia i kolor. Malarstwo Garczyńskiego jest totalne, opo-



Wystawę wspólnie z filharmonią przygotowała Monika Krupowicz i jej Open Gallery

wiada świat za pomocą matematycznych kompozycji, które maluje intuicyjnie i jednocześnie bardzo pewnie. Stanowi ono metaforę świata, w którym żyjemy – recenzuje Agata Nowosielska.

Przemysław Garczyński ukończył grafikę na Uniwersytecie Marii Skłodowskiej-Curie

w Lublinie i malarstwo na Akademii Sztuk Pięknych w Gdańsku. Pracuje na Akademii Sztuk Pięknych w Gdańsku na Wydziale Malarstwa jako asystent. Zajmuje się malarstwem, malarstwem ściennym i grafiką. Prace artysty znajdują się m.in. w kolekcji Fundacji Artystyczna Podróż Hestii,

w kolekcji Galerii Sztuki w Legnicy i w Państwowej Galerii Sztuki w Sopocie. To finałista wielu konkursów artystycznych.

Wernisaż wystawy będzie dzisiaj, 26 października, o godz. 18 w Galerii Poziom 4. Filharmonii im. M. Karłowicza w Szczecinie. ©

Nie siedź w domu, kultura czeka na ciebie

Joanna Kręzelewska
Koszalin

Szukasz pomysłu, jak ciekawie spędzić wolny czas w ostatnie dni października? Przygotowaliśmy niemałą podpowiedź.

Koszalińska Biblioteka Publiczna zaprasza dzisiaj, 26 października, o godz. 17 do sali kinowej na spotkanie promocyjne publikacji Archiwum Państwowego w Koszalinie „Fotograf mówi zdjęciami. Krzysztof Sokołów”, wydanej pod red. Katarzyny Królczyk. W piątek, 28 października KBP zaprasza na spotkanie autorskie z Maciejem Falkowskim. Początek o godz. 17.

Także dzisiaj o godz. 19 w Filharmonii Koszalińskiej dwaj artyści muzyczni i baletowi formacji Narodowa Perła Gruzji zaprezentują nowy program taneczno-muzyczny. Bilety są w cenie od 125 zł. W piątek, 28 października, o godz. 18.30 rozpocznie się koncert symfoniczny. Za pulpitem dyrygentkim stanie Jerzy Wołosz. Solistą będzie Patryk Wyborski (baryton). W programie są m.in. kompozycje Moniuszki, Bizeta i Berlioza. Bilety są w cenie od 30 zł.

Event Center G38 przy ul. Gnieźnieńskiej 38 zaprasza na piątek, 28 października, na godz. 19 na koncert formacji Nocny Kochanek. Muzycy będą promować album „O jeden most za daleko”. Bilety są w cenie 79-89 zł. W sobotę o godz. 20 sceną G38 zawładną dwie

grupy: Dr Misio oraz The Analogs (bilety: 69-89 zł).

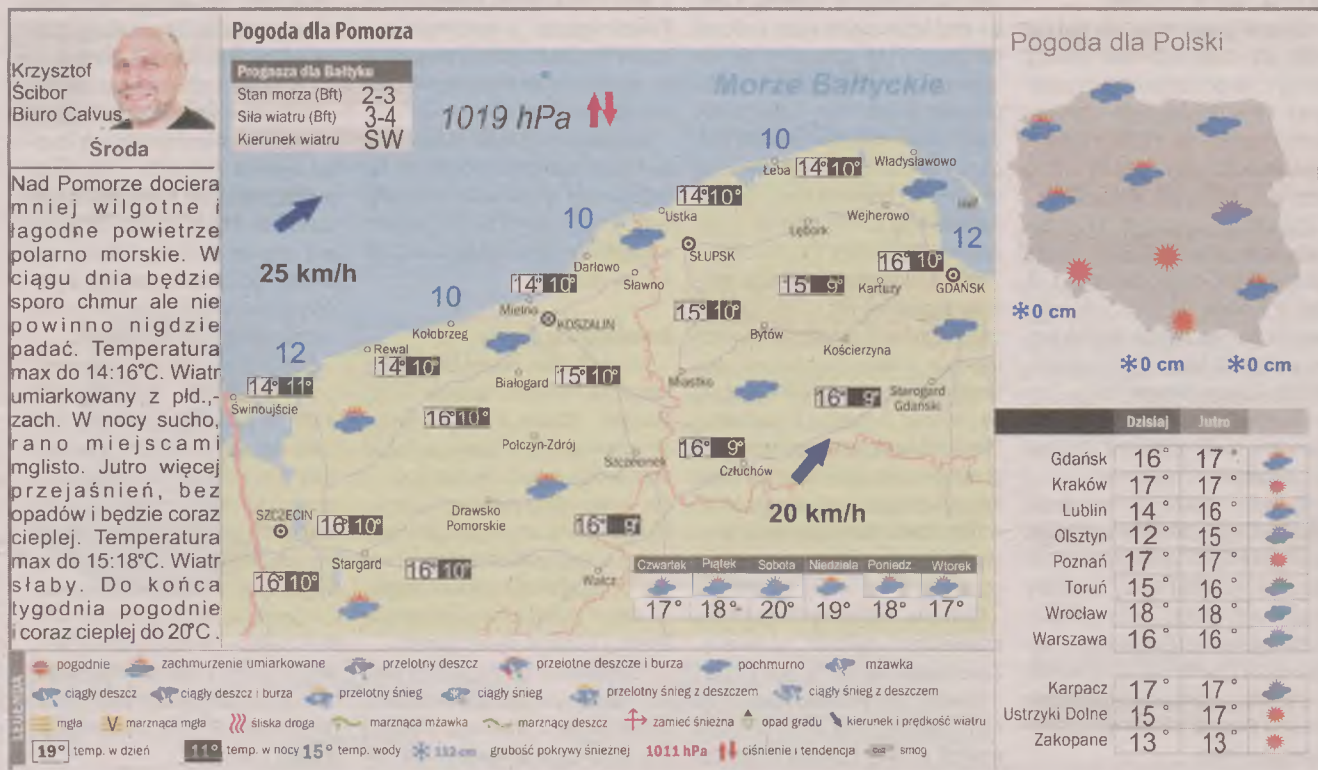
W piątek, 28 października, o godz. 18 w Galerii Amfiteatr rozpocznie się wernisaż wystawy koszalinianina Tomasza Rogalińskiego „Mężczyzna w fazie regresji”. Prace można będzie oglądać do 20 listopada. Wstęp wolny.

W sobotę o godz. 12 najmłodsi mogą przyjść do Kina Małego Widza na „Guliwera”. Bilety są w cenie 12 zł. A na godz. 17 fundacja Pokoloruj Świat zaprasza na koncert z okazji Dnia Seniora. Orkiestrę Symfoniczną Filharmonii Koszalińskiej poprowadzi Stefan Johannes Walter. Solistką będzie sopranistka Katarzyna Dondalska, a w muzycznym menu jest muzyka filmowa. Wstęp na wydarzenie jest wolny, obowiązuja darmowe wejściówki.

W piątek i w sobotę o godz. 19 na deskach Bałtyckiego Teatru Dramatycznego wystawiona zostanie „Sztuka” Yasminy Rezy, to spektakl Lubuskiego Teatru w Zielonej Górze. W reżyserskim ujęciu Roberta Czechowskiego jest wymienitą komedią o naturze stosunków międzyludzkich. Bilety w cenie 30 zł.

W poniedziałek, 31 października będzie „Halloween w kinie Kryterium”. O godz. 18 rozpocznie się film „Nie patrz w dół” (bilety 12 zł). Seans połączony będzie z warsztatami dyniowymi dla dzieci. Zapisy na warsztaty pod nr. tel.: 94 347 57 22 lub 607 882 438. Na zajęcia trzeba przynieść własną dynię. Koszt warsztatów i seansu to 32 zł. ©

POGODA



Kobieto, rozkwitaj jak kwiat

Anna Czerny-Marecka
Słupsk

W piątek, 28 października, w godzinach 17-20 odbywać się będą warsztaty papieroplastyki dla kobiet pod tytułem „Róża”.

To drugie spotkanie w ramach cyklu „Rozkwitanie tradycji” Muzeum Pomorza Środkowego w Słupsku.

Pod okiem artystki Iwony Klinger panie poznają różnorodne techniki tworzenia róż oraz tradycję zatapiania kwiatów z bibuły w gorącym wosku pszczelim, by zachować ich urodę jak najdłużej.

Koszt warsztatów to 50 zł (w cenie są materiały). Zapisy: Magdalena Lesiecka, tel. nr 795 100 274, e-mail: magdalena.lesiecka@muzeum.slupsk.pl ©



Róże oznaczają urodę, panieństwo, dziewictwo

REKLAMA

0010628811

nasze DOBRE
Z POMORZA

Oddaj głos na swojego kandydata,
wyślij SMS pod nr 7303 (3,69 zł = 3 zł + VAT) i o treści

NDP.37

MECENAS:

POMORSKA AGENCJA ROZWOJU
REGIONALNEGO S.A.

SLUPSKA
SPECJALNA
STREFA
EKONOMICZNA

Polska
Strona Inwestycji

ST

Biżuteria „szyta” na miarę

Biżuteria autorska powstająca według indywidualnego, oryginalnego projektu. Tworzona ręcznie, z zachowaniem najwyższej dokładności i precyzji. Nierzadko powstaje wyłącznie w jednym egzemplarzu, co czyni ją unikatową.



Naszym celem jest dostarczenie najwyższej jakości biżuterii i usług z nią związanych. Szeroki dostęp do kamieni naturalnych, o nie standardowych kształtach pozwala nam na wykonywanie niepowtarzalnej biżuterii – mówi właścicielka firmy, pani Maria Kowalska. Wprowadzamy kolekcje autorskie, które są połączeniem tradycyjnych technik złotniczych z najnowszymi trendami.

Dostosowujemy swoje usługi i produkty do obecnych czasów i wymagań klientów – dodaje.

Aleksandra-Kowalski jest rodzinną firmą złotniczo-jubilerską, która istnieje na rynku od ponad 40 lat. Obecnie

mieści się w Stargardzie i już drugie pokolenie rodziny dba o piękną biżuterię i rozwój tej firmy.

Oprócz tworzenia biżuterii autorskiej, zajmujemy się naprawami, renowacją biżuterii, wykonujemy usługi oraz świadczymy usługi grawerskie – mówi pani Maria.

W 2013 roku firma wprowadziła usługę grawerowania.

Grawerujemy niemal na wszystkich powierzchniach: obrączki, pierścienie, wszelkie blaski, zegarki, długopisy, wisiorki, medaliki, bransoletki, puzderka, breloki, identyfikatory i wiele innych. Proces grawerowania jest obsługiwany przez najbardziej zaawansowane rozwiązania dostępne na rynku, co gwarantuje nieskazitelną jakość graweru. Na każdym ww. przedmiocie, biżuterii, grawerowane są ważne daty, imiona, grupy krwi, życzenia, wszystko to, co pozwoli, aby ta biżuteria, przedmiot był dla kogoś ważny, jedyny i bardzo osobisty. Jest również możliwość indywidualnego projektu graweru na zlecenie klienta. Firma dokłada wszelakich starań, aby efekt końcowy w pełni zadowalał Klienta.

Zasługą naszych klientów jest dwukrotne uhonorowanie firmy nagrodą „Orły Jubilerstwa” województwa zachodniopomorskiego oraz dyplomem „Sklep Jubilerski Roku” powiatu stargardzkiego.

ul. Lechicka 14, ul. M. Reja 10/13
73-110 Stargard
<http://grawer.stargard.pl>
Aleksandra-Kowalski | Facebook



DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne? Telefonicznie: 94 347 35 12
Przez internet: ibo.polskapress.pl
W Biurze Ogłoszeń:

Oddział Koszalin: ul. Mickiewicza 24, 75-004 Koszalin, tel. 94 347 35 12
Oddział Słupsk: ul. Henryka Pobożnego 19, 76-200 Słupsk, tel. 59 848 81 03
Oddział Szczecin: Al. Niepodległości 26/U1, 70-412 Szczecin, tel. 91 48 13 310

RUBRYKI W OGŁOSZENIACH DROBNYCH:

■ NIERUCHOMOŚCI
■ HANDLOWE
■ MOTORYZACJA

■ FINANSE/BIZNES
■ NAUKA
■ PRACA

■ ZDROWIE
■ USŁUGI
■ TURYSTYKA

■ BANK KWATER
■ ZWIĘŻĘTA
■ ROŚLINY, OGRODY

■ MATRYMONIALNE
■ RÓŻNE
■ KOMUNIKATY

■ ŻYCZENIA
■ /PODZIĘKOWANIA
■ GASTRONOMIA

■ ROLNICZE
■ TOWARZYSKIE

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

KUPIĘ mieszkanie do remontu lub zadłużone. Słupsk, 604236391

GARAŻE

KUPIĘ garaż murowany 535-480-794.

POŚREDNICTWO

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

A do Z skup-skupujemy każde pojazdy, płacimy nawet za wraki, oferujemy najwyższe ceny, 536079721

AUTO skup wszystkie 695-640-611

Praca

ZATRUDNIĘ

NIEMCY: murarz, cieśla, malarz, brukarz, elektr, spawacz: 730011300

SPRZĄTANIE dla Pań i Panów - Kołobrzeg 601 808 947

Zdrowie

INNE

ALKOHOLIZM - esperal 602-773-762

Usługi

AGD RTV FOTO

59/8430465 Serwis RTV, LCD, plazma

NAPRAWA RTV, wszystkie typy, anteny, bezpłatny dojazd, tel. 94/3457461.

PRALKI naprawa w domu. 603775878

BUDOWLANO-REMONTOWE

REMONTY od A do Z tel.660-683-933

USŁ. łazienki, hydraulika 696498391.

INSTALACYJNE

HYDRAULICZNE, tel. 607703135.

PORZĄDKOWE

SPRZĄTANIE strychów, garaży, piwnic, wywóz starych mebli oraz gruzu w bigbagach, 607-703-135.

USŁUGI porządkowe, wycinka drzew, rębak. 697-782-596

Matrymonialne

MILA 70-latką pozna Pana, 535106406

PAN pozna Panią, 507-424-834.

Różne

ODBIÓR mobilny i demontaż złomu, skup starych maszyn i urządzeń 697-782-596

STARE książki - skup 881-934-948

ZAPISY na choinki po 50 zł i stroisz 10zł kg z dowozem 604990412

ZŁOM kupię, potnę, przyjadę i odbiorę, tel. 607703135.

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

KUPIĘ ciągniki, przyczepy, maszyny rolne. Tel. 535135507.

ZWIERZĘTA HODOWLANE

KURKI odchowane 784 461 566

Towarzyskie

SŁODKA Asia, 663-092-135.

OMEGA
WYCENY
OBRÓT

SLUPSK, UL. STARZYŃSKIEGO 11
tel. 59 841 44 20;
601 654 572;

www.nieruchomosci.slupsk.pl
omega@nieruchomosci.slupsk.pl

Handlowe

MATERIAŁY OPAŁOWE

DREWNO do palenia, 792-669-632.

Wyjeżdż do pracy w Opięcie w Niemczech

GWARANTUJEMY
nowe stawki, nowe zlecenia

Sentium - firma godna zaufania
Nie ryzykuj!
Pracuj z najlepszymi!

Wielkość: 100x100x100 - 800 430 340 548 733 772

stronaZDROWIA
stronazdrowia.pl

czytaj

KRÓTKO

PIŁKA NOŻNA

Wyjazdowe zwycięstwo
W 11. kolejce I ligi mężczyzn Pomorskiej Ligi Oldbojów, Oldboje Bruskowo Wielkie pokonali na wyjeździe Lecha Czaplinek 5:3. Do przerwy prowadzili 5:0, po dwóch rafieniach Bartosza Jarczyńskiego i Dominika Zagórowskiego oraz jednym Piotra Falcowskiego. Był też niewykorzystany rzut karny w 37. minucie. Po zmianie stron gospodarze zmniejszyli różnicę porażki. W następnej kolejce zespół z Bruskowa podejmie Amatora Kołobrzeg (sobota, godz. 16.00, stadion w Pelplinie).

Wyniki i tabela: Mechanik - Radzi-Mil 4:2, Victoria - Iskra 2:1, Mirstal - Zryw 4:4, Lech - Old Bruskowo 3:5, Perła - Strażak 1:4, Amator/Kotwica - Old. Szczecinek przeł. na 26 br., Olimp-pauza.

1. Oldboje Szczecinek	10	28	52-12
2. Victoria Sianów	10	25	32-15
3. Oldboje Bruskowo Wielkie	10	18	36-23
4. Perła Gmina Dygowo	11	15	23-24
5. Olimp Złocieniec	10	14	22-29
6. Zryw Kretomino	10	13	19-21
7. Oldboje Iskra Białogard	10	12	23-18
8. Amator/Kotwica Kołobrzeg	9	11	15-21
9. Radzi-Mil Oldboje Tychowo	10	11	23-36
10. TKKF Strażak Koszalin	10	10	20-22
11. Mechanik Bobolice	10	10	22-34
12. Lech Czaplinek	10	9	24-41
13. Mirstal Mirosławiec	10	8	20-35

(jak)

Gol wychowanka Olimpijczyka

Mariusz Surowiec
redakcja@gp24.pl

PIŁKA NOŻNA. W towarzyskim meczu reprezentacji do lat 16 Polska pokonała Niemcy 4:0. Jedną bramkę strzelił wychowanek Olimpijczyka Kwakowo, Jakub Adkonis.

Urodzony w 2007 r. Jakub Adkonis to wychowanek Olimpijczyka z podślipskiego Kwakowa. Środkowy pomocnik reprezentuje obecnie barwy Legii Warszawa.

- Kuba od najmłodszych lat uwielbiał wygrywać. Gdy przegrywał, strasznie się złościł, nawet podczas zabawy. Grał zawsze przeciwko starszym chłopcom w lidze czy na treningu, a dzisiaj to procentuje. Na boisku w Kwakowie spędzał długie godziny, można w zasadzie powiedzieć, że tam spał. Zawsze był pierwszy na treningu - tak o swoim byłym podopiecznym mówi Krzysztof Muller (AP Gryf Słupsk) u którego Kuba rozpoczął przygodę z piłką nożną.

- Imponujące jest to, że teraz w Legii, Kuba dalej ciężko pracuje indywidualnie. Profesjonalista, a przy tym skromny chłopak z wielkim temperamentem. Wiem co mówię bo miałem



Jakub Adkonis (nr 18) w biało-czerwonych barwach

przyjemność trenować go 8 lat - dodaje Muller. - Na boisku zawsze mogliśmy na niego liczyć w trudnych momentach. Przeżyliśmy razem wiele wspaniałych chwil. Sukcesy Kubę to przede wszystkim jego zasługa, wiele poświęca każdego dnia żeby spełnić marzenia. Cieszę się, że mogłem dołożyć cegiełkę do jego sukcesów, tak samo jak jego rodzice i wszyscy zawodnicy, sztab trenerski i zarząd Olimpijczyka.

Trener Muller zapytany o mocne strony byłego podopiecznego w pierwszej kolejno-

ści mówi o jego charakterze i pracowitości. - Na Facebooku widzimy tylko zdjęcia w chwale, ale za tym idą łzy i ciężka praca. Kuba to dla mnie kompletny zawodnik, z piekielnie mocnym strzałem i przegładem gry, ale to wszystko wypracował sumieniem na treningach. Każdego dnia, krok po kroku, nieustanna chęć doskonalenia się to jego najmocniejsza strona.

J. Adkonis wpisał się na listę strzelców w 82 minucie, ustalając rezultat spotkania. Był to rewanż za porażkę 0:3, której Polacy doznali 2 dni wcześniej.

Dobrze znany beniaminek

PIŁKARSTWO. Ponad 500 zawodników i zawodniczek z 89 klubów wzięło udział w Pucharze Polski, które odbyły się w Łodzi. Dobrze wyniki zanotowali reprezentanci TP Skalar Słupsk.

Słupski klub na zawody pojechał w męskim składzie. Klub reprezentował Dawid Plaga, Kacper Maksajda, Filip Konkel, Dawid Karczmarczyk, Marcin Łabik i Gracjan Kruplewski. Zawodnicy wrócili z medalami oraz rekordami życiowymi.

F. Konkel (rocznik 2006) zajął 3. miejsce na 50 metrów stylem grzbietowym. Zmagania na 100 i 200 m zakończył na czwartej pozycji. Dawid P. (2005) dwukrotnie stanął na 3. miejscu podium. Na 200 i 400 m w stylu zmiennym. Kacper Maksajda (2006) był pierwszy na 50, 100 i 200 m w stylu klasycznym

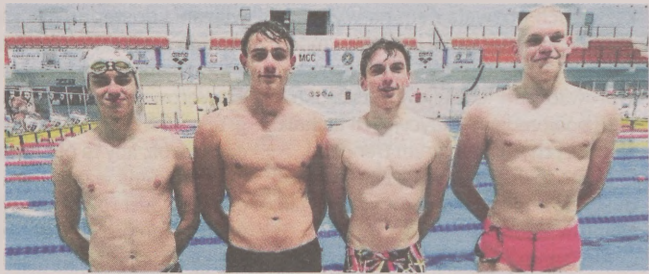
(drugie miejsce wśród seniorów).

Złoto zdobył również na 100 m zmiennym. Warto podkreślić bardzo dobry wynik D. Plagi w konkurencji 200 m dowolnym. Czas 1.50.18 to jego nowa życiówka.

Kolejny świetny start zanotował Kacper Maksajda na 200 m stylem klasycznym. Z czasem 2.12.73. ustanowił nowy rekord województwa pomorskiego 16-, 17- i 18-latków! Wynik plasuje go na pierwszym miejscu w rankingu europejskim do 18 lat.

- Chwilowo kończymy z zawodami i wracamy do treningów. Bardzo cieszy nas forma jaką prezentują zawodnicy. Przed nami jeszcze kilka tygodni ciężkiej pracy przed głównymi imprezami tj. Zimowymi Mistrzostwami Polski - powiedział trener Dariusz Grondziwski.

Krzysztof Głowinkowski



Pływacy Skalara zdobywali medale i poprawiali rekordy

„Piłkarskie Orły”. Kwiatkowski goni czołówkę

Maurycy Brzykcy
sport@gs24.pl

PIŁKA NOŻNA. Trwa październikowy etap rankingu „Piłkarskie Orły”. Razem z PZPN monitorujemy rozgrywki od Ekstraklasy do trzeciej ligi włącznie.

Polska Press prowadzi ranking „Piłkarskie Orły” wspólnie z Polskim Związkiem Piłki Nożnej, który na bieżąco podlicza klasyfikację. Ministerstwem Sportu i Turystyki oraz Muzeum Sportu i Turystyki. Jego celem jest wyłonienie najlepszych strzelców i strzelczyń w krajowej piłce. Aby rywalizacja była w pełni miarodajna bramki na poszczególnych poziomach ligowych oraz w rozgrywkach pucharowych mnożone są przez odpowiedni współczynnik, który przeliczany jest punkty.

W sierpniu najlepszymi strzelcami w naszym regionie byli zawodnicy Kotwicy Kołobrzeg, Grzegorz Goncerz oraz Paweł Łysiak. Obaj zdobyli po trzy gole w II lidze i mocno pomogli swojemu klubowi w świetnej serii i byciu liderem tabeli. Goncerz i Łysiak odebrali już swoje nagrody w rankingu „Piłkarskie Orły”.

Z kolei we wrześniu triumfował w naszym rankingu Szymon Kapelus. Napastnik Świt Szczecin w tym miesiącu strzelił dla swojej ekipy aż pięć bramek. Także atakujący Świt swoją nagrodę ma już na domowych półkach.

W październiku, wciąż na szczycie klasyfikacji strzelców w województwie zachodniopomorskim jest Kamil Grosicki. Pomocnik to główny motor napędowy akcji Portowców, czołowy asystent w zespole, jak również jeden z najlepszych

strzelców w tym sezonie. „Grosik” w tym sezonie w październiku zdobył cztery bramki, dwie w spotkaniach ligowych i dwie w serii rzutów karnych z Rekordem Bielsko-Biała w Fortuna Pucharze Polski. Łącznie skrzydłowy w tym sezonie ma na koncie już pięć trafień. Na drugim miejscu w rankingu jest Wahan Biczachczjan, który choć nie ma miejsca zawsze w pierwszym składzie Portowców, wie jak znaleźć drogę do siatki. Ormianin gra sporo i strzela także w trzecioligowych rezerwach.

Wysoko w rankingu się Luka Zahovic. Słoweniec jest najlepszym strzelcem Pogoni w tym sezonie i popisał się hat-trickiem w meczu pucharowym z Rekordem. Zahovic w 18 meczach tego sezonu strzelił siedem goli (dwa w lidze, dwa w Lidze Konferencji Europy i trzy w Fortuna Pucharze Polski).



Adrian Kwiatkowski (zagrywa piłkę) jest wiodącą postacią trzecioligowych Błękitnych Stargard

Tuż za piłkarzami Pogoni, Grosickim, Biczachczjanem, Zahoviciem oraz Michałem Kucharczykiem, znalazł się piłkarz Błękitnych Stargard. Adrian Kwiatkowski półtora roku temu wrócił do swojego byłego klubu i spisuje się bez zarzutu. W ostatnim meczu Błękitni pokonali na wyjeździe Jarotę Jarocin 3:2, a Kwiatkowski strzelił w tym spotkaniu dwa gole. Łącznie na koncie w obecnym sezonie III ligi ma już cztery trafienia, w samym październiku do siatki bramek rywali trafił trzy razy. Ten bilans daje mu na razie 5. miejsce w rankingu „Piłkarskie Orły” w województwie zachodniopomorskim.

Najbliższa okazja dla Kwiatkowskiego do podreperowania swojego bilansu nadarzy się w sobotę. Do Stargardu zawita Polonia Środa Wielkopolska. Start meczu o godz. 13.

© P

